



20 minuten



individueel

ASS

Doel

Met deze muziekactiviteit stimuleer je mensen met een autismespectrumstoornis om samen met de ander in de maat te blijven.

Dit heb je nodig

- Een ritme-instrument, zoals woodblock, trommel, tamboerijn, djembé.
- Als je dit niet hebt gebruik dan kopjes, lepeltjes, emmers, dozen of wat je maar kan vinden. Het moet wel een klank zijn die de cliënt prettig vindt.
- Post-it's (of blaadjes).

Zo doe je het

- Doe deze muziekactiviteit met een cliënt individueel. Je zit aan tafel. Het liefst op een hoek zodat je niet tegenover en niet naast elkaar zit.
- Plak 4 Post-its naast elkaar op tafel, voor de cliënt.
- Leg de cliënt uit dat als jij op de Post-it tikt, hij geluid maakt met zijn instrument of voorwerp.
- Wijs de 1^e Post-it aan (links van de cliënt). Cliënt maakt geluid met zijn instrument.
- Wijs de 1^e en 2^e Post-it aan. Cliënt herhaalt de tikken op zijn instrument.
- Zo ook met de 1^e, 2^e, 3^e Post-it en tot slot met de 4^e.
- Tel nu 4 tellen af. In hetzelfde tempo wijs je de Post-its aan. Cliënt tikt tegelijk met dat jij de Post-it aanwijst op zijn instrument. Dit is synchroniseren.

Tips

- Je kunt de opzet vereenvoudigen door eerst met 2 Post-its te beginnen. Daarna kun je opbouwen naar meer Post-its.
- Wanneer de opzet lukt, kun je het ritme verhogen en zo de alertheid bij de cliënt extra aanspreken.
- Wanneer ook dit lukt, haal je de Post-its weg en neem jij hetzelfde instrument. Je telt samen af.
- Wanneer dit lukt, neem je allebei een ander instrument. Tel samen af.
- Je kunt het ritme ook veranderen. Dit kan met Post-its inzichtelijk gemaakt worden. Bijvoorbeeld: 1, 2-je, 3, 4. Op de 2-je komen 2 tikken. Leg dan dus een 2 Post-it op de 2^e tel. Start eerst door het ritme aan te wijzen. En vervolg dan de voorgaande stappen.
- Je kunt je lijf ook als instrument gebruiken door bijvoorbeeld te klappen, te stampen of op je armen of benen te kloppen. Mensen met een autismespectrumstoornis vinden het niet altijd prettig aangeraakt te worden. Maar wanneer ze het bij zichzelf doen kan het vaak wel.
- Kunnen synchroniseren is ook een belangrijk onderdeel van contact en communicatie. Door deze muziekactiviteit kun je hier op een speelse manier mee oefenen.

