

Heb jij al gezongen vandaag?

Onderzoek naar zingen als dagelijks zorgmoment
voor het welbevinden van mensen met dementie



Van sleur, tijdsdruk,
inspiratieloos en
onbekendheid naar
verbinding, herkenning,
beleving, inspiratie,
plezier en
welbevinden

Zingen

Neuriën

Improviseren

Lalala

Fluiten

Voordragen

Wat weten we al?

Internationale literatuur laat zien dat actieve muziekparticipatie, zoals samen zingen, kan **bijdragen aan sociale interactie, emotionele expressie en het welbevinden** van mensen met dementie.

Binnen woonzorgsettings worden zangmomenten echter nog **beperkt en vaak niet structureel** ingezet. Hierdoor blijft het potentieel van zingen als onderdeel van het dagelijks leven en zorgen grotendeels onbenut.

Doel van het onderzoek

Dit praktijkgerichte onderzoek heeft als doel om:

- **Inzicht te krijgen** in hoe laagdrempelige zangmomenten vorm kunnen krijgen binnen het dagelijks leven en de zorg in een woonzorgsetting.
- **Te verkennen** wat deze zangmomenten betekenen voor het ervaren welbevinden van mensen met dementie.

Plan van aanpak

Praktijkgericht onderzoek met **mixed methods** binnen een woonzorgsetting voor mensen met dementie.

- **Verkennde fase:** ervaringen en ideeën ophalen van bewoners, zorgprofessionals, mantelzorgers en andere betrokkenen via **focusgroepen en/of diepte-interviews**. In combinatie met **literatuuronderzoek** verkennen op welke manier laagdrempelige zangmomenten een plek kunnen krijgen in het dagelijks leven.
- Op basis daarvan **één of meerdere vormen van zangmomenten ontwikkelen** en als **pilot** inzetten op één woonzorgafdeling. Kwalitatieve gegevens verzamelen via **observaties en interviews**, aangevuld met kwantitatieve gegevens uit **vragenlijsten** en/of gestructureerde **observatieschalen** gericht op welbevinden.
- Via tussentijdse **observaties** de zangmomenten gaandeweg bijstellen op wat werkt in de praktijk. Dit kan bijvoorbeeld leiden tot een 'zangmomenten toolbox'.

Relevantie voor de dagelijkse praktijk?

Door samen te zingen, ontstaat meer contact en plezier, wat bijdraagt aan het **welbevinden van mensen met dementie én aan werkplezier in de zorg**.

Dit onderzoek verkent hoe zangmomenten op een vanzelfsprekende en laagdrempelige manier onderdeel kunnen worden van gewone (zorg) momenten, **samen met bewoners, familie, zorgprofessionals en de directe omgeving**.

De opgedane inzichten bieden **praktische aanknopingspunten** die ook voor andere zorgorganisaties herkenbaar en bruikbaar kunnen zijn.

Dit is een onderzoeksvoorstel van

