

KU LEUVEN KULAK

**FACULTEIT PSYCHOLOGIE EN
PEDAGOGISCHE WETENSCHAPPEN**

De invloed van ‘Iedereen Zingt!’ op het welbevinden van leerlingen

Een kwalitatieve gevalsstudie naar de ervaringen van leerlingen en leerkrachten

Door

Lenthe Bastaens

Lieselot De Pauw

Tycho Hoydonckx

Lore Mertens

Kristina Peene

Lorien Peeters

Promotor: Hannelore van der Kloot

Academiejaar 2021 - 2022

Abstract

Dit onderzoek wil zicht krijgen op hoe het project ‘Iedereen Zingt!’ van invloed is op het welbevinden van de participerende kinderen. Aan de hand van een kwalitatieve gevalsstudie wordt een antwoord geformuleerd op de vraag ‘*Wat is de invloed van het participatieproject ‘Iedereen Zingt!’ op het welbevinden van leerlingen in het derde leerjaar?*’ Als theoretisch kader werd de *Well-being Theory* van Seligman (2011) gehanteerd (ook wel aangeduid met het acroniem PERMA). De vijf bouwstenen uit dit model (*Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning en Accomplishment*) werden bevraagd bij leerlingen (n = 20) en hun klasleerkrachten (n = 2), respectievelijk tijdens focusgroepsgesprekken en interviews. Het project draagt bij aan de vijf PERMA-elementen, die bovendien overlap vertonen, waardoor geconcludeerd kan worden dat ‘Iedereen Zingt!’ een positieve invloed heeft op het welbevinden van de leerlingen.

Sleutelwoorden: welbevinden, Iedereen Zingt!, zingen, leerlingen, PERMA, kwalitatieve gevalsstudie

Voorwoord

Deze paper behandelt de invloed van het project ‘Iedereen Zingt!’ op het welbevinden van de deelnemende kinderen. Het onderzoek werd uitgevoerd in het kader van het opleidingsonderdeel ‘Methoden van het gedragswetenschappelijk onderzoek: integrerende opdracht – toepassing en reflectie’ voor de opleiding ‘Onderwijskunde’ aan KU Leuven Kortrijk en in opdracht van vzw Zuidgeluid. De keuze voor dit onderwerp kwam voort uit een liefde voor muziek en een interesse in het welbevinden van kinderen. Wij zouden graag de organisatie en in het bijzonder de oprichtster, Tatjana Scheck, willen bedanken. Tevens een welgemeende dankuwel aan de school, de leerkrachten en de leerlingen die deelnamen aan het onderzoek en zorgden voor een vlotte samenwerking. We bedanken tot slot ook onze promotor Hannelore van der Kloot voor de goede ondersteuning doorheen het volledige onderzoek.

1. Inleiding

(Samen) zingen is eeuwenoud. Al sinds de tijd van Plato (5^{de} eeuw v. Chr.) zijn zowel kunstenaars als wetenschappers geïntrigeerd door de kracht van muziek om sterke emotionele reacties op te wekken (Levman, 2000). Zingen is bovendien universeel: culturen wereldwijd zingen om uiting te geven aan emoties, groepscohesie te verbeteren of louter om het plezier van het zingen (Kang et al., 2017). Toch wordt er sinds de secularisatie van de westerse samenleving, waarbij Kerk en geloof losgekoppeld worden van het maatschappelijk leven, steeds minder in groep gezongen (Glew et al., 2020). Het tanende belang van muziek en zingen is ook duidelijk merkbaar op school: creatieve vakken worden steeds vaker geschrapt uit het curriculum (Haaij et al., 2012) en de muzieklessen die nog gegeven worden, bestaan soms louter uit het meezingen met populaire liedjes via YouTube (Zangcoach M., persoonlijke communicatie, 22 februari 2022). Dit gebrek aan kwaliteitsvol muziekonderwijs is vooral problematisch voor kinderen uit kwetsbare milieus. Toegang tot naschoolse zang- en muzieklessen blijkt immers niet voor iedereen gelijk. Het zijn meestal kinderen uit witte, hoogopgeleide en welgestelde gezinnen die kunnen genieten van extracurriculaire muziekactiviteiten (Daykin et al., 2018). De Antwerpse vzw Zuidgeluid speelt hierop in en wil ook kwetsbare groepen kansen bieden op kwaliteitsvolle muziekparticipatie.

1.1 Achtergrondinformatie over het project

Deze studie richt zich op een van de projecten van Zuidgeluid: ‘Iedereen Zingt!’, een jaarlijks participatieproject in Antwerpen en omliggende districten. Initieel verzorgde de organisatie louter zangsessies in lokale culturele centra, maar hiermee bereikte ze slechts een beperkt publiek. Zuidgeluid besloot daarom de aandacht voortaan te vestigen op lagere scholen. Zo brengt de organisatie al voor het vijfde jaar op rij muziek op een toegankelijke manier tot bij

kinderen. Scholen worden warm gemaakt voor het project via mond-tot-mondreclame, waarna de organisatie de scholen selecteert die mogen deelnemen. Meestal wordt geopteerd voor klassen van het derde leerjaar. De oprichtster van het project beargumenteert deze keuze als volgt: “... dat is de beste leeftijd: niet te jong dat het nog te moeilijk zou zijn om alles te leren, maar ook niet te oud dat ze het al saai en ‘niet cool’ vinden” (T. Scheck, persoonlijke communicatie, 21 februari 2022). Leerlingen gaan gedurende tien weken (startend na de kerstvakantie en tot aan de paasvakantie) aan de slag met één van de vijf externe zangcoaches, die hen enkele zorgvuldig geselecteerde liedjes aanleert. Het repertoire is heel uiteenlopend en omvat liedjes van over de hele wereld (o.a. volksliederen uit Ghana, Noorwegen en Jamaica). Het liedjesboek van 2022 en een voorbeeld van het lesverloop zijn opgenomen als bijlagen ([Bijlage A](#) en [Bijlage B](#)). De liedjes zijn gemakkelijk om te leren en worden meestal vergezeld van eenvoudige bewegingen. Als afronding van het project worden de liedjes opgevoerd voor familie en sympathisanten in kunstencentrum deSingel te Antwerpen. In 2022 namen zes scholen, een kinderkoor en een jeugdwerking deel aan het project, goed voor zo’n 280 participerende leerlingen.

Soortgelijke projecten bestaan ook in het buitenland, o.a. in Nederland (‘Alle Scholen Zingen’, ToBe Cultuurcentrum, 2013; ‘De Zingende Stad’, Trienekens & van Miltenburg, 2009), het Verenigd Koninkrijk (‘Sing Up’, Welch et al., 2011) en verspreid over de EU (‘Sing Me In’, Glew et al., 2020).

1.2 Eerder onderzoek en probleemstelling

De gezondheidseffecten van zingen werden in het verleden al ruimschoots onderzocht. Zo blijkt zingen een invloed te hebben op ademhaling (Moss et al., 2018), hartslag (Vickhoff et al., 2013) en hormoonregulatie (o.a. cortisol, oxytocine, dopamine en serotonine) (Kang et al., 2017; Kreutz et al., 2004; Pearce et al., 2015; Weinstein et al., 2016).

Daarnaast werd reeds onderzoek gedaan naar de brede impact van muziek op het welbevinden. We stellen echter vast dat eerdere studies zich vaak richtten op het effect van *passief* muziek beluisteren (Carl & Kutsidzo, 2016; Daykin et al., 2018; Kreutz et al., 2004; Unwin et al., 2002). Er is nochtans evidentie dat het positieve effect van zélf actief muziek maken (incl. zingen) significant sterker is (Kang et al., 2017). Gridley en collega's (2011) vonden bijvoorbeeld dat zingen zorgt voor een afname in boosheid, *anxiety* en depressie, en dat het bijdraagt aan gevoelens van vreugde, vitaliteit, kracht en weerstand. Clift en Hancox (2001) associeerden koorzingen dan weer met het ervaren van geluk en energie, alsook een vermindering van stress en zorgen. Samen zingen leidt eveneens tot een toename in zelfvertrouwen en gevoelens van trots (Chorus America, 2009; Clift & Hancox, 2001; Morrison & Clift, 2012; Moss et al., 2018).

De sociale verbondenheid, die voortvloeit uit dat zingen in groepsverband, heeft een dubbele functie. Enerzijds draagt zingen in groep bij aan sterkere sociale netwerken (Gridley et al., 2011). In de studie van Pearce en collega's (2015) gaven participanten aan dat ze na de zanglessen hechter waren geworden met hun klasgenoten. Volgens ouders worden hun kinderen betere teamspelers en verwerven ze meer sociale vaardigheden door samen te zingen met anderen (Chorus America, 2009). Samen zingen draagt dus bij aan sociale verbondenheid. Anderzijds werd bij het bestuderen van de literatuur duidelijk dat 'zich deel voelen van een groep' een cruciale voorwaarde is opdat zingen enig positief effect kan hebben (Kang et al., 2017; Stewart & Lonsdale, 2016; Weinberg & Joseph, 2017). Er werd tevens geopperd dat het verhoogde welbevinden geen rechtstreeks effect is van zingen, maar te wijten is aan sociale verbondenheid en het daarmee samenhangende gevoel van erbij te horen (Glew et al., 2020; Gridley et al., 2011). Het is niet zozeer het zingen op zich dat de voornaamste impact heeft op welbevinden, maar het feit dat

mensen *samen* zingen. Dat zingen in groepsverband plaatsvindt, is dus wellicht mee doorslaggevend.

Verder werden voorheen hoofdzakelijk volwassenen en/of ouderen bevroegd, al dan niet met een vastgestelde pathologie. Zo onderzocht men reeds het effect van muziek en zingen bij mensen met dementie (Li et al., 2015; Daykin et al., 2018), afasie (Jungblut et al., 2014; de Bruin et al., 2016), Parkinson (Barnish et al., 2016; Buetow et al., 2014) en kanker (Fancourt et al., 2016).

Tot slot deden veel studies in het verleden bevragingen bij gevestigde koren. Hierbij moet worden opgemerkt dat koorleden er bewust voor kiezen om te participeren (Sandgren, 2009). Bij ‘Iedereen Zingt!’ participeren individuele leerlingen niet op vrijwillige basis. De zanglessen, die plaatsvinden tijdens de schooluren, worden immers bijgewoond door de volledige klas.

Als gevolg kan worden gesteld dat bepaalde topics in dit onderzoeksveld te eenzijdig werden belicht. Er werd voornamelijk onderzoek gedaan naar de invloed van passief muziek luisteren. Studies betrokken daarnaast meestal volwassenen met een al dan niet vastgestelde pathologie of vrijwillige koorzangers. Om tegemoet te komen aan de lacunes in de literatuur wil de studie die hier voorligt de focus verleggen naar de invloed van *actief* samen zingen (i.c. ‘Iedereen Zingt!’) op het welbevinden van *kinderen* in schoolse, *niet-therapeutische* settings.

Daarnaast willen we een antwoord bieden op een vraag van vzw Zuidgeluid. De organisatie ontving immers al veel positieve reacties en hoorde van leerkrachten dat hun leerlingen openbloeden en meer zelfvertrouwen kregen dankzij ‘Iedereen Zingt!’ (T. Scheck, persoonlijke communicatie, 21 februari 2022). De organisatoren willen echter dat deze anekdotische evidentie steviger onderbouwd wordt aan de hand van systematisch onderzoek. De onderzoeksvraag die

hieruit voortvloeit, luidt als volgt: *‘Wat is de invloed van het participatieproject ‘Iedereen Zingt!’ op het welbevinden van leerlingen in het derde leerjaar?’*

2. Conceptueel kader

Om een antwoord te kunnen bieden op de onderzoeksvraag is het cruciaal om een heldere conceptualisering van ‘welbevinden’ voorop te stellen. ‘Welbevinden’ is een ruim en weinig afgebakend begrip. Er werden dan ook al talloze pogingen gedaan om het construct in al zijn complexiteit te vatten. Eén van de oudste en bekendste conceptualisering van welbevinden is het Subjective Wellbeing (SWB) model van Ed Diener (1984). Dit model leunt aan bij de hedonische traditie in de moderne psychologie en beschrijft welbevinden als een subjectieve ervaring. Hedonisch welbevinden wordt soms ook emotioneel welbevinden genoemd. De focus ligt hier vooral op het verhogen van positieve en het reduceren van negatieve gevoelens (Vlaams Instituut Gezond Leven vzw, z.d.). Een andere traditie in de moderne psychologie legt eerder de focus op het cognitieve aspect van welbevinden. Dit eudaimonisch (of psychologisch) welbevinden heeft betrekking op zelfrealisatie en betekenisverlening (Vlaams Instituut Gezond Leven vzw, z.d.).

Deze paper hanteert de definitie van ‘welbevinden’ zoals omschreven in de *Well-being Theory* van Seligman (2011). Hierin worden de hedonische en eudaimonische tradities in één model geïntegreerd (Ascenso et al., 2016; Vlaams Instituut Gezond Leven vzw, z.d.). In deze theorie, ook wel het PERMA-model genoemd, beschrijft Seligman vijf meetbare dimensies die allen in even sterke mate bijdragen aan welbevinden. Geen enkele bouwsteen definieert echter het construct welbevinden op zich. Het acroniem PERMA staat voor *Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning* en *Achievement*. Door zowel emotionele, cognitieve als sociale componenten van welbevinden op te nemen, vormt deze theorie een uitbreiding op oudere modellen, waaronder ook de eerdergenoemde.

Het eerste element, *Positive Emotion*, gaat erom dat men zich goed voelt en geluk, trots, energie en enthousiasme kan ervaren in de dingen die men doet (OECD, 2013; Seligman, 2011). Ook zelfvertrouwen, *empowerment* en eigenaarschap vallen onder deze dimensie (Kaczor, 2015; Lee et al., 2017). *Engagement* verwijst naar een diepe interesse in en intense betrokkenheid bij een activiteit (Ascenso et al., 2016). Daarnaast wordt dit element vaak in één adem genoemd met het concept ‘flow’, dat volgens Csíkszentmihályi (1990) duidt op een mentale toestand waarin mensen erg geconcentreerd zijn en zo in beslag genomen worden door een activiteit dat niets anders nog belangrijk lijkt te zijn. *Relationships* vormt het derde element en verwijst naar het opbouwen en onderhouden van positieve interpersoonlijke relaties (Lee et al., 2017). Dit heeft eveneens betrekking op het geven en ontvangen van steun en het intrinsieke plezier van nieuwe mensen ontmoeten (Seligman, 2011). Het vierde element, *Meaning*, wordt begrepen als deel uitmaken van en bijdragen aan iets dat – naar jouw gevoel – verder reikt dan jezelf (Kaczor, 2015). Mensen voelen zich gewaardeerd als persoon en achten hun individuele bijdrage belangrijk (Jenkins et al., 2021). *Accomplishment*, ten slotte, gaat over het nastreven van succes, prestatie, winst en meesterschap als een doel op zich, ook als dat bijvoorbeeld geen positieve emoties (bijvoorbeeld trots) oplevert (Kaczor, 2015; Seligman, 2011). Seligman (2011) stelt echter dat een ‘achievement life’ in pure vorm zeldzaam is, gezien mensen die zo’n leven leiden meestal ook *Meaning*, *Positive Emotion* en *Engagement* ervaren.

Seligman (2011) onderscheidt daarenboven drie eigenschappen die alle vereist zijn opdat iets beschouwd kan worden als een element van welbevinden: (1) het draagt bij aan welbevinden, (2) vele mensen streven het na als een doel op zich en niet om andere zaken te bereiken, en (3) het wordt onafhankelijk van de andere elementen gedefinieerd en gemeten (i.e. exclusiviteit).

Kortom, deze vijf elementen dragen bij tot welbevinden en moeten alle nagestreefd worden, aangezien ze elk in even grote mate belangrijk zijn. Door deze te bevragen, wordt de invloed van 'Iedereen Zingt!' op het welbevinden van leerlingen zo nauwkeurig mogelijk gevat.

3. Methoden

In dit onderzoek werd de invloed van het project op het welbevinden van de leerlingen nagegaan aan de hand van kwalitatief onderzoek. Kwalitatief onderzoek probeert individuen, groepen en fenomenen in hun natuurlijke settings te begrijpen en reflecteert de zingeving die mensen geven aan eigen ervaringen (Ravitch & Carl, 2016). De meerwaarde van dit soort onderzoek is dat het inzicht biedt in de complexe beleving en recht doet aan de subjectieve ervaringen van de leerlingen met het project (Ascenso et al., 2016). Kwalitatieve onderzoeksbevindingen kunnen dan ook van grote waarde zijn voor toekomstige edities van 'Iedereen Zingt!'.

Dit onderzoek is een enkelvoudige instrumentele gevalsstudie (Creswell & Poth, 2017), waarbij één van de zes scholen die deelnemen aan het project diepgaand werd bestudeerd. Deze onderzoeksbenadering onderzoekt de relatie tussen mensen enerzijds en structuren (waarin die mensen werken, leven en leren) anderzijds vanuit een bepaalde welafgelijnde 'case' om zo inzicht te krijgen in een bepaald fenomeen. Het onderzoeksfenomeen in een gevalsstudie bevindt zich niet in een vacuüm, maar is steeds deel van een ruimere context (Creswell & Poth, 2017). De school in dit onderzoek situeert zich in een grootstedelijke omgeving. Aangezien deze school benaderd werd als een specifieke case, kunnen de resultaten niet overgedragen worden naar de andere scholen. Om tegemoet te komen aan de vereiste van gedetailleerde en meervoudige dataverzameling die typerend is voor een gevalsstudie, werden twee kwalitatieve dataverzamelingsmethoden gehanteerd: focusgroepen en semigestructureerde interviews.

3.1 Participanten en procedure

20 leerlingen (12 meisjes en 8 jongens, rond de leeftijd van 8-9 jaar) uit het derde leerjaar namen deel aan een focusgroeps gesprek, ook wel groepsinterview genoemd, waarbij onderlinge interactie en discussie actief gefaciliteerd worden (Ravitch & Carl, 2016). Het gesprek vond plaats één week voor het einde van het project. Er werd een oproep gedaan via de klasleerkracht, die een informatiebrief en toestemmingsformulier meegaf met elke leerling ([Bijlage C](#) en [Bijlage D](#)). De kinderen, van wie de ouders of voogd toestemming gaven om te participeren, werden onderverdeeld in drie kleinere groepen van zes à zeven leerlingen, telkens geleid door twee leden van het onderzoeksteam. De leerkrachten stelden de groepen samen op willekeurige wijze. Hierbij werden de klasgrenzen overschreden. De gesprekken vonden plaats tijdens de middagpauze, verspreid over drie klaslokalen, en duurden tussen de 30 minuten en één uur. De participanten werden bevraagd over hun ervaringen met het project, met een specifieke focus op hun welbevinden voor, tijdens en na de zanglessen. Leerlingen werden aangemoedigd om op elkaar in te spelen en hun antwoorden te beargumenteren. Aan het begin van het gesprek werden ze eraan herinnerd dat de data zo zorgvuldig en getrouw mogelijk zouden worden behandeld en dat ze hun toestemming te allen tijde mochten intrekken, zonder enige negatieve consequenties. Eén leerling besloot het focusgroeps gesprek voortijdig te verlaten, deze data werden dan ook niet opgenomen in de analyse.

Door gebruik te maken van focusgroepen konden meerdere deelnemers op hetzelfde moment bevraagd worden en kregen ze de kans om op elkaar in te spelen en antwoorden aan te vullen. Daarnaast vermoedden we dat kinderen zich in een vertrouwde groep minder geïntimideerd zouden voelen. De leidraad van de focusgroepen is opgenomen als bijlage ([Bijlage E](#)).

Enkele weken na afloop van het project werden eveneens data verzameld bij de twee klasleerkrachten, van wie de zangcoach ook actieve deelname verwachtte. Semigestructureerde interviews, die rijke, gecontextualiseerde data opleveren en uitweiding door beide partijen mogelijk maken, werden bij hen afgenomen (Ravitch & Carl, 2016). De leerkrachten werden via mail op de hoogte gebracht en ontvingen eveneens een formulier voor geïnformeerde toestemming ([Bijlage F](#)). Na het ondertekenen kregen ze de interviewleidraad ([Bijlage G](#)) doorgestuurd om zich (indien gewenst) te kunnen voorbereiden op het gesprek. De individuele interviews vonden enkele weken na afloop van het project plaats en beoogden de ervaren invloed van het project na te gaan, vanuit het oogpunt van de leerkrachten. Er was hierbij voornamelijk aandacht voor de impact op het welbevinden van de leerlingen. De online interviews die afzonderlijk werden afgenomen bij de juf en meester duurden één uur, respectievelijk 38 minuten.

3.2 Verantwoording schoolkeuze

Data werden verzameld bij twee klassen van het derde leerjaar van eenzelfde school. Er werd voor deze school geopteerd om verschillende redenen. Ten eerste hadden we al vroeg contact met deze school na een verkennende projectobservatie. Bovendien vonden de zanglessen plaats op momenten waarop wij ons gemakkelijk konden vrijmaken. Tot slot nam de school dit jaar voor het eerst deel aan ‘Iedereen Zingt!’ waardoor eventuele eerder gevormde bias uitgesloten kon worden.

3.3 Verantwoording leidraden

De leidraden van de focusgroepen en de interviews werden opgesteld aan de hand van de PERMA-bouwstenen (Seligman, 2011). Het PERMA-model is oorspronkelijk een kwantitatief model (OECD, 2013) dat aanleiding geeft tot gesloten vragenlijsten, zoals de *PERMA-profiler* (Butler & Kern, 2016). Een omvorming van de vragenlijsten was vereist om deze kwalitatief te kunnen inzetten. Eerdere onderzoekers gingen ons al voor in het kwalitatief bevragen van de bouwstenen (Ascenso et al., 2016; Kern et al., 2014). Bij het opstellen van de leidraden werd dan ook inspiratie opgedaan bij voornoemde studies. Voor deze leidraden werd gekozen voor open vragen. Door dit type vragen te stellen wordt getracht een gesprek op gang te brengen. Daarnaast werken open vragen ook uitnodigend en bestaat de mogelijkheid tot doorvragen, wat leidt tot rijkere data (Dube, 2019). Voor het opstellen van de leidraden werd een iteratief proces gevolgd, waarbij telkens teruggekoppeld werd met onze promotor. We maakten de vragen begrijpelijk voor de beoogde doelgroep en stelden de abstracte bouwstenen zo helder mogelijk voor.

3.4 Analyse

De focusgroepsgesprekken en interviews werden verbatim uitgeschreven. Dit houdt in dat het volledige gesprek wordt uitgeschreven in de originele bewoordingen van de participant (Ravitch & Carl, 2016). Om de data te analyseren, werd een ‘directed content analysis’ (DCA, Hsieh & Shannon, 2005) uitgevoerd op de transcripten. Hiervoor werden de sleutelconcepten (*Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning* en *Accomplishment*) bij aanvang van het analyseproces geïdentificeerd als a priori (analytische) codeercategorieën. Vervolgens werden operationele definities voor elke categorie opgesteld, gebruik makend van de *Well-being Theory* (Seligman, 2011). De keuze voor deze deductieve aanpak volgde uit het feit dat het PERMA-model reeds vanaf het onderzoeksopzet als kader diende, alsook de inhoud van de leidraden bepaalde.

Hierdoor bleek het niet langer mogelijk om met een open blik, zonder vooronderstellingen, naar de data te kijken. Verder dient te worden opgemerkt dat deze studie niet tot doel had het theoretisch raamwerk te valideren of verder uit te bouwen. Deze kwalitatieve studie beoogt louter welbevinden te bevatten door de onderliggende bouwstenen te bevragen.

De opdeling van de transcripten in betekenisvolle fragmenten gebeurde door drie duo's en verliep bijgevolg in twee rondes. De data werden vervolgens ondergebracht in een van de vijf overkoepelende categorieën, gebruikmakend van kleurencodes. Voortdurend overleg binnen het onderzoeksteam vond plaats, met het oog op het bereiken van volledige consensus. Het tweede luik van de analyse kende een eerder inductieve aanpak, waarbij er op een meer fijnmazige manier binnen elk van de categorieën gecodeerd en geanalyseerd werd. Door het gebruik van descriptieve codes, die ontleend werden aan de data, werd getracht recht te doen aan de belevingen van elke participant. De codes werden overigens voortdurend verfijnd door een iteratief lees- en codeerproces. Tot slot werden de codes gereorganiseerd tot betekenisvolle subcategorieën, waarbij ook oog was voor onderlinge verbanden en mogelijke inconsistenties met de literatuur. Een overzichtstabel van de gebruikte codes en hun conceptualisatie is opgenomen als bijlage ([Bijlage H](#)).

Dit proces werd uitgevoerd voor elk focusgroepsgesprek en interview afzonderlijk, gevolgd door een synthese van de bevindingen over de dataverzamelingmethoden heen.

3.5 Validiteit en betrouwbaarheid

Om de validiteit en betrouwbaarheid van dit onderzoek te garanderen, werden verschillende strategieën toegepast. In de eerste plaats werd ingezet op onderzoekertriangulatie. Zo droeg de voortdurende ideeënuitswisseling tussen de onderzoekers bij aan meer complexe data.

Elke onderzoeker was actief betrokken bij de beslissingen die gemaakt werden. Tevens werden de perspectieven van twee groepen bevroegd, op zoek naar nuances, meningsverschillen en spanningen. Dit heeft betrekking op datatriangulatie, en meer specifiek perspectief-triangulatie (Ravitch & Carl, 2016). Daarnaast werd strategisch nagedacht over zowel de volgorde van de vragen als de dataverzamelmethode. De vragen werden geclusterd volgens de bouwstenen van het PERMA-model en volgden elkaar logisch op. De interviewleidraden werden na afname van de focusgroeps gesprekken aangevuld met informatie die hieruit naar voren kwam. Tot slot werd deze paper doorheen de verschillende onderzoeksstadia gedeeld met medestudenten en onze promotor. Hierdoor werden gemaakte assumpties, interpretaties en biases in vraag gesteld. Dit werd meegenomen in het verdere verloop van het onderzoek.

Aangezien de onderzoeker in kwalitatief onderzoek wordt gezien als een onderzoeksinstrument, moeten biases actief gemonitord en uitgedaagd worden (Ravitch & Carl, 2016). We stonden steeds kritisch tegenover elkaars standpunten en maakten tijd vrij om denkfouten te bespreken. Daarnaast waren we ons ervan bewust dat we zowel bij de focusgroepen als bij de interviews de data mee beïnvloedden. We werden onvermijdelijk ook beïnvloed door onze eigen ervaringen met ‘Iedereen Zingt!’ en de positieve verhalen erover.

4. Resultaten

Aangezien dit onderzoek een antwoord wilde bieden op de vraag: ‘*Wat is de invloed van het participatieproject ‘Iedereen Zingt!’ op het welbevinden van leerlingen in het derde leerjaar?’*, zal in de bespreking van de resultaten hoofdzakelijk gefocust worden op de data van de leerlingen. De data van de leerkrachten fungeerden eerder als nuancering en aanvulling. Het was niet de bedoeling om de meningen van respondenten in exacte aantallen uit te drukken. Hoewel we ons ervan bewust zijn dat het gebrek aan exacte cijfers ons ertoe dwong vage en abstracte termen te gebruiken (bijvoorbeeld “de meeste leerlingen”), had dit onderzoek niet tot doel uitspraken te kwantificeren. Hieronder worden de onderzoeksresultaten afzonderlijk beschreven aan de hand van de vijf PERMA-bouwstenen, hoewel er in realiteit zeker sprake is van overlap tussen de elementen.

4.1 Positive Emotion

Deze bouwsteen omvat positieve gevoelens zoals blijdschap, enthousiasme, trots en energie (OECD, 2013; Seligman, 2011). Over het algemeen kan worden vastgesteld dat het project veel enthousiasme opwekte. De leerlingen gaven aan dat ze plezier en blijdschap beleefden aan het samen zingen: “Ik vind het dan ook leuk als ik zelf ga zingen, dat brengt een *big smile* (lacht)” (Leerling 3, focusgroep C). Ook de leerkrachten stelden deze positieve gevoelens vast bij hun leerlingen.

Enkele leerlingen kregen bovendien energie van de zanglessen. De meesten gaven echter aan dat ze na afloop vaak vermoeid waren. Er zijn dus individuele verschillen tussen de leerlingen. Het citaat van de leerkracht illustreert dit:

Ik denk dat dat een beetje afhangt van kind tot kind. Allee, er zijn er bij die heel enthousiast zijn en dat je merkt dat die gáán, maar er zijn er ook bij die afgeleid geraken en waarvan hun energiepeil zakt. (Juf L.)

Daarnaast ervoeren de meeste leerlingen gevoelens van trots, voornamelijk omwille van het toonmoment. Een van de leerkrachten legde een directe link tussen fierheid en welbevinden: “Er is wel een zekere fierheid die een hele positieve impact heeft gehad op hun welbevinden. Dat durven doen en daar met trots kunnen staan, dit als groep, als team meemaken en die kans eens krijgen” (Juf L.). Ze gaf bovendien aan dat sommige introverte leerlingen dankzij ‘Iedereen Zingt!’ openbloeden. Ook de leerlingen rapporteerden die toename in zelfzekerheid: “Ja, en ik durf ook veel meer. Ik ben daar wel trots op dat ik meer durf, omdat ik zo met een hele klas ga oefenen en dat je dan op een groot podium gaat staan” (Leerling 3, focusgroep B).

Het tegengestelde van *Positive Emotion* trad echter ook op, zoals gevoelens van onzekerheid en faalangst. Vanuit deze angst om niet aan de verwachtingen te voldoen, voelden enkele leerlingen zich meer gestrest naarmate het toonmoment naderde. Een leerling verwoordde het als volgt: “Ja, en dan ben je gestrest omdat je bang bent dat die [vrienden] het verkeerd gaan doen, of dat je zelf iets verkeerd gaat doen” (Leerling 5, Focusgroep B). De leerkrachten differentieerden tussen positieve, gezonde spanning en negatieve spanning (i.e. stress) en lichtten toe dat er bij de leerlingen hoofdzakelijk sprake was van die eerste vorm.

De zanglessen zelf veroorzaakten daarenboven een daling in negatieve gevoelens en zorgen: “Ja, soms heb ik wel een keer ruzie, maar dan, als we gaan zingen, dan voel ik mij al beter” (Leerling 5, Focusgroep B).

4.2 Engagement

Engagement gaat over concentratie, intense betrokkenheid, interesse, inspanning en immersie in een activiteit (Ascenso et al., 2016; Csíkszentmihályi, 1990). In dit onderzoeksrapport wordt concentratie geconceptualiseerd als gerichte aandacht en focus op het zingen. Betrokkenheid wordt gezien als actieve participatie tijdens de lessen. ‘Iedereen Zingt!’ heeft een positieve invloed op beide componenten, zoals blijkt uit volgend citaat:

Ik heb heel vaak andere dingen in mijn hoofd en dan kan ik mij zo moeilijk concentreren. Maar als we dan bij juf M. gaan zingen, dan is dat helemaal weg en dan doe ik gewoon, dan zing ik ... zonder problemen en dan let ik gewoon goed op. (Leerling 5, focusgroep B)

De leerkrachten merkten bovendien verschillen op tussen reguliere lessen en zanglessen: leerlingen lijken bij die laatste minder snel afgeleid te raken:

Ze luisterden veel gemakkelijker dan als ik bijvoorbeeld een les wiskunde zou geven, dan zou ik veel vaker hun aandacht moeten krijgen. En hier, juf M., die gaf bepaalde instructies en die [leerlingen] stonden direct in een rij en deden oefeningen. (Meester M.)

Verder waren de leerlingen ook gepreoccupeerd met het project. Ze waren voortdurend bezig met de liedjes en het toonmoment en verlangden naar de wekelijkse zanglessen.

Wij zijn zó gefocust op die liedjes dat wij doen, dat wij moeten oefenen voor 't concert en dan gaan wij ... zingen en dan denk ik niet meer iets anders. En dan na de lesjes, dan denk je zo van ‘Ja, 't is nu gedaan, we spelen met iets anders’, maar dan heb je die liedjes nog steeds in je hoofd. (Leerling 3, Focusgroep B)

Deze preoccupatie brengt *Engagement* in verband met de vorige bouwsteen, *Positive Emotion*. Het voortdurend bezig zijn met het project kan immers deels verklaard worden door faalangst en spanning vanwege het toonmoment.

Zingen had ook een invloed op de tijdsperceptie van de leerlingen. Wanneer leerlingen zich vermaakten tijdens de zanglessen, waren ze soms zo verzonken in het zingen dat ze alle besef van tijd verloren: “Als ik dat een leuk liedje vind, dan voelt dat alsof dat de tijd sneller gaat” (Leerling 4, focusgroep A). De leerlingen gaven aan dat ze vooral van een les genoten als dezelfde liedjes niet te vaak herhaald werden. Naarmate het einde naderde, werd er volgens de leerlingen overmatig herhaald (zowel tijdens als naast de zanglessen) wat door sommigen als vervelend ervaren werd. Variatie, zowel in lesverloop als in de aangeboden liedjes, blijkt dan ook een noodzakelijke voorwaarde voor de betrokkenheid van de leerlingen. Bovendien kan verondersteld worden dat ook de mate waarin leerkrachten achter het project stonden van belang was voor de betrokkenheid en inzet van de leerlingen.

4.3 Relationships

Relationships heeft betrekking op positieve interpersoonlijke relaties en het geven en ontvangen van steun (Lee et al., 2017). Wat betreft deze bouwsteen wordt het onderscheid gemaakt tussen wat voorheen al aanwezig was en waar ‘Iedereen Zingt!’ een directe invloed op had.

De twee klassen waren bij aanvang van het project al hechte groepen, waardoor de mogelijke positieve invloed op de groepsbanden moeilijk volledig kon worden waargenomen. Sommige leerlingen rapporteerden: “Er is niet echt verschil [in groepsbanden], omdat onze klas, wij kennen elkaar goed en als je twee jaar met dezelfde kinderen zit, dan heb je al een soort band” (Leerling 7, focusgroep B). Toch waren er ook leerlingen die wel verschillen in de groepsbanden

merkten. Op de vraag of ze beter overeenkwamen dankzij 'Iedereen Zingt!' antwoordde een leerling het volgende: "Ja, ... omdat we samen zingen en da's best leuk" (Leerling 5, Focusgroep C). Meester M. vulde aan: "Ik merk wel dat door het project ... die hebben elkaar nog meer gevonden."

Verder gaven enkele leerlingen aan meer vertrouwen te hebben gekregen in hun klasleerkracht en een sterkere band te ervaren. De meerderheid van de leerlingen merkte echter geen verschil. De twee leerkrachten ondervonden wel duidelijk een positieve invloed op de leerkracht-leerlingrelatie: "Dat gaf me wel de gelegenheid om ze nog een beetje beter te leren kennen en dat geeft me wel een betere band uiteraard, want dat is een inzicht die ik normaal niet zou verwerven" (Juf L.). De bevroegde leerkrachten waren overigens erg enthousiast en geëngageerd, wat waarschijnlijk ook een effect had op hun band met de leerlingen.

Een bijkomende vaststelling is dat het project de leerlingen kansen bood om samen te werken en elkaar te ondersteunen. De klasleerkrachten bevestigden dit: "Die motiveren elkaar heel erg om dingen te doen en te proberen hun angst te overwinnen ... Die proberen elkaar te overtuigen om zichzelf verder te tillen" (Juf L.).

Tot slot bleken klascohesie, en het gevoel van veiligheid dat daarmee gepaard gaat, cruciale voorwaarden voor het slagen van het project. Leerlingen dienen zich namelijk op hun gemak te voelen en de anderen te vertrouwen om zich volledig te durven openstellen. De angst voor negatieve beoordeling blijkt bovendien groter wanneer de leerlingen omringd worden door onbekenden. Het is niet zeker of het project dezelfde invloed zou hebben bij een minder hechte klasgroep. Ook de leerkracht uitte deze twijfel:

Ik kan me wel voorstellen dat met ... een sociaal mindere groep ... waar de interacties minder fijn zijn tussen de leerlingen, dat het toeleven naar zo'n optreden wel een positieve sfeer zou *kunnen* creëren. Ik weet niet of het project minder geslaagd zou zijn als de klas meer verdeeld was geweest. (Juf L.)

Hoewel participanten de positieve invloed op *Relationships* dus wel ter sprake brachten, merkten we dat de impact bij deze groep beperkt was. De juf vulde aan dat 'Iedereen Zingt!' alle voornoemde elementen onder deze bouwsteen wel faciliteerde.

4.4 *Meaning*

Mensen ervaren *Meaning* wanneer ze geloven deel uit te maken van iets dat groter is dan henzelf (Seligman, 2011). Ze voelen zich gewaardeerd en achten hun individuele bijdrage belangrijk (Jenkins et al., 2021). Deze bouwsteen komt minder voor in de data in vergelijking met de andere bouwstenen. Dit zou kunnen liggen aan het feit dat leerlingen daar minder spontaan over vertellen, omdat het een vaag concept is dat moeilijk te vatten is voor 8- en 9-jarigen. Echter, in de interviews en focusgroepen werd *Meaning* ook minder bevraagd. Ten slotte kan de ondervertegenwoordiging van *Meaning* in de data er ook op wijzen dat 'Iedereen Zingt!' hier effectief minder invloed op had dan op de andere vier bouwstenen.

Met zijn 280 deelnemers, verspreid over acht locaties, was 'Iedereen Zingt!' een grootschalig project. Zowel de leerlingen als hun klasleerkrachten erkenden de omvang van dit initiatief en waardeerden dat ze er deel van mochten uitmaken. Op die manier droeg 'Iedereen Zingt!' toch bij aan een gevoel van *Meaning*. Een leerkracht beschreef het project als een *once-in-a-lifetime experience* voor de leerlingen (Juf L.). Er werd veel belang gehecht aan het optreden in

deSingel. De zanglessen van ‘Iedereen Zingt!’ werden echter door enkele leerlingen gelijkgesteld aan muzische vorming, wat volgens hen minder belangrijk is dan reguliere lessen, zoals wiskunde.

Ondanks het feit dat ‘Iedereen Zingt!’ werd beleefd met de hele klas, beschouwden leerlingen hun individuele bijdrage als waardevol en relevant. Ook de leerkrachten bevestigden dit, maar nuanceerden dat dit niet voor alle leerlingen gold:

Ik denk dat sommige kinderen denken dat het geen blaas had uitgemaakt of ze er zelf zouden bij zijn of niet, dat hun bijdrage niet zo belangrijk is en dat een aantal vinden van wel. Ik denk dat daar heel veel variatie op zit. Ik denk dat dit echt gaat over persoonlijkheid en dat dat niet per se iets te maken heeft met zingen. (Juf L.)

Positieve feedback, zowel van de klasleerkracht als van de zangcoach, bleek bovendien belangrijk, aangezien de leerlingen zich op die manier gewaardeerd en gelukkig voelden: “Maar ik weet wel dat wij het goed doen, want ik word zo blijer ... Want de juf die moest huilen van blijdschap, omdat ze dat zo mooi vond dat wij allemaal dat hebben gedaan, allemaal meezingen” (Leerling 5, focusgroep B). Dit duidt op een verband tussen *Positive Emotion* en *Meaning*.

4.5 Accomplishment

Deze bouwsteen heeft betrekking op het nastreven van succes, prestatie, winst en meesterschap als een doel op zich (Seligman, 2011).

De lessen, die gegeven werden door professionele zangcoaches, leidden onvermijdelijk tot een verbetering van de zangkwaliteiten. Andere competenties bleken eveneens bevorderd te worden door het project. Zo leerden de kinderen woorden in andere talen en werden hun samenwerkingsvaardigheden bijgeschaafd. Een leerling gaf ook aan dat ze dit expliciet als doel gesteld had: “Om samen te werken, om niet alleen aan uzelf te denken en dat ge weet dat er nog

andere mensen zijn, kinderen die er ook keihard voor werken” (Leerling 5, Focusgroep B). Naast het opdoen van deze concrete vaardigheden verwierven de leerlingen ook meer zelfkennis: “Maar ik zing ook niet zo veel thuis ..., maar bij de lessen ... wist ik wel ineens: ‘Eigenlijk kan ik toch best wel goed zingen’” (Leerling 1, focusgroep A). Het is niet duidelijk of deze verhoogde zelfkennis ook vertaald wordt naar andere contexten en of dit zich verderzet na afloop van het project.

De nieuwverworven competenties hangen ook samen met de subjectieve ervaring iets verwezenlijkt te hebben. Hierbij dient te worden opgemerkt dat de focusgroeps gesprekken plaatsvonden vóór het toonmoment, waardoor de leerlingen enkel konden rapporteren over hoe ze zich *zouden* voelen bij afronding van het project. Dat nastreven van succes en prestatie deed zich zowel voor op individueel als op groepsniveau. Dit laatste is wellicht ook de kracht van ‘Iedereen Zingt!’. Het is pas door *samen* te zingen dat veel positieve effecten zich voordeden. Meester M. verwoordde het als volgt: “... dat ze ook zeiden van ‘Kijk, wij hebben dit als groep kunnen bereiken’, want dat was het uiteindelijk: een *groepsproject*.”

Veel leerlingen toonden zowel tijdens de zanglessen als daarbuiten een grote inzet, vooral vanuit een angst om niet aan de verwachtingen te voldoen. Dit kan gelinkt worden aan de faalangst, die al onder *Positive Emotion* werd besproken. Een leerling verwoordde het als volgt: “Dan moet je goed oefenen, omdat je het goed wil doen. Want anders loopt dat misschien mis” (Leerling 3, focusgroep B). Een andere link tussen *Accomplishment* en *Positive Emotion* is het feit dat het gevoel iets bereikt te hebben vaak positieve gevoelens opwekt, zoals trots en zelfzekerheid.

De inzet groeide volgens de leerkrachten ook naarmate het toonmoment naderde: “Ze wilden het echt allemaal juist doen, het was niet van ‘o nee, ik ga het een beetje doen’. Nee, het

moest echt *juist* zijn en dat was ... wel heel fijn om te zien” (Meester M.). Uit dit laatste blijkt de overlap tussen *Engagement* en *Accomplishment*.

5. Conclusie en discussie

Deze instrumentele gevalsstudie trachtte een antwoord te bieden op een praktische vraag van vzw Zuidgeluid. De bevindingen uit dit onderzoek kunnen dan ook van grote waarde zijn om toekomstige edities van ‘Iedereen Zingt!’ te organiseren. De onderzoeksvraag luidde als volgt: *‘Wat is de invloed van het participatieproject ‘Iedereen Zingt!’ op het welbevinden van leerlingen in het derde leerjaar?’*. Om dit na te gaan, werd de *Well-being Theory* (PERMA-model) van Seligman (2011) als kader gehanteerd.

Volgens Seligman (2011) zijn er vijf bouwstenen die bijdragen aan welbevinden. Deze werden allen bevraagd in de focusgroeps gesprekken en de interviews. Aan de hand van onze resultaten kon de anekdotische evidentie bevestigd worden. ‘Iedereen Zingt’ droeg namelijk bij de meeste leerlingen bij aan positieve emoties zoals enthousiasme, trots en zelfzekerheid. Ook in de literatuur werden deze effecten teruggevonden (Clift & Hancox, 2001; Morrison & Clift, 2012; Moss et al., 2018). De zanglessen zorgden eveneens voor een vermindering van zorgen, wat ook bevestigd werd door eerder onderzoek (Clift & Hancox, 2001). Verder bood het project de kans om volledig op te gaan in het zingen, waarbij de leerlingen de tijd uit het oog verloren. De leerlingen waren tijdens de lessen geconcentreerd, toonden grote betrokkenheid en bleven voortdurend bezig met het project. Dit komt overeen met het concept ‘flow’ (Csikszentmihályi, 1990). Enkele leerlingen ondervonden een versterking van de klascohesie. Bovendien hadden de meeste leerlingen het gevoel dat ze konden bijdragen aan iets dat groter is dan henzelf en ook het belang van ieders individuele bijdrage werd erkend. Tot slot verwierven de leerlingen verscheidene competenties en hadden ze zowel individueel als in groep de kans om hun doelen te verwezenlijken.

Wat kan er worden besloten met betrekking tot de invloed van ‘Iedereen Zingt!’ op het welbevinden? Het project droeg bij aan elk van de vijf bouwstenen, die gezamenlijk vormgeven aan het construct ‘welbevinden’. Er kan dus gesteld worden dat het welbevinden van de leerlingen wel degelijk positief beïnvloed werd.

Hier dienen echter enkele kanttekeningen bij te worden gemaakt. Het zingen droeg dan misschien bij aan een daling in zorgen, toch veroorzaakte het naderen van het toonmoment spanning en stress bij de leerlingen. Daarnaast waren veranderingen in groepsbanden slechts beperkt, doordat de bevroegde groep voorheen al goed samenhang. Klascohesie en het gevoel van veiligheid dat daarmee samenhangt, bleken dan ook bepalend voor het slagen van het project en de positieve invloed op het welbevinden. Hiermee bevestigt dit onderzoek het belang van sociale verbondenheid (Kang et al., 2017; Stewart & Lonsdale, 2016; Weinberg & Joseph, 2017). Ook variatie in het lesverloop en de aangeboden liedjes bleek cruciaal om verveling en afleiding bij de leerlingen te voorkomen. Tot slot werd reeds vermeld dat het engagement van de leerkrachten van belang was voor de betrokkenheid van de leerlingen. Het lijkt ons dan ook nuttig om in de toekomst nog meer in te zetten op het enthousiasmeren en motiveren van de leraren, zodat ze volledig achter het project staan.

Hoewel eerder onderzoek al ruimschoots de effecten van zingen aantoonde en sommige van die effecten dus ook optraden als gevolg van ‘Iedereen Zingt!’, valt het moeilijk na te gaan waar die veranderingen in gedrag of welbevinden aan te wijten zijn. Zijn ze volledig toe te schrijven aan het zingen op zich? Of zorgt het bezoek van een externe zangcoach en alle sensatie die het project met zich meebrengt ook voor positieve effecten? Het is echter weinig relevant om uit te maken welke factor de grootste bijdrage levert, aangezien met dit onderzoek de invloed van het gehele project op welbevinden werd nagegaan.

5.1 Onderzoekslimitaties en suggesties voor verder onderzoek

Ondanks dat er getracht werd dit onderzoek zo goed mogelijk uit te voeren, zijn er enkele limitaties. Vooreerst moet worden erkend dat de geselecteerde school zich erg inzette voor het project. Het is niet zeker of de andere scholen in even sterke mate geëngageerd waren. Zowel vzw Zuidgeluid als de klasleerkracht gaven bovendien aan dat de betrokken school meer bemiddeld is dan andere participerende scholen. Het zou dan ook interessant zijn om alle deelnemende scholen te vergelijken en eventuele verschillen in de invloed op het welbevinden op te sporen. Dit zal ook de externe validiteit ten goede komen: de gevonden effecten kunnen op die manier eventueel bekrachtigd worden.

We gaven in de Resultaten-sectie reeds aan dat *Meaning* ondervertegenwoordigd was in de leidraden. Dit is dan ook een methodologische tekortkoming die in de toekomst vermeden moet worden. Een pilotering van de leidraden had duidelijk kunnen maken dat deze bouwsteen onvoldoende bevraagd werd.

Het inzetten van focusgroepen brengt ook enkele beperkingen met zich mee. Hoewel aan de participanten werd verzekerd dat de data zorgvuldig zouden worden behandeld, kan volledige vertrouwelijkheid nooit gegarandeerd worden. De participanten kunnen alsnog aan anderen vertellen wat er besproken werd. Ook de samenstelling van de focusgroepen is bepalend: meningen van mondige sprekers of bevriende participanten kunnen de bovenhand nemen en op die manier de data vertekenen (Ravitch & Carl, 2016). In dit onderzoek hadden wij geen inspraak in de samenstelling van de groepen. De vlotte sprekers bleken niet gelijk verdeeld te zijn, wat zorgde voor verschillen in rijkdom van data. Vervolgonderzoek dient de groepen dan ook op een meer doordachte manier te maken.

Aangezien dit onderzoek pas van start ging toen ‘Iedereen Zingt!’ al halverwege was, kan onderzoek in de toekomst baat hebben bij een monitoring van begin tot eind. Een nulpuntmeting van het welbevinden bij alle leerlingen wordt dan immers mogelijk. Verder kunnen wij niet met zekerheid stellen dat de effecten op het welbevinden ook op lange termijn behouden zullen blijven. Verder onderzoek zou dit kunnen nagaan.

Niettegenstaande deze beperkingen heeft het onderzoek toch waardevolle inzichten opgeleverd. We hopen dan ook dat deze zullen worden meegenomen in de organisatie van toekomstige edities van ‘Iedereen Zingt!’

6. Referenties

- Ascenso, S., Williamon, A., & Perkins, R. (2016). Understanding the wellbeing of professional musicians through the lens of Positive Psychology. *Psychology of Music*, 45(1), 65–81. <https://doi.org/10.1177/0305735616646864>
- OECD (2013). *Well-Being Survey*. Authentic Happiness. Geraadpleegd op 8 mei 2022, van <https://www.authentichappiness.sas.upenn.edu/>
- Barnish, J., Atkinson, R. A., Barran, S. M., & Barnish, M. S. (2016). Potential Benefit of Singing for People with Parkinson's Disease: A Systematic Review. *Journal of Parkinson's Disease*, 6(3), 473–484. <https://doi.org/10.3233/jpd-160837>
- Buetow, S. A., Talmage, A., McCann, C., Fogg, L., & Purdy, S. (2014). Conceptualizing how group singing may enhance quality of life with Parkinson's disease. *Disability and Rehabilitation*, 36(5), 430–433. <https://doi.org/10.3109/09638288.2013.793749>
- Butler, J., & Kern M., L. (2016). The PERMA-profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1-48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>
- Carl, F., & Kutsidzo, R. (2016). Music and Wellbeing in Everyday Life: An Exploratory Study of Music Experience in Ghana. *Legon Journal of the Humanities*, 27(2), 29-46. <https://doi.org/10.4314/ljh.v27i2.3>
- Chorus America. (2009). *The Chorus Impact Study*. https://chorusamerica.org/sites/default/files/resources/ImpactStudy09_Report.pdf.

- Clift, S., & Hancox, G. (2001). The perceived benefits of singing. *Journal of the Royal Society for the Promotion of Health, 121*(4), 248–256.
<https://doi.org/10.1177/146642400112100409>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2017). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches*. SAGE Publications.
- Csikszentmihályi, M. (1990). *Flow: the psychology of optimal experience*. Harper Perennial.
- Daykin, N., Mansfield, L., Meads, C., Julier, G., Tomlinson, A., Payne, A., Grigsby Duffy, L., Lane, J., D’Innocenzo, G., Burnett, A., Kay, T., Dolan, P., Testoni, S., & Victor, C. (2018). What works for wellbeing? A systematic review of wellbeing outcomes for music and singing in adults. *Perspectives in Public Health, 138*(1), 39–46.
<https://doi.org/10.1177/1757913917740391>
- de Bruin, A. A., van Gaalden-Deuzeman, G. M. L. I. D., & Lindeboom, G. (2016). *Onderzoek naar het effect van zingen in een afasiekoor*. Hersenstichting Nederland; IJsselheim thuis in zorg en wonen.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*(3), 542–575.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Dube, S. (2019). *Writing open-ended and closed-ended questions for user research*. invesp. Geraadpleegd op 11 mei 2022, van <https://www.invespcro.com/blog/writing-open-ended-and-closed-ended-questions-for-user-research/>

- Fancourt, D., Williamon, A., Carvalho, L. A., Steptoe, A., Dow, R., & Lewis, I. (2016). Singing modulates mood, stress, cortisol, cytokine and neuropeptide activity in cancer patients and carers. *Ecancermedicalscience*, *10*. <https://doi.org/10.3332/ecancer.2016.631>
- Glew, S. G., Simonds, L. M., & Williams, E. I. (2020). The effects of group singing on the wellbeing and psychosocial outcomes of children and young people: a systematic integrative review. *Arts & Health*, *13*(3), 240–262.
<https://doi.org/10.1080/17533015.2020.1802604>
- Gridley, H., Astbury, J., Sharples, J., & Aguirre, C. (2011). Benefits of Group Singing for Community Health and Wellbeing. *Victorian Health Promotion Foundation*.
<https://www.artshealthresources.org.uk/wp-content/uploads/2019/04/2011-Benefits-of-group-singing-for-community-mental-health-wellbeing.pdf>
- Haaij, S., Hiemstra, T., & Slob, R. (2012). *Muziek telt! Over muziekeducatie in het basisonderwijs*.
https://www.orkestindeklas.nl/media/attachment/2015/11/18/muziek_telt_over_muziekeducatie_in_het_basisonderwijs-671365201.pdf
- Hsieh, H.F., & Shannon, S. E. (2005). Three Approaches to Qualitative Content Analysis. *Qualitative Health Research*, *15*(9), 1277–1288.
<https://doi.org/10.1177/1049732305276687>
- Jenkins, L. K., Farrer, R., & Aujla, I. J. (2021). Understanding the impact of an intergenerational arts and health project: a study into the psychological well-being of participants, carers and artists. *Public Health*, *194*, 121–126. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2021.02.029>

- Jungblut, M., Huber, W., Mais, C., & Schnitker, R. (2014). Paving the Way for Speech: Voice-Training-Induced Plasticity in Chronic Aphasia and Apraxia of Speech—Three Single Cases. *Neural Plasticity*, 2014, 1–14. <https://doi.org/10.1155/2014/841982>
- Kaczor, C. (2015). Aristotle, Aquinas, and Seligman on Happiness. *Journal of Psychology and Christianity*, 34(3), 196-204. <https://www.proquest.com/docview/1787812964?parentSessionId=Bospay15IsS59HkM61w56HTkhL7AkhcMBY3ijig064c%3D&pq-origsite=primo&accountid=17215>
- Kang, J., Scholp, A., & Jiang, J. J. (2017). A Review of the Physiological Effects and Mechanisms of Singing. *Journal of Voice*, 32(4), 390–395. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2017.07.008>
- Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A., & White, M. A. (2014). A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 262–271. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.936962>
- Kreutz, G., Bongard, S., Rohrman, S., Hodapp, V., & Grebe, D. (2004). Effects of Choir Singing or Listening on Secretory Immunoglobulin A, Cortisol, and Emotional State. *Journal of Behavioral Medicine*, 27(6), 623–635. <https://doi.org/10.1007/s10865-004-0006-9>
- Lee, J., Krause, A. E., & Davidson, J. W. (2017). The PERMA well-being model and music facilitation practice: Preliminary documentation for well-being through music provision in Australian schools. *Research Studies in Music Education*, 39(1), 73–89. <https://doi.org/10.1177/1321103x17703131>

- Levman, B. G. (2000). Western Theories of Music Origin, Historical and Modern. *Musicae Scientiae*, 4(2), 185–211. <https://doi.org/10.1177/102986490000400203>
- Li, H. C., Wang, H. H., Chou, F. H., & Chen, K. M. (2015). The Effect of Music Therapy on Cognitive Functioning Among Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of the American Medical Directors Association*, 16(1), 71–77. <https://doi.org/10.1016/j.jamda.2014.10.004>
- Morrison, I. & Clift, S. (2012). *Singing and Mental Health*. Canterbury Christ Church University.
- Moss, H., Lynch, J., & O'Donoghue, J. (2018). Exploring the perceived health benefits of singing in a choir: an international cross-sectional mixed-methods study. *Perspectives in Public Health*, 138(3), 160–168. <https://doi.org/10.1177/1757913917739652>
- Pearce, E., Launay, J., & Dunbar, R. I. M. (2015). The ice-breaker effect: singing mediates fast social bonding. *Royal Society Open Science*, 2(10), 150221. <https://doi.org/10.1098/rsos.150221>
- Ravitch, S. M., & Carl, N. M. (2016). *Qualitative Research: Bridging the Conceptual, Theoretical, and Methodological*. SAGE Publications, Inc.
- Sandgren, M. (2009). *Evidence for strong immediate well-being effects of choral singing: With more enjoyment for women than for men*. ESCOM 2009: 7th Triennial Conference of European Society for the Cognitive Sciences of Music. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-2009411317>

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: a visionary new understanding of happiness and well-being* (1ste editie). Atria.

Stewart, N. A. J., & Lonsdale, A. J. (2016). It's better together: The psychological benefits of singing in a choir. *Psychology of Music*, 44(6), 1240–1254.

<https://doi.org/10.1177/0305735615624976>

ToBe Cultuurcentrum. (2013). *Rapportage: Alle Scholen Zingen*. https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwighI7DpLH2AhUiJcUKHRebBqAQFnoECAgQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.dordrecht.nl%2Fpls%2Fidad%2FmozEgemDocument%3FF_DOCNR%3D3381885&usg=AOvVaw2IFWOiquQBfldBsKK8HQsd

Trienekens, S., & van Miltenburg, L. (2009). *De zingende stad: sociale en culturele effecten van een kunstproject*. Hogeschool van Amsterdam, Domein Maatschappij en Recht.

Vickhoff, B., Malmgren, H., Åström, R., Nyberg, G., Ekström, S. R., Engwall, M., Snygg, J., Nilsson, M., & Jörnsten, R. (2013). Music structure determines heart rate variability of singers. *Frontiers in Psychology*, 4. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00334>

Vlaams Instituut Gezond Leven vzw. (z.d.). *Mentaal welbevinden*. Geraadpleegd op 25 maart 2022, van <https://www.gezondleven.be/themas/mentaal-welbevinden/mentaal-welbevinden>

Weinberg, M. K., & Joseph, D. (2017). If you're happy and you know it: Music engagement and subjective wellbeing. *Psychology of Music*, 45(2), 257–267.

<https://doi.org/10.1177/0305735616659552>

Weinstein, D., Launay, J., Pearce, E., Dunbar, R. I. M., & Stewart, L. (2016). Singing and social bonding: changes in connectivity and pain threshold as a function of group size.

Evolution and Human Behavior, 37(2), 152–158.

<https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2015.10.002>

Welch, G. F., Himonides, E., Saunders, J., Papageorgi, I., Rinta, T., Preti, C., Stewart, C., Lani, J., & Hill, J. (2011). Researching the first year of the National Singing Programme Sing Up in England: An initial impact evaluation. *Psychomusicology: Music, Mind and Brain*,

21(1–2), 83–97. <https://doi.org/10.1037/h0094006>

Unwin, M. M., Kenny, D. T., & Davis, P. J. (2002). The Effects of Group Singing on Mood.

Psychology of Music, 30, 175–185. <https://doi.org/10.1177/0305735602302004>

7. Bijlagen

Bijlage A: Liedjesboek 'Iedereen Zingt 2022'

Grafisch ontwerp © Lies Schrevens



01 Tekst: Maud Vanhauwaert
Muziek: Margot de Wit
de letterdans

1. Er was eens een vro-lijk lied - je met een ge - mak - ke -lijk re -
fren met let-ter L en let-ter A die in lied - jes graag sa-men zijn

licht gezongen
La la la ...

Maar op een dag ging L op reis ver-vang je mij lie - ve let - ter
K Het is een heel een-vou-dig wijs - je, je danst al - tijd voor de A

snauw gezongen (naar dichtlijnen)
Ka ka ka ...

Nu voel-de A zich een beet-je vies en van dat dan - sen was ze
moe, dus nam zij ook haar va - lies en maak-te plaats voor de OE

met handen in kommatje voor de mond

Koe koe koe ...

De boer was he - le-maal niet blij want al zijn koe - ien de - den mee. Er stond er geen meer in de wei, hij ver-ving de K door T

met 'trompetstem'

Toe toe toe ...

Het re - frein toe - ter - de heel luid en in het druk - ke ver - keer bot-sten let - ters op de stoet. gin-gen flink mee te - keer.

Stoe-tie stoe-tie ...

T kreeg plots zo'n zin in kof - fie dus toen zei hij 'jon-gens doe!' S was ook niet meer zo fris drie let-ters ble - ven oei oei...

jammervol gezongen, met kapstem

Oei oei oei ...

Toen L en A van va-kan-tie kwa-men, maak-ten zij een die-pe frons. Ach jul-tie maak-ten er een-zooi van laat dat re-frein-tje, het re-frein-tje maar weer aan

2e keer prestissimo

ors. La la la

02

Tekst & muziek: Nancy Klein

hello to all the children



Hal - lo, Bon - jour, Bue-nos di - as.

Ni - hao, Gu - ten - tag, Ko - ni - chi - wa.

Ciao, Sja - lom Do - bre - djen.

Hel - lo to all the chil-dren off the world!



I've got a hap - py fee - ling in my head_

in my head_ in my head_ I've

got a hap - py fee - ling in my head_ and I

want it here_ to stay. (klap klap klap)

Lai lai lai lai lai lai, lai lai lai lai lai lai,

lai lai lai lai lai lai, lai lai lai lai_ (klap klap)



ik dans met de ster - ren. ik droom met de maan.
slaap met de aar - de. ik stroom met de zee.
bid met de bo - men. ik waai met de wind.

ik huil met de wol - ken en de gro - te_ o - ce - aan.
ik breek met de gol - ven en de bran - ding_ neemt me mee.
ik zing met de vo - gels en ik speel_ als een kind.

Hin - han - ni, laks - te. Hin - han - ni, was - tee.

Hin - han - ni, laks - te. To - nik tu - ha hee? ik


hee?

ik droom met de ster - ren.

ik droom met de maan. ik huil met de gro - te o - ce -

aan. Hin - han - ni, laks - te. Hin - han - ni, was - tee.

Hin - han - ni, laks - te. To - nik tu - ha hee?



05
leuk idee

Tekst: Jan Wouters
Muziek: Thomas De Baets

Men-sen groot en, klein, ik wil mi-nis-ter, zijn, de gro-te baas van 't land

— ja, droom maar met me mee, want 'k heb een leuk i - dee ...

1. Een week-end van vijf da-gen, geen ta-ken om te

ma-ken of toet-sen vol met vra-gen, maar fiet-sen, spe-len,

zin-gen, al-leen maar leu-ke din-gen,

Men-sen groot en klein, ik wil mi-nis-ter, zijn, de gro-te baas van 't land

— ja, droom maar met me mee, want 'k heb een leuk i - dee ...

2. Een le-ven zon-der pijn, geen zor-gen meer voor

mor-gen, hoe mooi zou dat niet zijn? Van 't oos-ten tot het

wes-ten, een we-reld zon-der pes-ten!

Men-sen groot en klein, ik wil mi-nis-ter, zijn, de gro-te baas van 't land

— ja, droom maar met me mee, want 'k heb een leuk i - dee ...

3. Geen dak-lo-ze op straat, geen kind in weer en

wind, wie doet er nu nog kwaad? Geen men-sen zon-der

e-ten, want nie-mand wordt ver-ge-ten.

Men-sen groot en, klein, ik wil mi-nis-ter, zijn, de gro-te baas van 't land

— ja, droom maar met me mee, want 'k heb een leuk i - dee ...

4. Een bos met dui-zend kleu-ren en dro-men aan de

bo-men, zo'n za-lig zoe-te geu-ren! In 't land van melk en

ho-ning zijn al-le men-sen ko-ning!

Men-sen groot en, klein, ik wil mi-nis-ter, zijn, de gro-te baas van 't land

— ja, droom maar met me mee, want 'k heb een leuk i - dee ...

'k heb een leuk i - dee ... 'k heb een leuk i - dee

09



o maetoemba



1
O ma - e - toem - ba _ _ toem - ba ma koem - ba _ _ O ma - e -
toem - ba o - e o me - ta O ma - e - toem - ba _ _ toem - ba ma
koem - ba _ _ O ma - e - toem - ba o - e o me - ta

2
Ba - na - na - na ba - na - na - na Ba - na - na - na Ba - na - na - na
Ba - na - na - na Ba - na - na - na Ba - na - na - na Ba - na - na - na O ma - e -

Iedereen Zingt! is een participatieproject van Zuidgeluid rond liedjes. Tien weken lang krijgen lagere schoolkinderen op verschillende locaties liedjes aangeleerd door een coach. De liedjes vind je terug in dit boekje.



meer weten?
www.zuidgeluid.be

volg ons op facebook en instagram




Met dank aan Janick, Belpairefonds en Centrum Louise Marie.

Hoewel het opsporen van de bronnen met uiterste zorg is geschied, blijft het mogelijk dat we iemand vergeten. In dat geval bieden wij onze verontschuldigingen aan aan rechthebbenden die niet vermeld werden en zijn we bereid verbeteringen aan te brengen in de volgende druk. Het is volstrekt verboden deze partituur over te schrijven, te fotokopiëren, te drukken of op een andere wijze te versimpeligen, op straffe van boetes en schadevergoeding voorzien in de auteurswet.














Bijlage B: Verloop van een zangles

Onderstaande beschrijving van een zangles is gebaseerd op observatienota's van twee sessies. Het is niet zeker dat alle zanglessen dergelijk verloop kennen. Deze beschrijving heeft tot doel een beeld te schetsen van een zangles.

De lessen beginnen vaak met een soort opwarmingsspel, waarbij eerst de zangcoach en later telkens één kind vooraan staat. Deze moet een ritme klappen en de rest van de klas dient dit na te doen. Nadien mogen enkele andere leerlingen deze rol overnemen.

Vervolgens neemt de zangcoach de leiding over het vervolg van de les. Fragmenten van liedjes worden aangeleerd of herhaald. De zangcoach zingt voor, leert de leerlingen vervolgens danspassen aan, en combineert vervolgens beide. De aangeleerde strofes worden later samengevoegd tot een volledig lied, waarbij de zangcoach aandacht heeft voor stukken die minder vlot gezongen worden. Het aanbrenge van de liederen verloopt overigens niet volgens een vaste volgorde. De zangcoach bepaalt het verloop van de les.

De meeste liederen uit het repertoire worden a capella aangeleerd. Op het concert is er muzikale begeleiding voorzien, verzorgd door het orkest van de jonge strijkers van 'Amaj Jong Symfonie'.

Bijlage C: Informatiebrief



Kortrijk, 8 maart 2022



[English below]

Beste ouder(s),

De afgelopen 10 weken nam uw zoon of dochter met zijn/haar klas deel aan het participatieproject *Iedereen Zingt!*. Wekelijks kwam een externe zangcoach op bezoek om liedjes aan te leren aan de leerlingen. Het was een boeiend traject waar uw zoon/dochter hopelijk van genoten heeft. *Iedereen Zingt!* wordt afgesloten met een feestelijk slotmoment op 30 maart in deSingel in Antwerpen.

Zes studenten van de bacheloropleiding Onderwijskunde aan de KU Leuven (Kortrijk) willen de impact van *Iedereen Zingt!* op het welbevinden van de leerlingen onderzoeken. Daarvoor plannen ze een **groepsinterview** met enkele leerlingen van de klas, alsook een interview met de klasleerkracht.

Bijgevoegd formulier is bedoeld om u op de hoogte te stellen van dit onderzoek en om uw **toestemming** te vragen. Indien u dit formulier ondertekent, gaat u akkoord dat uw zoon of dochter kan gevraagd worden voor een groepsgesprek met klasgenoten over *Iedereen Zingt!*. Het gesprek zal plaatsvinden tijdens de middagpauze en duurt max. 1 uur. Bovendien wordt een opname gemaakt (audio + video), die bedoeld is om de gegevensverwerking achteraf vlotter te laten verlopen. Het beeldmateriaal is alleen beschikbaar voor de onderzoekers en wordt na afloop verwijderd. Wat er in het gesprek verteld wordt, is bovendien vertrouwelijk en zal in het verslag worden geanonimiseerd. Gezien het feit dat de gesprekken zullen verlopen in aanwezigheid van andere leerlingen, is volledige confidentialiteit moeilijk te garanderen. We zullen de participanten er echter op wijzen dat er vertrouwelijk moet worden omgegaan met alle informatie die gedeeld werd tijdens het gesprek.

Wij hopen op een grote respons. Alvast bedankt voor uw medewerking.

Dear parent(s),

For the past 10 weeks, your son or daughter has participated with his/her class in the participation project *Iedereen Zingt!* Each week, a vocal coach visited the school to teach the students some songs. It was an exciting journey that your son/daughter hopefully enjoyed. *Iedereen Zingt!* will be concluded with a festive finale on 30 March in deSingel in Antwerp.

Six students from the bachelor's course in Educational Sciences at the KU Leuven (Kortrijk) intend to investigate the impact of *Iedereen Zingt!* on the pupils' sense of well-being. To this end, they are planning a group interview with some of the students in the class, as well as an interview with the class teacher.

The attached form is to inform you of this research and to ask for your permission. If you sign this form, you agree that your son or daughter may be asked to participate in a group interview with classmates about *Iedereen Zingt!*. The discussion will take place during lunch break and will last up to 1 hour. In addition, a recording will be made (audio + video), which is intended to facilitate data processing afterwards. The footage is only available to the researchers and will be deleted afterwards. Moreover, what is told in the interview is confidential and will be anonymized in the report. Given that the interviews will be conducted in the presence of other students, complete confidentiality is difficult to guarantee. However, we will remind participants that any information shared during the interview must be kept confidential.

We hope for a great response. Thank you in advance for your cooperation.

Yours sincerely

Lenthe Bastaens, Lieselot De Pauw, Tycho Hoydonckx, Kristina Peene, Lorien Peeters en Lore Mertens
Studenten derde bachelor Onderwijskunde – KU Leuven Kortrijk

Bijlage D: Formulier voor geïnformeerde toestemming (focusgroepen)

KU LEUVEN



Geïnformeerde toestemming voor medewerking aan focusgroepsgesprek

Ik, ondergetekende,

Naam en voornaam:

Ouder van (naam kind):

Telefoonnummer:

Ga akkoord om mijn kind te laten deelnemen aan een focusgroepsgesprek (groepsinterview) onder leiding van enkele studenten van de bachelor Onderwijskunde van de KU Leuven campus Kulak Kortrijk, **Lenthe Bastaens, Lieselot De Pauw, Tycho Hoydonckx, Lore Mertens, Kristina Peene en Lorien Peeters**, in het kader van het vak 'Methoden van het gedragswetenschappelijk onderzoek: integrerende opdracht – toepassing en reflectie'. De focusgroep en de analyse daarvan heeft als doel om de invloed van het participatieproject 'Iedereen zingt!' na te gaan op het welbevinden. Dit is een initiatief van de vzw Zuidgeluid, waar uw kind gedurende tien weken aan participeert/participeerde.

Ga akkoord dat dit gesprek opgenomen zal worden (audio en video). Deze beelden zijn enkel ter verwerking van het gesprek - zodat we weten wie aan het woord is binnen het groepsgesprek - en alleen beschikbaar voor bovenstaande studenten. Dit materiaal wordt na afloop van het onderzoek definitief verwijderd.

Ga akkoord dat de studenten dit gesprek onderling bespreken. Ondergetekende studenten engageren zich om de informatie discreet te behandelen. De naam van uw kind zal daarbij niet vermeld worden. De studenten koppelen eveneens de informatie uit hun analyse terug aan medestudenten, professoren en andere geïnteresseerden.

Ga akkoord met de rapportering van de antwoorden van mijn kind in een verslag van de studenten, dat de **bachelorproef** vormt voor deze opleiding. Het verslag zal gelezen en beoordeeld worden door het didactische team, die de gegevens vertrouwelijk zal behandelen. De geanonimiseerde resultaten kunnen echter ter beschikking worden gesteld aan derden na afloop van het onderzoek.

Ga akkoord met de afspraak dat het getranscribeerde gesprek kan ingezet worden voor wetenschappelijk onderzoek of in het kader van onderwijs. De onderzoekers zullen steeds vertrouwelijk omgaan met de informatie uit het interview.

Uw kind heeft het recht om het gesprek op elk moment stop te zetten, indien gewenst. Daarnaast kan u of uw kind ook na het interview de toestemming intrekken, waarop het materiaal niet verwerkt zal worden.

Datum:

Naam en handtekening van de ouder(s):

Naam en handtekening van de studenten:

Lorien Peeters Tycho Hoydonckx Kristina Peene Lieselot De Pauw Lore Mertens
 Heeft u nog vragen over dit interview dan kan u hiervoor terecht bij de betreffende studenten:
lenthe.bastaens@student.kuleuven.be, lieselot.depauw@student.kuleuven.be,
tycho.hoydonckx@student.kuleuven.be, lore.mertens@student.kuleuven.be,
kristina.peene@student.kuleuven.be, lorien.peeters@student.kuleuven.be
Lenthe Bastaens



Bijlage E: Leidraad focusgroepsgesprek

Introductie

Van alle liedjes die juf M. jullie heeft geleerd, welk liedje vind je het leukst? Waarom?

Hoofdvragen

Dan gaan we nu door naar de eerste echte vraag.

1. Positive Emotion

- Hoe doet het samen zingen met je klasgenoten je voelen?
 - Voel je je tijdens een zanglesje hetzelfde als voor een les? Of voel je je dan anders?
Zo ja, hoe?
 - En hoe voel je je net ná een zangles met juf M.?
- Als jullie samen zingen in de klas ...
 - ... voelen jullie je dan eerder blij of verdrietig?
 - ... krijgen jullie dan meer energie, of worden jullie net moe?
 - ... voelen jullie je trots of ben je net beschaamd?
 - ... ben je dan zelfzeker of meer verlegen?
 - ... voel je je ontspannen/rustig of heb je eerder stress?

We hebben net wat gevoelens overlopen, waar jullie soms verschillend op geantwoord hebben. We vragen ons ook af of die gevoelens veranderd zijn sinds de eerste les met juf M. “Leerling X, jij zei bv. “...”, is dat veranderd sinds de eerste les?”

2. Relationships

- Hoe tevreden ben je met je vriendschappen in de klas?
 - Hebben de lessen met juf M. daar een invloed op gehad?

- Heb je bijvoorbeeld nieuwe vrienden gemaakt? Of heb je klasgenoten beter leren kennen? Werk je plots met andere kinderen samen, waar je vroeger nooit mee samenwerkte?
- Hoe is de band met de andere kinderen van de klas?
 - Is dit veranderd sinds het eerste lesje met juf M.? Heb je het gevoel dat jullie met de klas een hechtere groep geworden zijn? Of net niet?
 - Hoe zie je dat?
- Hoe is de band met meester M./juf L.?
 - Is dit veranderd sinds het eerste lesje met juf M.?
 - Hoe merk je dit?
 - Heb je het gevoel dat de band met meester M./juf L. anders is tijdens de zanglessen dan tijdens de gewone lessen?

3. Engagement

- Heb je al het gevoel gehad dat de lesjes van juf M. sneller gedaan waren dan verwacht? Of niet?
 - Kun je daar wat meer over vertellen?
- Heb je tijdens de lesjes met juf M. al het gevoel gehad dat je zó met het zingen bezig bent, dat je aan niets anders denkt/dat je al de rest vergeet?
 - Indien ja: Hoe merk je dit bij jezelf? Kun je daar iets meer over vertellen?
 - Indien nee: Waar denk je dan wel aan? Waar ben je dan mee bezig in je hoofd?

4. Meaning (= deel uitmaken van en iets dienen dat groter is dan jezelf)

- Vind je de lessen met juf M. belangrijk? Waarom wel/niet?

- Denk je dat *wat jij doet* belangrijk is voor het grotere geheel (nl. de groep en het toonmoment in deSingel)?
 - Waarom denk je dat? Waarom niet?
 - Hoe denk je dat juf M. daarover denkt?

5. Accomplishment

- Wat wil je graag op het einde van alle lesjes kunnen/geleerd hebben?
 - Denk je dat dat zal lukken?
 - Jullie gaan binnenkort ook optreden in deSingel... Hoe belangrijk vinden jullie het dat er op het einde zo'n toonmoment is?
 - Stel dat het optreden plots niet meer zou doorgaan, hoe zouden jullie je daarbij voelen?
- Heb je het gevoel dat je ergens beter in bent geworden sinds de eerste les van juf M.?
 - Indien ze vertellen over 'mooier kunnen zingen': Zijn jullie nog beter geworden in andere dingen?
- Van alles wat je tijdens de lessen met juf M. gedaan hebt, waar ben je het meest trots op?
 - Leerling X, is dit bij jou ook zo?

Uitleiding

Nog een laatste vraag om af te ronden... Stel jullie voor dat er morgen plots een nieuwe leerling in de klas zit, die nog nooit van 'Iedereen Zingt!' heeft gehoord en aan jullie vraagt wat dat precies is. Wat zouden jullie dan tegen deze leerling zeggen?

Afsluiting en dankwoord

Bijlage F: Formulier voor geïnformeerde toestemming (interviews)



Geïnformeerde toestemming voor medewerking aan interview

Ik, ondergetekende,

Naam en voornaam:

Telefoonnummer:

Ga akkoord om een interview te geven aan studenten van de bachelor Onderwijskunde van de KU Leuven campus Kulak Kortrijk, **Lenthe Bastaens, Lieselot De Pauw, Tycho Hoydonckx, Lore Mertens, Kristina Peene en Lorien Peeters**, in het kader van het vak 'Methoden van het gedragswetenschappelijk onderzoek: integrerende opdracht – toepassing en reflectie'. Het interview en de analyse daarvan heeft als doel om de invloed na te gaan van het participatieproject 'Iedereen zingt!' op het welbevinden.

Ga akkoord dat dit gesprek opgenomen (audio en indien online met video) zal worden. Deze beelden zijn enkel ter verwerking van het gesprek en alleen beschikbaar voor bovenstaande studenten. Dit materiaal wordt na afloop van het onderzoek definitief verwijderd.

Ga akkoord dat de studenten dit interview onderling bespreken. Ondergetekende studenten engageren zich om de informatie uit de interviews discreet te behandelen. De naam van de geïnterviewde zal daarbij niet vermeld worden. De studenten koppelen eveneens de informatie uit hun analyse terug aan medestudenten, professoren en andere geïnteresseerden.

Ga akkoord met de rapportering van mijn antwoorden uit het interview in een verslag van de studenten, dat de bachelorproef vormt voor deze opleiding. Het verslag zal gelezen en beoordeeld worden door het didactische team, die de gegevens vertrouwelijk zal behandelen. De geanonimiseerde resultaten kunnen echter ter beschikking worden gesteld aan derden na afloop van het onderzoek.

Ga akkoord met de afspraak dat het getranscribeerde interview kan ingezet worden voor wetenschappelijk onderzoek of in het kader van onderwijs. De onderzoekers zullen steeds vertrouwelijk omgaan met de informatie uit het interview.

U heeft het recht om het interview op elk moment stop te zetten, indien u dit wenst. Daarnaast kan u ook na het interview uw toestemming intrekken, waarop het materiaal niet verwerkt zal worden.

Datum:

Naam en handtekening van de geïnterviewde:

Naam en handtekening van de studenten:

Heeft u nog vragen over dit interview dan kan u hiervoor terecht bij de betreffende studenten:

lenthe.bastaens@student.kuleuven.be, lieselot.depauw@student.kuleuven.be,

tycho.hoydonckx@student.kuleuven.be, lore.mertens@student.kuleuven.be,

kristina.peene@student.kuleuven.be, lorien.peeters@student.kuleuven.be



Bijlage G: Leidraad interview

Inleidingsvraag

Uw school nam dit jaar voor het eerste jaar deel aan ‘*Iedereen Zingt!*’ waarbij er wekelijks een zangcoach van Zuidgeluid in de klas kwam om liedjes aan te leren. We zijn echter ook geïnteresseerd in hoe zang- of muzieklessen normaliter gegeven worden bij jullie op school. Kunt u daar wat meer over vertellen?

- Hoeveel uur per week?
- Welke soort liedjes worden er gezongen? Hoe worden deze gekozen?
- Worden de muzieklessen door u gegeven of door een specifieke zangleerkracht?
- Hoe worden de muzieklessen concreet georganiseerd? Kunt u het verloop van een muziekles beschrijven?

Hoe heeft u persoonlijk het volledige project ‘*Iedereen Zingt!*’ ervaren?

Hoofdvragen

1. Positive Emotion

- Welke invloed denkt u dat het samen zingen heeft op de gevoelens van uw leerlingen?
 - Kunt u daar een voorbeeld van geven?
- Merkte u een verandering tussen het begin van de lessenreeks en na afloop van het project?
 - Hoe merkt u dat?
- Merkt u een verandering bij de kinderen vlak voor, tijdens en net na een les met juf M.?
- Als de leerlingen samen zingen in de klas...
 - Merkt u veranderingen in hun geluksniveau? Hoe merkt u dat?
 - Is dit voor alle leerlingen zo of zijn er uitzonderingen?
 - Merkt u veranderingen in hun energiepeil? Kan u daar wat meer over zeggen?

- Is dit voor alle leerlingen zo of zijn er uitzonderingen?
- Zijn ze dan eerder trots of meer verlegen? Merkt u veranderingen in hun zelfvertrouwen? Is dit geëvolueerd doorheen de lessenreeks?
 - Is dit voor alle leerlingen zo of zijn er uitzonderingen?
- Merkt u veranderingen in hun stressniveau?
 - Is dit voor alle leerlingen zo of zijn er uitzonderingen?

2. Relationships

- Hoe is de band/hoe zijn de vriendschappen tussen de leerlingen onderling?
 - Heeft het project daar een invloed op gehad?
 - Kunt u daar wat toelichting bij geven?
 - Is de klasdynamiek veranderd sinds de eerste les van ‘Iedereen Zingt!’?
 - Kunt u daar een voorbeeld van geven?
 - Is die band tussen de leerlingen onderling volgens u een noodzakelijke voorwaarde voor het slagen van het project?
- Is uw band als leerkracht met elk van uw leerlingen veranderd als gevolg van het project?
 - Zo ja, hoe merkt u dit?
 - Zo nee, waaraan zou dit kunnen liggen? Zou dit hetzelfde of anders zijn indien uzelf de lessen had gegeven?

3. Engagement

- In welke mate waren uw leerlingen betrokken bij het zingen tijdens de lessen?
 - In hoeverre waren leerlingen verzonken in de activiteit? Hoe merkte u dit?

- In hoeverre waren de leerlingen makkelijk/snel afgeleid tijdens de zanglessen? Merkt u verschillen in hun concentratieniveau tijdens deze lessen in vergelijking met de reguliere lessen?
 - Kunt u hier enkele voorbeelden van geven?
- Hoe gemotiveerd waren uw leerlingen tijdens de lessen met juf M.?
 - Stel dat er geen toonmoment was op het einde, zouden de kinderen even gemotiveerd geweest zijn?

4. Meaning

- In welke mate denkt u dat de leerlingen hun individuele bijdrage belangrijk vinden voor het geheel?
 - Hoe merkt u dit?
- Welk belang hechtten de leerlingen aan de wekelijkse zanglessen?
 - Hoe zie je dit?
- Zijn de zanglessen een meerwaarde geweest in het leven van de leerlingen?

5. Accomplishment

- Welke doelen hebben de leerlingen voor zichzelf opgesteld? Hebben ze die ook bereikt?
 - Hoe belangrijk denkt u dat het voor de leerlingen was dat ze hun doelen bereikten?
- Zijn de leerlingen ergens beter in geworden – los van hun muzikale vaardigheden?

Uitleiding

- In het algemeen, welke impact denkt u dat het project had op het welbevinden van uw leerlingen?
- Stel dat uw school volgend jaar weer zou participeren, wat zou er nog aangepast moeten worden om het welbevinden van uw leerlingen nog meer/wel te bevorderen?

- Kunt u vertellen wat er nu nog niet goed liep?

Afsluiting en dankwoord

Bijlage H: Codeerschema

	DEFINITIES CODES	Participanten-groep
	Positive Emotion	
ENTHOUSIASME	Genot en blijdschap ervaren tijdens het zingen en er plezier aan beleven.	LLN/LKR
ENERGIE	Toestand waarin men levendig, uitgelaten en opgewekt is.	LLN/LKR
NEG_SPANNING	Het ervaren van stress, in het nadeel van de leerlingen.	LLN/LKR
POS_SPANNING	Gezonde zenuwen en een gevoel van opwinding en nieuwsgierigheid.	LKR
TROTS	Ervaring van fierheid en willen tonen aan anderen wat je kan	LLN/LKR
FAALANGST	Angst om niet aan de verwachtingen te voldoen	LLN/LKR
ZELFZEKERHEID	Vertrouwen in eigen kunnen en zichzelf durven tonen	LLN/LKR
OPKIKKERTJE	Een aanzienlijke vermindering van negatieve gevoelens door het zingen.	LLN
	Engagement	
CONCENTRATIE	Het vermogen om de aandacht bij de zanglessen te houden, zonder afgeleid te worden door externe en/of interne prikkels	LLN/LKR
BETROKKENHEID	Tijdens de lessen actief participeren	LLN/LKR
PREOCCUPATIE	Naast de lessen voortdurend met het zingen en het project bezig zijn en ernaar verlangen	LLN/LKR
TIJDSPERCEPTIE	Hoe men de voortgang van tijd ervaart tijdens een les	LLN/LKR
	Relationships	
CONNECTIE_LKR	Een gevoel van onderling vertrouwen en veiligheid, en het ervaren van steun door de leerkracht	LLN/LKR
CONNECTIE_COACH	De band met de zangleerkracht	LLN/LKR
KLASCOHESIE	De onderlinge banden tussen leerlingen die zorgen voor een hecht groepsgevoel in de klas	LLN/LKR
EMPOWERMENT	Steun bieden aan een ander en die motiveren om boven zichzelf uit te stijgen	LKR
VEILIGHEID	De mate waarin men zich vertrouwd en op het gemak voelt bij vrienden/leeftijdsgenoten	LLN/LKR
SAMENWERKING	De hulp aan een ander en gezamenlijke inzet om een bepaald doel te bereiken	LLN/LKR
RESPECT	Acceptatie en tolerantie voor een ander persoon	LKR
KLASDYNAMIEK	De sfeer en het functioneren van een klas en de interacties tussen leerlingen onderling	LKR

	Meaning	
BELANG VAN PROJECT	Waardering van 'Iedereen Zingt!' op zich, zowel de lessenreeks, als het toonmoment	LLN/LKR
BELANG VAN ZELF	Zichzelf noodzakelijk achten voor het slagen van het project	LLN/LKR
WAARDERING	(Streven naar) appreciatie door anderen en het feit dat anderen inzien dat je iets goeds hebt gedaan	LLN
LEVENSLES	Ervaringen die de leerlingen meenemen naar hun verdere toekomst	LKR
	Accomplishment	
COMPETENTIE	De mate waarin de participanten een concrete vaardigheid geleerd hebben door participatie aan het project	LLN/LKR
EIGENPRESTATIE	Het gevoel hebben iets bereikt te hebben op zichzelf	LLN/LKR
GROEPSPRESTATIE	Het gevoel hebben iets bereikt te hebben met de hele groep	LLN/LKR
INZET	Zich inspannen om een doel te bereiken	LLN/LKR