

Raak MKB-onderzoek Versterking Inclusieve Samenwerking Theater Lesbrief Comfort en ontregeling

Door: Caro Wicher, ArtEZ

Initiatief en meeleezer: Mieke Cardol, Hogeschool Rotterdam

Opdracht: Schrijf een lesbrief voor de drie sferen uit het onderzoek naar Inclusief Theater die betrekking hebben op de uitwisseling tussen inclusief theater en de maatschappij. De naar buiten gerichte sferen. Laat het vooral praktisch zijn, nieuwsgierig-makend en waar mogelijk in samenwerking met spelers met een verstandelijke beperking.

De sfeer van **Comfort en Ontregeling** is een naar buiten gerichte sfeer, wat betekent dat het in deze sfeer vooral gaat om de wisselwerking tussen inclusief theater en de maatschappij.

Het publiek vermaken en ook aan het denken zetten wordt in verband gebracht met de samenstelling van het publiek, educatie als doel, de mate en wijze van interactie met het publiek, en met de inwerking van de voorstelling op het publiek.

Woorden die naar deze sfeer verwijzen: Educatie, inwerking op publiek, interactie publiek, samenstelling publiek.

De quotes uit de interviews die raken en inspireren zijn de volgende:

Theatermakers: *Herkenning. Wat theatermakers willen bereiken is dat toeschouwers geconfronteerd worden met hun vooroordelen en zich nu en dan ongemakkelijk voelen zodat die vooroordelen bijgesteld kunnen worden. Dat geldt zowel naar mensen met een beperking als bijvoorbeeld naar mensen uit een andere cultuur. Het is voor een theatermaker belangrijk dat het publiek de spelers echt ziet, als mens. Een graadmeter daarin kan zijn dat het publiek zich na afloop afvraagt wie nu eigenlijk een beperking had. Ook de herkenning van de thema's helpt daarbij; 'we hebben in feite dezelfde zorgen'.*

Begeleiders: *Taboes, het is mooi als het publiek niet meer kijkt naar wie er beperkt is en wie niet. Dat ze vooral spelers op het toneel zien, een acteur met talent.*

Acteurs met beperking: Shockeren: Sommigen zouden de toeschouwers wel willen shockeren en uit hun comfortzone halen, zodat ze als het ware wakker worden geschud.

Uitwerking:

Uitgangspunten voor een les aan een groep studenten:

Wie ben je en wat zijn jouw waarden en normen? Wat vind je belangrijk en waar word je gelukkig door? Door welke bril kijk je naar de wereld, de maatschappij, de ander. Wanneer ben je comfortabel en ontspannen, wanneer word je ontregeld en kom je in een spannende situatie?

We zijn allemaal hetzelfde – we zijn heel verschillend

We hebben allemaal een lichaam – elk lichaam werkt anders

We hebben allemaal gedachtes – mijn gedachtes lopen via andere routes

Lesdoel voor de lesbrief van Comfort en Ontregeling

De deelnemers hebben aan het eind van deze les zichzelf getoond door middel van een portret en hebben verteld of laten zien waar ze zich comfortabel hebben gevoeld of ontregeld.

Lesbrief Comfort en Ontregeling

PRAKTISCHE ZAKEN

- Voor wie:** 20 studenten MBO/HBO. De studenten kennen elkaar.
- Waar:** Studio of groot leslokaal, het liefst zonder tafels zodat er genoeg ruimte is op de vloer, wel stoelen voor iedereen.
- Duur les:** 2.5 uur.
- Voorwerk:** Studenten hebben kennis genomen van het onderzoek naar Inclusief Theater en hebben zich ingelezen in de sfeer van Comfort en Ontregeling.
- Benodigheden:** 20 grote vellen wit of lichtbruin papier van minimaal 2 meter bij 80 cm. Stiften in verschillende kleuren, etiketten en kleine papiertjes/memoblaadjes.
- Tape om de vellen op de muur te plakken. Of touw dat door het lokaal kan worden gespannen en wijsknijpers om de vellen aan het touw te kunnen vastmaken.
- Ter ondersteuning:** Ter ondersteuning van de les zijn een aantal bijlages toegevoegd. Deze kunnen ook bij het lesgeven van een inclusieve groep behulpzaam zijn.
- Er zijn voorbeelden van (het tekenen van een silhouet (bijlage 1), emoticons (zie bijlage 2), vragen die je kan stellen in het interview (zie bijlage 3), pictogrammen over de acties en gedragingen (zie bijlage 4).

LESPLAN Comfort en Ontregeling

Stap 1: Uitleg en afspraken 10 minuten.

Geef een korte uitleg over wat de studenten gaan meemaken en vertel het lesdoel. Tijdens de start van de les worden ook de regels besproken om een veilig klimaat te verkrijgen. Een idee is om met elkaar af te spreken dat jij zelf ten alle tijden baas bent over de te geven informatie over jezelf.

Voorbeeld: Beeld jezelf in dat je in het bezit bent van een 'volumeknop': je bepaalt zelf het 'volume' van hoeveel of hoe spannend/persoonlijk je iets wilt prijsgeven. Dit is een manier die wordt gebruikt bij de methode van het Geweldloos Communiceren (Rosenberg, 2018).

Stap 2: Silhouet 15 minuten (7/8 minuten per persoon)

Maak op een groot vel papier de omtrek van de persoon die je zo gaat observeren/interviewen. Draag zorg voor de juiste verhoudingen: let op de posities van de schouders, de breedte van het lijf, de lengte van de persoon. Doe moeite om de omtrek en bijvoorbeeld het haar van de ander zo te tekenen dat het overeen komt. Check of de ander zich kan herkennen. Verbeter waar nodig.

Trek dan precies door het midden een stippellijn van boven naar beneden en verdeel op die manier het lijf in twee helften. De ene kant zal de buitenkant van de persoon verbeelden, de andere kant de binnenkant. (voorbeeld van de tekening zie bijlage 1)

Stap 3: Observeren 20 minuten

What you see is what you get: observeer elkaar en probeer achter zo veel mogelijk feitjes te komen van de ander (dus niet wat men denkt of voelt, maar wat er werkelijk is).

Bijvoorbeeld: Het hebben van zichtbare zaken zoals lang haar, blauwe ogen en een beugeldraadje achter de voortanden tot aan een moedervlek op de bovenarm, een tatoeage in de linkerschouder, het dragen van twee verschillende sokken.

Teken dit met zijn tweeën in bij de persoon in kwestie. Kleed de persoon als het ware aan met deze zichtbare verkregen feitelijke zaken. Het observeren en tekenen mag na elkaar gebeuren, maar kan ook in elkaar overlopen.

Probeer bij deze stap zo min mogelijk te spreken.

Stap 4: Onzichtbaar 30 minuten (maak eventueel nieuwe duo's)

Wat zijn de onzichtbare gedachtes, dromen, angsten, idealen van iemand? Interview elkaar en bevrage de ander op deze innerlijke gevoelens en intenties. Waar wordt iemand gelukkig van? Waar is iemand bang voor? Waar verlangt iemand naar? Waarin zoekt iemand bevestiging? Waar loopt iemand voor weg of gaat iemand uit de weg? Wat trekt iemand uit diens comfortzone? Wat vind iemand eng van een ander?

Geef (alleen of samen) vorm aan deze innerlijke drijfveren. Je mag woorden gebruiken, maar het mag ook worden uitgedrukt in tekeningen, symbolen, kleuren, structuren of verwijzingen.

Voor ondersteuning zijn vragen opgeschreven in bijlage 3.

Stap 5: Geheimen 15 minuten (maak eventueel nieuwe duo's)

“Als jij mij echt zou kennen dan zou je weten dat ik”. In plaats van geïnterviewd te worden vertelt iemand over zaken die niet zo zichtbaar zijn of informatie die alleen is gedeeld met intimi of personen die dichtbij staan.

Je begint met de zin “Als jij mij echt zou kennen dan zou je weten dat ik”, en vertelt dat wat jij kwijt wilt. Dit wordt opgeschreven op een memoblaadje of klein papiertje en wordt dichtgevouwen en in de broekzak, tas of blouse opening geschoven en met een scherpe vouw vastgemaakt aan het portret. Hierdoor is het gegeven wel verbonden aan het portret maar niet meteen volledig zichtbaar of leesbaar.

Stap 6: De blik van de ander 15 minuten (maak eventueel nieuwe duo's)

‘Ik denk dat jij mij zo ziet’. Maak hier gebruik van de etiketten die er liggen. Probeer woorden te brengen hoe de ander (de buitenstaander) naar jou kijkt. Wat denk je dat hij/zij/hen dan ziet en denkt? Welke aanname of (voor)oordeel ligt in de blik van de ander. Schrijf deze op het etiket en plak deze op je portret. Vraag aan de ander of het klopt wat jij denkt. Als de ander zegt dat het klopt laat je het etiket ongewijzigd, als de ander ontkent blijft het etiket wel op het portret maar mag het ook worden doorgekruist.

Stap 7: Tonen van de silhouetten 15 minuten

Hang al deze tekeningen op als zijnde een museum waarin al deze personen worden tentoongesteld. Kies gezamenlijk (dus met de hele groep) hoe deze portretten worden gepositioneerd. Als groep allemaal bij elkaar, op volgorde van haardracht, leeftijd of op kleur, in groepjes of juist als eenlingen verspreid door de ruimte?

Neem de tijd om met elkaar langs al deze tekeningen te lopen en te zien waar deze personen overeenkomsten vertonen en waar ze wellicht heel anders in zijn om zo te kunnen kiezen voor een positionering.

Stap 8: Terugblikken 15 minuten

Terugblikken op hoe er is gewerkt en wat of wie je heeft verrast? Waar heb je iets nieuws over jezelf geleerd of heb je iets ouds herkend? Wat heeft je verrast aan de anderen? Ben je iets nieuws tegen gekomen? Door wat je nu te weten bent gekomen, heeft dat iets in je beleving of kijk op jezelf of de ander veranderd?

Stap 9: Evaluatie 15 minuten

Eindvraag: Waar voelde jij je comfortabel? Waar werd jij ontregeld?

Blik met elkaar terug door nogmaals naar de beginsituatie terug te gaan en de sfeer van comfort en ontregeling te bekijken. Heeft deze manier van naar jezelf en naar de ander kijken iets van deze sfeer bij je los gemaakt?

Bijlage 1: Voorbeelden van het te maken portret

Bijlage 2: Emoticons om te ondersteunen in het kiezen van emoties.

Bijlage 3: vragen ter ondersteuning van het interview naar innerlijke drijfveren, verlangens, dromen, angsten etc.

Bijlage 4: Acties en gedragingen om te ondersteunen in het vertellen over mogelijke acties of gedragingen die geïnterviewde zou willen doen of juist zou vermijden.

Verwijzingen

Dreamstime.com. (2022, 11 19). Opgehaald van Dreamstime:

https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&ccid=J6yEdZC%2B&id=58542815BB8F86550F40DCCB9257D0F7712F9DA7&thid=OIP.J6yEdZC-b7_zCTarWiXnyQHaH0&mediaurl=https%3A%2F%2Fthumbs.dreamstime.com%2Fz%2Fsmiley-emoticon-glossy-vector-set-cleverly-organized-layers

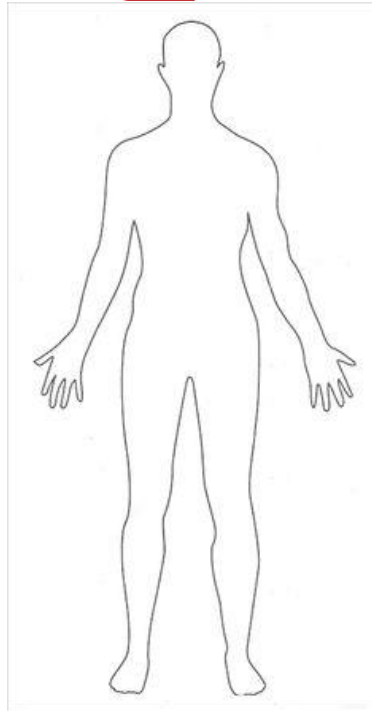
Japanse Levenslessen, de klas van Meester Kanamori (2011). [Film].

Rosenberg, M. B. (2018). *Geweldloze communicatie*. Rotterdam: Lemniscaat.

BIJLAGE 1 silhouet

Voorbeeld 1:

Silhouet van een persoon.



Voorbeeld 2: Twee stills uit de film 'Japanse levenslessen' van Kanamori (Japanse Levenslessen, de klas van Meester Kanamori, 2011) die het tekenen van een silhouet weergeven.



BIJLAGE 2 emoticons

(Dreamstime.com, 2022)



BIJLAGE 3 vragen voor een interview

- Waar word je gelukkig van?
- Wat vind je leuk om te doen?
- Met wie ben je graag samen?
- Wat zou je graag willen leren?
- Wat zou je willen kunnen wat een ander al kan maar jij (nog) niet?
- Waar droom je van?
- Wat probeer je niet te hoeven doen?
- Waar word je blij van om te doen?
- Waar zou je een ander blij mee kunnen maken?
- Welk compliment zou je willen krijgen?
- Waar ben je bang voor?
- Wat zou je iedereen willen vertellen?
- Wat zou je willen veranderen?
- Wat hoop je over vijf jaar te kunnen?
- Waar zou je een keer naar toe willen reizen?
- Wie zou je een keer willen ontmoeten?
- Wat hoop je dat ze van je zullen zeggen als ze over je praten?
- Wat hoop je ooit te kunnen doen?

BIJLAGE 4 acties en gedragingen
(Dreamstime.com, 2022)

