Zorgzangers Academy

Blog bij les 3
De Heilzame Kracht van Zingen bij Mensen met Dementie

Als Zorg-Zanger/es in opleiding is het essentieel om te begrijpen hoe we zingen als kunstvorm en als een krachtige interventie kunnen inzetten. We gaan verkennen hoe de BASE methodiek (Brain & Body Awakening Singing Education) grote impact kan hebben op het welzijn en de kwaliteit van leven van mensen met dementie.

Neuroplasticiteit en Hersenstimulatie

Ondanks de uitdagingen die dementie met zich meebrengt, heeft de wetenschap aangetoond dat de hersenen nog steeds in staat zijn tot neuroplasticiteit. Dit betekent dat zelfs bij mensen met dementie, het actief beoefenen van zingen nieuwe neurale verbindingen kan vormen en bestaande kan versterken. Tijdens les 3 gaan we dieper in op de BASE methodiek en hoe deze kan bijdragen aan het stimuleren van cognitieve functies en het behoud van mentale helderheid.

Emotioneel Welzijn en Kwaliteit van Leven

Een van de meest opmerkelijke effecten van zingen bij mensen met dementie is de verbetering van het emotionele welzijn. Door samen te zingen creëren we een veilige ‘haven’ waarin emoties kunnen worden geuit en gedeeld. De BASE methodiek richt zich op het bevorderen van een positieve stemming, het verminderen van stress en het bieden van een gevoel van verbondenheid. Met samen zingen kunnen we letterlijk een brug slaan naar vreugde en troost, zelfs in de moeilijkste momenten.

Maatwerk en Persoonlijke Ondersteuning

Elke persoon met dementie heeft zijn of haar eigen behoeften, capaciteiten en interesses. Onze methodiek omvat het aanpassen van zangtechnieken, liederen en melodieën om een persoonlijke en betekenisvolle ervaring te creëren. We streven ernaar om een gevoel van autonomie en keuzevrijheid te bevorderen, waarbij de persoon met dementie centraal staat in het zangproces. In les 7 gaan we dieper in op de repertoirekeuze.

Verbondenheid en Samen Zingen

Een belangrijk aspect van BASE is het creëren van een gevoel van verbondenheid en gemeenschap. Samen zingen we niet alleen voor, maar vooral mét de mensen met dementie. Jouw werk zal zich richten op het stimuleren van sociale interactie, het bevorderen van een gevoel van saamhorigheid en het creëren van mooie herinneringen. Je zult ontdekken hoe zingen een krachtig middel kan zijn om de kwaliteit van leven te verbeteren.

De Waarde van de Mantelzorger: Onmisbaar in Ons Werk

Bij het werken met mensen met dementie is het essentieel om de onschatbare waarde van de mantelzorger te erkennen. De mantelzorger, vaak een familielid of een dierbare vriend, speelt een cruciale rol in het leven van de persoon met dementie. Zij zijn dagelijks betrokken bij de zorg, bieden emotionele steun en zijn vaak degenen die het beste de behoeften en voorkeuren van hun geliefde kennen.

Als Zorg-Zanger/es is het van belang de mantelzorger te zien als een partner in ons werk. Zij hebben een schat aan kennis en ervaring die ons kan helpen om de zorg en ondersteuning op maat te maken. Door samen te werken met de mantelzorger kun je makkelijker contact en inzicht krijgen in de leefwereld van jouw cliënt en de liederen afstemmen op de behoeften van hem/haar. Door de mantelzorger actief te betrekken, kunnen we een ondersteunende omgeving creëren voor zowel de persoon met dementie als hun dierbaren.

Maartje de Lint
Oprichter en Artistiek leider Zingen in de Zorg