

Rust door te neuriën



10 minuten



individueel



groep

Doel

Wanneer iemand erg onrustig is, kan het helpen om te neuriën. Dit kan de stemming positief beïnvloeden.

Wat heb je nodig

- Je stem.
- Rustige liedjes die jij en de cliënt kennen.

Zo doe je het

1. Ga dicht bij elkaar zitten en begin een lied te neuriën.
2. Neurie het lied op een rustig tempo.
3. Herhaal het liedje tot je reactie ziet bij de ander. Dit kan soms even duren.
4. Op het filmpje vind je een paar voorbeelden (scan de **QR-code** of ga naar www.philadelphia.nl/muziekboek/neuriën).

Tips

- Wiegeliedjes zijn vaak heel geschikt, zoals 'Slaap kindje slaap'.
- Vul het Muziekpaspoort in (zie ook pagina 10 van het werkboek) in. Hierin kan je liedjes aangeven waar hij of zij rustig van wordt.
- Beweeg mee op het ritme van de muziek. Als iemand in een rolstoel zit, kan je die bijvoorbeeld heen en weer bewegen.
- Raak de cliënt aan op het ritme van de muziek. Doe dit op de armen of benen.

Lijst met rustige liedjes

- Margrietje (Louis Neefs)
- Morning Has Broken (Cat Stevens)
- Second Walz (André Rieu)
- Ozewiezewoze
- Slaap kindje slaap
- Goedenavond Speelman
- Varen, varen, over de baren

