

Mijn Trots, lievelingsmuziek

Muziek 1



15 minuten



individueel



groep



Doel

- Basisbewustzijn op gang brengen ('dit ben ik').
- Cliënt wordt zich bewuster van eigen muziekvoorkeur.

Benodigheden en voorbereiding



- Radio/cd-speler, tablet, telefoon of laptop om muziek af te spelen.
- Eventueel een Bluetooth speaker
- Spotify, YouTube
- Een prettige, stille plek in de locatie of buiten met een comfortabele zitplaats.

Instructie

Deze werkvorm kan op **twee manieren** gebruikt worden bij de thema's Mijn Trots, Mijn Mening, Mijn Buitenkant, Mijn Roots, Gevoelens en Privé van Blok IK:

- *Gericht* als starter bij het thema:
Napraten bij deze manier is verdiepend: Je stelt vragen over het bewustzijn die passend zijn bij het thema. Zo heb je gelijk ook een bruggetje naar de info- en werkbladen.
- *Algemeen* bij de thema's van Blok Ik ter afwisseling in het gesprek.
Bijvoorbeeld: Als je merkt dat de aandacht verslapt, in plaats van praten, muziek gebruiken. Napraten hoeft hierbij dan niet. Ervaar samen plezier bij het luisteren, leef mee of geef compliment en ga dan vervolgens verder met het gesprek waar je mee bezig was.

Werkwijze

- Je begint met de vraag: "Wat is je lievelingsmuziek, heb jij een lievelingsnummer?".
- Zet dit nummer op als de cliënt een lievelingsnummer heeft. Als de cliënt geen lievelingsnummer heeft, zoek dan samen een nummer van de muziek die hij fijn vindt om te luisteren.
- Luister samen een tijdje naar de gekozen muziek.
Observeer de reactie: Wat zie je? Wat merk je? Reageert de cliënt alert, energiek, positief? Zie je een emotie?
- Als je deze werkvorm gebruikt als starter bij het thema Mijn Trots zet dan het nummer af en toe stop en stel de vraag: Welk gevoel krijg je erbij?
- Als je samen de muziek geluisterd hebt, neem dan de tijd om na te praten. Vertel bijvoorbeeld: Met deze muziek vertel je iets over jezelf. Wat fijn dat ik nu weet wat je mooi vindt en wat je erbij voelt. Ik ben trots op jou dat je dat vertelt, enz.

Bron: <https://www.philadelphia.nl/muziek-in-onze-zorg/muziekpaspoort>


- Deze werkvorm is oorspronkelijk ontwikkeld voor Muziek werkt zo!.
- Bij Leerbaar en weerbaar is deze werkvorm met deze aangepaste instructie toepasbaar bij Blok IK.

Mijn Trots, lievelingsmuziek

Muziek 1.1


MIJN LIEVELINGSMUZIEK

Download hier het muziekpaspoort [klik hier](#)



Mijn Muziekpaspoort

In dit muziekpaspoort staat welke rol muziek speelt in mijn leven




ALGEMENE GEGEVENS

Naam







Geboortedatum Geboorteplaats

Ingevuld op Ingevuld door



Muziek (vroeger) thuis

Hoe werd/wordt er naar muziek geluisterd?


 **Radio**  **CD**  **Platenspeler**  **Cassettes**  **Spotify**  **Livemuziek**


Anders, namelijk:

Welke muziekstijlen (bv. klassiek, pop, country), artiesten en favoriete liedjes waren/zijn er?


Aan welke muziekstijl of nummers heb ik herinneringen?

Welke liedjes werden/worden voor mij gezongen (bv. slaapliedje, wiegeliedje)?

Muziek werkt zo! 



MIJN LIEVELINGSMUZIEK

Mijn Muziekpaspoort 

Welke liedjes horen voor mij echt bij thuis?

Waren/zijn mijn huisgenoten muzikaal? Bespelen ze een muziekinstrument?

Speelde/speel ik een instrument? Zat/zit ik op muziekles?


Ging/ga ik naar een dagverblijf of school? Wat werd/wordt daar met muziek gedaan?

Muziek en mijn stemming 

Van welke muziek word ik rustig en van welke muziek word ik onrustig?

Van welke muziek word ik blij en van welke muziek word ik verdrietig?

Muziek werkt zo! 

Philala 

MIJN LIEVELINGSMUZIEK

Mijn Muziekpaspoort



Van welke muziek word ik alert?

Zet ik zelf muziek in om mijn stemming of spanning te beïnvloeden? Zo ja, welke muziek?

Zetten anderen muziek in om mijn stemming of spanning te beïnvloeden? Hoe werkt dit?

Ervaren en maken van muziek



Wat doe ik nu met muziek (zelf maken, beluisteren, met of zonder hoofdtelefoon, welk volume)?
Is dit afhankelijk van mijn stemming? Licht toe.

Op welke manier zou ik muziek nog anders willen ervaren (bv. voelen van trillingen, zien van beelden, bezoeken van een concert, zelf muziek maken)?

Is er nog meer bekend over muziek, wat voor mij belangrijk is?

© Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door print-outs, kopiëren, of op welke manier dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Muziek werkt zo!



Philala