



Muziek als dagelijks 'instrument' in verpleeghuiszorg bij Zinzia Zorggroep



Wie houdt er niet van muziek? In al zijn variaties speelt muziek een belangrijke rol in het dagelijks leven van mensen. Voor kwetsbare ouderen in verpleeghuizen van Zinzia Zorggroep kan muziek die rol blijven spelen. Met een enthousiast team van (welzijns)medewerkers, vrijwilligers en muziektherapeuten achterhalen ze de muziekvoorkeuren van bewoners. En zorgen ze dat muziek zoveel mogelijk terugkeert in de dagelijkse zorg en het leven van de bewoner.

Muziek brengt sfeer en verbindt. Het geeft mensen het gevoel niet alleen te zijn, het maakt contact mogelijk op een laagdrempelige en ontspannen manier. Iemand pakt spontaan de hand van de ander en maakt een dansje, een ander begint spontaan mee te zingen of klapt dezelfde maat mee. Muziek gebruiken als een onderdeel van de alledaagse zorg, waardoor kwaliteit van leven wordt verhoogd; dat is het doel van Zinzia Zorggroep. Onder de naam Klankkleur wordt hard gewerkt om radicaal mensgericht aan te sluiten, met muziek die er toe doet voor de bewoner.

Het effect van muziek is veelzijdig

Muziek is één van de dingen die het langst bewaard blijft in de hersenen en zelfs vaak nog heel veel herinneringen van vroeger naar boven kan halen. Het doet een beroep op datgene wat iemand nog wél kan of

weet. Afgelopen jaar zijn er met behulp van de middelen van Waardigheid en Trots twee muziektherapeuten aangenomen bij Zinzia Zorggroep. Zij en andere collega's zetten zich in om muziek weer onderdeel van het leven te laten zijn. Muziektherapeute Floor Groeneveld vertelt dat zij zelfs op het thema "Affectieve geraaktheid door muziek als ingang voor een zorgrelatie" is afgestudeerd.

De veelzijdige werking van muziek blijkt wel uit de praktijk. Zo kan muziek helpen in de ondersteuning van de ADL, wanneer iemand angstig of onrustig is. Het kan een manier zijn om met iemand (weer) in contact te komen zonder dat hier een gesprek voor nodig is. Een muziekkussen kan helpen bij nachtelijke onrust. Dat via een iPod met persoonlijke voorkeursmuziek herinneringen opgeroepen worden vertelt het verhaal van mevrouw Jansen.

Mevrouw Jansen houdt ontzettend van de pianomuziek van Chopin. Muziektherapeute Floor ging hierop in. 'Ik zocht één van Chopins bekende nocturnes uit om af te spelen op de iPod met koptelefoon. De blik van herkenning in de ogen was prachtig om te zien! Mevrouw Jansen begon met haar handen te bewegen alsof ze piano speelde. Ze vertelde ons dat ze deze muziek vroeger ook had gespeeld, maar dat het niet eenvoudig was. Ze zong zelfs kleine stukjes mee. Ondanks dat wij elkaar maar nauwelijks kenden, leerde ik haar zo iets beter kennen en ontstond een bijzonder contact door de muziek'.

Muziek is laagdrempelig

Dit voorbeeld laat zien dat je vaak met weinig middelen al een groot effect kunt hebben. Je hoeft niet muzikaal te zijn om muziek als onderdeel van zorg in te kunnen zetten. De wetenschap dat iedereen in meer- of mindere mate is opgegroeid met muziek kan soms al voldoende zijn. Op deze manier kan het mensen weer een stukje eigenwaarde en identiteit teruggeven. 'Vaak is dit maar een liedje van vroeger of een klik op de knop op de radio van ons verwijderd', aldus Floor Groeneveld. Ondertussen is een team van medewerkers druk met mooie muziekprojecten op de vier locaties van Zinzia Zorggroep. Zo worden er iPods gemaakt met een persoonlijke afspeellijst voor alle bewoners van de psychogeriatrische woningen en gebruiken enkele bewoners een muziekkussen bij nachtelijke onrust. Daarnaast is er meer aandacht voor hinderlijke geluiden op de woning. Ook staat sinds een tijdje Radio Remember aan. Dit is belevingsradio die aansluit bij de beleving van ouderen met dementie. Tijdens het overhandigen van de radio was de eerste reactie van een bewoonster: 'Hij lijkt op de radio van thuis!' Waarop welzijnsmedewerker Berte Stunnenberg reageerde 'Dan hebben wij al bereikt wat we wilden bereiken.'

Mijn moeder heeft een eigen Spotify lijst

Mevrouw T. en dochter Inge zijn actief met Spotify. Inge vertelt dat haar moeder het laatste jaar erg achteruit is gegaan en niet meer praat. Ter ontspanning zet ze regelmatig haar iPhone aan, met daarop een Spotify-lijstje met voorkeursmuziek van haar moeder. Aan hele kleine verschillen in de gezichtsuitdrukking ziet Inge hoe haar moeder reageert op de muziek. De muziklijst wordt nog steeds aangevuld. 'De lijst is eindeloos,

want mijn ouders luisterden altijd veel muziek.”, vertelt ze. In Indonesië wordt veel muziek gemaakt, als onderdeel van de cultuur. Mevrouw T. en haar man zochten deze sfeer na terugkeer in Nederland via Pasar Malams, Kumpulans en Indische dansverenigingen weer op. Door muziek te luisteren en te dansen op de bands die bekende muziek van vroeger speelden. ‘Wat ik zo mooi vind aan verpleeghuis Rumah Kita is dat je dezelfde sfeer kunt proeven op de muziekmiddagen’, vertelt dochter Inge.

Muziek zorgt voor herkenning

Tijdens het maken van of luisteren naar muziek zie je dat niet alleen onze bewoners opfleuren. Ook vrijwilligers en medewerkers genieten volop als ze zien wat muziek kan doen. Eén van deze vrijwilligers is Bernard van Beek. ‘Ik ben met muziek opgegroeid en ik zie wat het met mensen doet. Dit is één van de redenen dat mijn passie voor muziek graag deel met de bewoners van Zinzia Zorggroep.’ Bernard is actief als muzikant- en kerkvrijwilliger bij Oranje Nassau’s Oord. Vroeger zong hij in het kerkkoor en zodoende kent hij veel liedjes van de oudere generatie uit het verpleeghuis. Samen zingen ze deze. ‘Het zorgt voor herkenning. Hierdoor komen mensen even weg uit de situatie van vandaag en kunnen ze terugdenken aan vroeger’, aldus Bernard. Hij vertelt over een bewoonster die onlangs 80 jaar is geworden. ‘Mevrouw zong vroeger altijd in het koor en ze gaat ook nog altijd mee naar de optredens van dit koor. We hebben het hier vaak over en dan komen de verhalen over vroeger naar boven. Als verrassing voor haar verjaardag hebben we geregeld dat het koor in het verpleeghuis kwam optreden. Ze vond het geweldig! Uit dit soort dingen zie je hoe belangrijk het is om aan te sluiten bij het leven van onze bewoner en dan natuurlijk ook met muziek!’

Bron: Zinzia Zorggroep

Meer weten

- Zinzia Zorggroep is deelnemer aan het programma Waardigheid en trots, ruimte voor verpleeghuizen. Bekijk het verbeterplan op de [deelnemerspagina van Zinzia Zorggroep](#)
- Bekijk de [website van Zinzia Zorggroep](#)

tags:

[Dagbesteding](#) (86), [Zinzia Zorggroep](#) (15)

thema:

[Wonen en welzijn](#) (244)