

TONE

# HANDBOEK



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Editor: Asociacion Cultural Integra

1st Edition 2022 TONE Handbook ©

TONE: Talents of New Europe

Erasmus+/Strategische partnerschappen voor volwassenenonderwijs

2020-1-NL01-KA204-064744

**"Dit project is gefinancierd met steun van de Europese Commissie. Deze publicatie geeft uitsluitend de mening van de auteur weer en de Commissie kan niet verantwoordelijk worden gesteld voor het gebruik van de informatie die erin is vervat."**

Dit werk mag niet voor commerciële doeleinden hergebruikt worden.

Gepubliceerd: Februari 3 2023.

Meer informatie: <https://www.tone-europe.eu/>

# Inhoudsopgave

**04**

INLEIDING

**14**

DE NEDERLANDSE  
CONTEXT

**141**

COLOPHON

**05**

DE PROJECT

**42**

DE ITALIAANSE  
CONTEXT

**06**

LEVENSVAAARDIG  
HEDEN EN  
PROFESSIONELE  
EMPOWERMENT

**66**

DE SPAANSE  
CONTEXT

**08**

ARTISTIEKE  
VAARDIGHEDEN

**106**

DE VRAGENLIJSTEN

**11**

RANDVOORWAARDE  
N EN TE OVERWEGEN  
PEDAGOGISCHE  
ASPECTEN

**134**

PARTNERSHIP



# 1. INLEIDING

Dit handboek documenteert de ervaringen van Talents of New Europe: TONE, een Erasmus+ samenwerkingsproject met vijf partners, bestaande uit professionals uit de wereld van performance en community art in vier Europese landen: ZID Theater (Nederland), Social Community Theatre|Corep (Italië), Laboratorio Internacional Residui Teatro (Spanje), Nordisk Teatr Laboratorium (Denemarken) en Asociación Cultural Integra (Spanje).

Het doel van dit handboek is het delen van de ervaringen, de activiteiten en de resultaten die zijn opgedaan tijdens de lokale trainingen in drie landen, en die door ZID, Corep en Residui daar zijn gefaciliteerd. Bij deze trainingen waren nieuwkomers, migranten en vluchtelingen betrokken, op zoek naar kansen en uitbreiding op artistiek, cultureel en sociaal gebied.

De volgende pagina's beschrijven de context in elk land, de omstandigheden waarin de opleiding werd gefaciliteerd en de door elke partner gebruikte methodologie. Dit alles, samen met een reeks nuttige activiteiten en de feedback van de deelnemers, geven de lezer inspiratie en kennis.

Het handboek is vooral bedoeld voor degenen die willen bijdragen aan het projectthema en de integratie van kunstenaars met een migrantenachtergrond in de culturele sector actief willen bevorderen. Het richt zich met name tot professionals die ervaring hebben met interculturele contexten in de kunstensector.

Deze handleiding wordt gevolgd door twee andere outputs die de ervaring van TONE compleet maken, dit zijn:

**Digitaal Netwerk:** Dit is het digitale platform en de ontmoetingsruimte van het project dat mogelijkheden biedt aan de deelnemers, trainers, praktijkmensen, vertegenwoordigers van diverse culturele en kunstorganisaties en belanghebbenden. Daarnaast beoogt het digitale platform de vorm te hebben van een leermiddel en zal het een toolkit aanbieden met richtlijnen, lesplannen, oefeningen en activiteiten met begeleidende videoclips die alle ervaringen en methoden demonstreren die tijdens



het project zijn getest. Hier vindt u de video's van de bijeenkomsten en oefeningen die in het handboek worden beschreven.

Toegang tot de website: <https://www.tone-europe.eu/>

**Matchmaking Programma & Gids:** In de gids leggen we uit hoe de succesvolle verbinding tussen de organisaties uit de culturele sector en de nieuwkomers tot stand komt.

Dit is een gids waarin we informatie verzamelen over verschillende organisaties en netwerken binnen het nationale creatieve veld, en manieren om deze te verbinden met de doelgroepen.

Deze ervaringen vormen de inhoud van de gids.



# 1.1 De Project

TONE - Talents of New Europe is een internationaal Europees langetermijnproject dat wordt gefinancierd door Erasmus+. Het wil creatieve nieuwkomers, migranten en vluchtelingen in contact brengen met lokale Europese burgers die werkzaam zijn in de creatieve sector: theater, beeldende kunst en muziek. De internationale partners die aan dit project meewerken zijn ZID Theater - City Art & Performance Center (Nederland), de leider van het project; Corep - Social Community Theater - Universiteit van Turijn (Italië), Integra (Spanje), Odin Teatret/ Nordisk Teatrelaboratorium (Denemarken) en Residui Teatro (Spanje).

De projectperiode loopt van september 2020 tot maart 2023. De doelstellingen van TONE zijn:

- Een opleidingsprogramma ontwikkelen, testen, delen en aanbieden –een handboek en methode voor "nieuwe talenten".
- Het stimuleren van de dialoog tussen deze nieuwe talenten en culturele instellingen, professionals van kunstschole en academies in Europa, docenten en studenten in het kunst- en theateronderwijs.
- Kennisontwikkeling en het delen van methoden en formats over het opleidingsprogramma met een bredere gemeenschap van creatieve professionals en beleidsmakers in Europa.

## TALENTS OF NEW EUROPE

TONE zal een innovatieve methodologie creëren die lokaal, nationaal en internationaal breed toepasbaar zal zijn.

Interculturele dialoog en sociale integratie van migranten en vluchtelingen zijn de kernthema's van dit project. Via TONE zullen we werken aan het creëren van nieuwe kanalen voor vluchtelingen en migranten om toegang te krijgen tot de arbeidsmarkt van de culturele sector.



De achterliggende gedachte van dit hele project is dat de aanwezigheid van etnisch-culturele minderheden en vluchtelingen van het grootste belang is binnen de kunst- en cultuursector, voor de kunsten zelf en de sociale cohesie van de samenleving waarin wij leven.

**Het project TONE is gefinancierd door het Erasmus Plus-programma, kernactiviteit 2 - Strategische partnerschappen voor volwassenenonderwijs, code: KA204-714B1436.**

# 2.1 Levensvaardigheden en Professionele Empowerment



Volgens de definitie van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) zijn "levensvaardigheden" de "psychosociale en interpersoonlijke competenties en vaardigheden voor adaptief en positief gedrag die mensen in staat stellen effectief om te gaan met de eisen en uitdagingen van het leven, waardoor hun welzijn wordt bevorderd".

Ze stellen ons in staat weloverwogen beslissingen te nemen, problemen op te lossen, kritisch en creatief te denken, effectief te communiceren, gezonde relaties op te bouwen, ons in te leven in anderen en ons leven op een gezonde en productieve manier te beheren.

Deze competenties hebben betrekking op de cognitieve, relationele en affectieve sfeer en kunnen verwijzen naar persoonlijke acties of acties ten aanzien van anderen of de ons omringende omgeving.

Deze vaardigheden kunnen variëren naar gelang van de cultuur en de omstandigheden (leeftijd, sociale context, enz.). Daarom wordt de definitie van nature als flexibel beschouwd en overlapt zij soms met de definitie van zachte of transversale vaardigheden.

Niettemin heeft de WHO de volgende levensvaardigheden vastgesteld:

- **Kritisch denken Creatief**
- **denken Besluitvorming Probleemoplossing**
- **Effectieve communicatie**
- **Interpersoonlijke relatie**
- **Empathie**
- **Zelfbewustzijn Omgaan**
- **met stress Omgaan**
- **met emoties**

Het beheersen van deze competenties kan verschillende aspecten in iemands leven aanzienlijk beïnvloeden, zoals carrière, sociaal leven en, uiteindelijk, gezondheid.

Het versterken en bewust worden van de eigen levensvaardigheden (met name die welke men verder wil verbeteren) kan uiterst relevant zijn voor iemands persoonlijke en professionele ontwikkeling.

In de context van professionele groei kunnen technische bekwaamheden worden verworven door specifieke opleidingsmogelijkheden die op grote schaal door verschillende soorten onderwijsinstellingen worden aangeboden, terwijl opleidingsmogelijkheden voor levensvaardigheden zelden worden aangeboden. Deze vaardigheden kunnen worden ontwikkeld door ervaring uit de eerste hand en worden versterkt door zelfkennis over deze reeks vaardigheden. Op die manier kunnen individuen hun eigen 'levenslang leren' bevorderen, waardoor hun vermogen om voortdurend te groeien als beroepsbeoefenaar en individu gewaarborgd is.

Het ontwikkelen van levensvaardigheden vereist oefening, het besef dat er altijd ruimte is voor verbetering, en de wil om te investeren in onze eigen ontwikkeling, zowel wat betreft onze loopbaan als onze persoonlijke groei en ons welzijn. In een professionele omgeving zijn transversale vaardigheden van fundamenteel belang om succesvol te zijn. In deze context worden deze competenties gewoonlijk anders genoemd, maar ze zijn nog steeds verbonden met de psychosociale en relationele sfeer. Bijvoorbeeld:

- effectief met anderen communiceren, wat samenhangt met actief luisteren, non-verbale communicatie en empathie;
- samenwerken en werken in teams, wat samenhangt met zelfbewustzijn, empathie, effectieve relaties;
- besluitvaardigheid en het vermogen om situaties te analyseren en verschillende opties af te wegen;
- zich aanpassen aan verschillende situaties en flexibel zijn, hetgeen verband houdt met het vermogen open te staan voor verandering en nieuwe ideeën/situaties;
- creatief denken en probleemoplossend vermogen, dat verband houdt met het vermogen om te improviseren in reactie op onverwachte gebeurtenissen;
- zich richten op doelen en tijdbeheer, wat samenhangt met zelfbewustzijn en het vermogen om prioriteiten te stellen;
- een risico nemen en bereid zijn nieuwe dingen te leren, wat verband houdt met veerkracht en het vermogen om mislukking te zien als onderdeel van het leerproces.

Al deze competenties houden verband met levensvaardigheden zoals beschreven en gedefinieerd door de WHO, en zijn essentieel om technische competenties en harde vaardigheden effectief te valoriseren en toe te passen. Het vermogen om in een team te werken, met stress om te gaan of creatief te denken kan cruciaal zijn in elk type baan, van computerprogrammering tot acteren, en kan de effectiviteit van elke technische vaardigheid bepalen.

Daarom zijn transversale competenties in alle beroepscontexten van fundamenteel belang. Om bijvoorbeeld een kans op een baan met succes aan te kunnen grijpen, is het niet alleen essentieel om levensvaardigheden te hebben ontwikkeld, maar is het ook noodzakelijk om ze te herkennen, te benoemen en te beschrijven om te kunnen begrijpen welke we beheersen (en welke nog niet).



## 2.2 Artistieke Vaardigheden



Welke vaardigheden moeten worden ontwikkeld om gedachten, ideeën en emoties te herkennen en te communiceren via een multidisciplinaire artistieke taal? Het bevorderen van de ontwikkeling en versterking van artistieke multidisciplinaire competenties bij deelnemers met verschillende artistieke specialisaties was de pedagogische inzet van het project.

De ontwikkeling van artistieke vaardigheden impliceert het inzetten van divergente en convergente denkvaardigheden, het herkennen en herformuleren van eigen en andermans ideeën en gevoelens; het vinden van bronnen, vormen en kanalen van begrip en expressie; het plannen, structureren, herhalen en ten slotte delen.

Daarom zijn het vaardigheden die het uitdrukken, communiceren en waarnemen van begrip en verrijking vergemakkelijken. Daarom zijn initiatief, verbeelding en creativiteit nodig om zich uit te drukken met behulp van principes die de lichaam-geest activeren.

### Aanwezigheid:

"De aanwezigheid die nodig is om op het toneel te werken, is de inzet van geest-lichaam-capaciteit om emoties en gevoelens maximaal te ervaren, plus focus en stilte." **DE GEHEIME KUNST VAN DE PERFORMER: EEN WOORDENBOEK VAN THEATERANTROPOLOGIE.** Eugenio Barba-Nicola Savarese

### Energie:

De term energie (van het Griekse *ἐνέργεια* *energeia*, 'activiteit'; van *ἐνεργός* *energós*, 'kracht van actie') heeft verschillende betekenissen en definities, die alle verband houden met het idee van een vermogen om te handelen, op te komen, te transformeren of in beweging te zetten.

Bij toneelwerk hebben we het over de beheersing door de acteur/performer van een buitengewone energie. Het is de uitbreiding van hun energie, de projectie van hun aanwezigheid op het toneel en ook in de training, het vermogen van de acteur om zich te ontdoen van zijn dagelijks leven om fictie te creëren: het kneden van zijn energie is het uitgangspunt.

Dat wil zeggen, het vermogen om de kracht die nodig is voor de actie/de eigen kracht in de actie te vormen of te kneden.

"Het is het zichtbaar maken van het onzichtbare, het is het vermogen van een acteur om de beweging in zijn geest, zijn verbeelding vast te houden en deze te tonen of naar buiten te brengen door middel van stilte". **DE GEHEIME KUNST VAN DE PERFORMER: EEN WOORDENBOEK VAN THEATERANTROPOLOGIE. Eugenio Barba- Nicola Savarese**

### **Ruimtelijk bewustzijn:**

Ruimtelijk bewustzijn is een complex cognitief vermogen. Het geeft ons onze positie ten opzichte van objecten om ons heen en de relatieve positie tussen objecten. Het omvat begrippen als richting, afstand en locatie, en is fundamenteel voor het uitvoeren van talloze taken.

### **Tijds- en ritmebewustzijn:**

Het is het cognitieve vermogen dat ons in staat stelt waar te nemen hoeveel tijd (hoeveel seconden/minuten/uren) er van het ene moment op het andere verstrijkt. Ritmebewustzijn is het vermogen om elke opeenvolging en som van fracties van tijd in al zijn nuances van snelheid en energie waar te nemen en bewust te zijn.

Toegepast op de kunst van het optreden houdt het in dat de uitvoerder zich bewust is van tijd en ritme in relatie tot het publiek, en dat hij/zij ook in staat is zijn/haar handelingen te moduleren naargelang het effect dat hij/zij wil overbrengen.

### **Samenwerking:**

Het is de actie of het proces van samen deelnemen om hetzelfde doel te bereiken.

Samenwerking is de actie van het samenwerken, van het deelnemen aan een werk en aan een gemeenschappelijk project. Samenwerking is het vermogen om samen te werken aan deze gemeenschappelijke actie, evenals de relaties die worden aangegaan om dit te bereiken.

Samenwerking is een vorm van sociale organisatie waarbij personen met gemeenschappelijke belangen samenwerken om een algemeen doel te bereiken. Samenwerking vereist een zekere mate van vertrouwen en begrip. Samenwerking staat haaks op concurrentie.

### **Improvisatie:**

Iets doen zonder het voor te bereiden. We spreken van improvisatie wanneer er geen voorafgaande voorbereiding is. Het is een oefening die gedaan moet worden, en gedaan moet worden om een "echte" sprong in het onbekende te kunnen doen en om verrast te worden. De ervaring stelt je in staat geen ruimte te laten voor mentale voorbereiding tussen de ene actie en de volgende, want wat er gebeurt is dat de laatste actie je naar de volgende brengt zonder de inmenging van gedachten die een oordeel en intellectualisme zouden kunnen inhouden. Op die manier profiteert de improvisatie van de verrassing van de reactie op de prikkel of impuls door in het hier en nu te zijn.

Het hoofddoel van improvisatie is het spelen van een spel, met zijn regels, en het verkennen van de inhoud, emoties en gevoelens.

**Lichaamsbewustzijn:**

Lichaamsbewustzijn is het dynamische en interactieve proces van het waarnemen van de toestand, processen en handelingen die in het lichaam plaatsvinden en die men waarneemt, zowel op interoceptief als op proprioceptief niveau.

**Stembewustzijn:**

Stembewustzijn is het dynamische en interactieve proces van het waarnemen van de toestand, processen en acties die in het lichaam plaatsvinden en die men waarneemt wanneer een geluid wordt voortgebracht, zowel op interoceptief als op proprioceptief niveau.

**Mondelinge communicatie:**

Mondelinge communicatie is communicatie die in real time plaatsvindt tussen twee of meer mensen, waarbij de stem en een gedeelde code worden gebruikt om een boodschap over te brengen in een bepaalde context of situatie. De stem bevat niet alleen voor de hand liggende informatie, zoals de betekenis, maar brengt ook intentie, energie en emoties over. De organische stem is verbonden met het lichaam. Door theatrale technieken wordt de stem bewuster.

**Kinaesthesie:**

Kinaesthesie houdt verband met de manier waarop de positie en het evenwicht van de verschillende lichaamsdelen worden waargenomen. Het woord komt uit het Grieks: kinesis ('beweging') en athesis ('gewaarwording'). Met andere woorden, het conceptualiseert de impact die beweging op ons heeft. Het woord kinesthesie heeft echter meer diepgang, omdat het niet alleen ingaat op het fysieke en zintuiglijke aspect, maar ook op het emotionele. Kortom, het gaat om die sensaties, die verschillende punten in het lichaam, die verantwoordelijk zijn voor de voortdurende overdracht naar het centrale zenuwstelsel en het perifere zenuwstelsel, of er nu interne of externe stoffen worden geactiveerd.

Met betrekking tot de externe factoren spreken we van exteroceptieve gevoeligheid. Hier spelen de externe organen een rol, vooral die waaruit de zintuigen bestaan. Zo verzamelen en communiceren deze receptoren, wanneer zij gestimuleerd worden, informatie met betrekking tot licht, geluid, stoffen, enz. waaruit aroma's, texturen en temperatuur bestaan, en, uiteraard, de relatie met andere mensen in de ruimte.



### 3. Randvoorwaarden en te Overwegen Pedagogische Aspecten



De volgende randvoorwaarden zijn geschreven met de bedoeling het werk van degenen die deze gids zullen gebruiken met andere gemeenschappen te vergemakkelijken en te profiteren van onze ervaring tijdens het TONE-project. Wij zijn ons ervan bewust dat het niet altijd gemakkelijk is om alle onderstaande voorwaarden te waarborgen en dat vaak flexibiliteit nodig is om tegemoet te komen aan de behoeften van de groep, de logistieke omstandigheden en de mogelijkheden die we hebben. Wij achten het echter respectvol tegenover de doelgroepen, de trainers en onze eigen beroepsgroep om te vermelden dat er bepaalde "randvoorwaarden" zijn die het bereiken van onze doelstellingen kunnen vergemakkelijken. Ons werk is gericht op de persoon en zijn/haar verschillende dimensies (energie, relatie, emoties, tijd- en ruimtebeheer, enz.) en daarom moeten onze interventies de uitwisseling in een gezonde en veilige omgeving voorbereiden en vergemakkelijken, wat de ontmoeting zelf bevordert.

**Privéruimte vs. werkruimte:** bepaal de plaats waar persoonlijke voorwerpen worden achtergelaten. Toon deze ruimte aan de deelnemers en maak ze zichtbaar met grote tekeningen en opschriften. Als er deelnemers zijn die de taal niet spreken, vergemakkelijk dan hun autonomie met behulp van tekeningen en vertalingen. Deze leidraad moet ervoor zorgen dat iedereen zich welkom voelt. Stel een ritueel in bij het betreden van de werkruimte om het verschil te maken tussen de alledaagse ruimte en de creatieve ruimte. De deelnemers moeten "werkklleding" meenemen en een kleedkamer beschikbaar hebben (eventueel ruimte verdelen naar geslacht). Het is passend om de deelnemers uit te nodigen om alledaagse dingen buiten de deur van de werkruimte te laten, en ook om niet over alledaagse zaken te praten in de werkruimte. De deelnemers moeten ook worden gevraagd hun mobiele telefoons buiten de ruimte te laten en uit te schakelen. Zet een ritueel op om de bijeenkomst af te sluiten, zelfs om terug te keren naar het dagelijks leven is het nodig de bijeenkomst energiek af te sluiten, vooral als het om een holistische ervaring gaat. Het delen van reflecties in een kring of het maken van een cirkel en het bedanken van de groep zijn nuttige opties om dit doel te bereiken.

**Buitengewone ruimte:**

Het is van essentieel belang een veilige ruimte te creëren waarin de deelnemers geen competitie en oordeel ervaren, maar empathie en een geest van samenwerking. Het moet een ruimte zijn waarin wij allemaal persoonlijk en professioneel werk verrichten om vaardigheden te verwerven en eventuele angsten en weerstanden aan te pakken.

De oefeningen die we in deze gids delen, dienen juist om het proces voor de ontwikkeling van empathie, samenwerking en persoonlijke en professionele vaardigheden te vergemakkelijken. Dit alles om processen tot stand te brengen die de integratie van migranten en vluchtelingen in het arbeids- en culturele circuit vergemakkelijken.

Om de beginselen van respect en co-ëxistentie te delen in de sociale context waarin wij leven, moeten wij ze eerst genereren in de werkruimte. De ruimte waarin wij "creëren" is een buitengewone ruimte; daarom zal het in acht nemen van enkele richtlijnen ons helpen dit beginsel uit te breiden tot de ruimtelijke organisatie en het leerproces.

**Informatie delen:**

Kies een communicatiemiddel (bv. e-mail of WhatsApp) en deel de regels voor het beheer van het communicatiemiddel (bv. chat is alleen voor het delen van informatie in verband met workshopactiviteiten). Bepaal een precieze frequentie voor het delen van informatie via deze media. Dit bevordert het begrip en voorkomt dat de deelnemers worden overstelpt met berichten.

**Werkmateriaal:**

Vraag de deelnemers om "werkkleding" mee te nemen, zo mogelijk in één kleur en zonder patronen. Een enkellange broek en een T-shirt dat schouders en onderrug bedekt. We werken zonder sokken of schoenen. Breng een notitieboekje mee voor aantekeningen, pen en een fles water.

**Time Management:**

de mogelijkheid van een pauze hangt af van de trainer en de kenmerken van de groep.

Bij een groep met enige ervaring adviseren wij geen pauzes te nemen in sessies van minder dan 2 uur. Bij een onervaren groep kan een pauze van 10 minuten worden genomen in een sessie van twee uur. Het is belangrijk de pauzetijden te respecteren. Vermijd eten tijdens de pauze als u in het tweede deel van de bijeenkomst een fysieke activiteit gaat verrichten.

Het is essentieel om het belang van stiptheid te benadrukken. Een van de instrumenten van de podiumkunsten is tijdsbeheer: op tijd komen voor de sessie is een eerste stap naar respect voor de groep en voor wat men voor zichzelf heeft gekozen en ten slotte is het training voor de schepping.

**Ruimte:**

Laat de groep aan het begin van de eerste sessie kennismaken met de ruimte. Dit bevordert de autonomie, het vertrouwen en het vermogen om gemeenschappelijke regels te respecteren.

Het is van belang dat de werkruimte voldoende ruimte biedt voor de deelnemers om zich vrij in de ruimte te bewegen: het moet een doorzichtige ruimte zijn om het zicht niet te belemmeren en de groepsdynamiek in een kring niet te onderbreken. Het is belangrijk dat de ruimte toegankelijk is om de deelname van mensen met beperkte mobiliteit te vergemakkelijken, en dat zij beschikt over lichtregelaars (sommige activiteiten kunnen in het donker worden uitgevoerd; als er doven zijn, is licht een element dat kan worden gebruikt om signalen te geven en de activiteiten te beheren).

Het is belangrijk dat de muren vrij zijn van klokken en spiegels, omdat deze elementen de aandacht afleiden van de activiteit. Zorg er ook voor dat er geen meubels of andere alledaagse accessoires in de ruimte staan.

**Reiniging:**

De ruimte moet schoon en warm genoeg zijn zodat de groep op de grond kan werken en de deelnemers op blote voeten kunnen lopen. Aan het eind van de sessie kunnen de deelnemers betrokken worden bij het schoonmaken van de ruimte; dit is een praktijk die het gevoel bevordert deel uit te maken van een gemeenschap, bij een plaats te horen en die ook helpt een gemeenschap te creëren.

**Luisteraars, fotografen en videomakers:**

Het werk dat wij doen is zeer subtiel en betreft iedereen op een holistisch niveau, daarom zeggen wij dat wij werken met het zichtbare en het "onzichtbare".

Het is belangrijk dat de groep de rust en het vertrouwen voelt om zich "open te stellen". Als u luisteraars of deskundigen uitnodigt om het proces te documenteren, deelt u daarom ook met hen de gemeenschappelijke regels, nodigt u hen uit geen commentaar te geven op wat zij zien en een plaats in de ruimte te kiezen.

**Structuur van de sessie:**

Het delen van de algemene structuur van de sessie met de groep kan het assimilatie- en leerproces vergemakkelijken. Hetzelfde geldt voor het aanpassen van de regels van de activiteit (rollen, uitvoeringstijd, afstand, enz.) of het verlengen of verkorten van de tijd voor de activiteit. Het is belangrijk dat de trainer het voorstel dat hij/zij gemaakt heeft, aanpast en bijstelt voor de sessie voor alle groepsgebeurtenissen van het "hier en nu" die zich kunnen voordoen. Als er een gebeurtenis plaatsvindt, kunnen we die niet negeren.

**Communicatie:**

Vertaal zo nodig de instructies, naar wie daar behoefte aan heeft en in welke taal/talen dan ook. Bepaal wie dit zal doen. Het verdient de voorkeur dat de trainer of zijn/haar assistent dit doet. Communicatie is de brug die ons in staat stelt elkaar te begrijpen en een proces op gang te brengen. Streef naar duidelijke communicatie, gebruik korte zinnen, gebruik vocale variaties, gebarentaal, enz. Het gebruik van metaforen kan het gemakkelijker maken om het holistische lichaam op gang te brengen. Bij het werken met interculturele groepen moet je echter goed opletten welke metaforen je gebruikt, want een metafoor kan alles betekenen of juist het tegenovergestelde.

Overlaad hem niet met informatie en vermijd te veel praten. Presenteer de mogelijkheid om "hulp" te vragen en het moment in de sessie waarop dat kan. Dit is essentieel om niet de hele tijd te praten. Het is noodzakelijk het principe te introduceren dat het geven van steun niet in de plaats komt of in jouw plaats gebeurt. Vraag de deelnemers om de aanwijzingen tijdens de activiteit op te volgen: als iets niet duidelijk is, zal de trainer het opmerken. Misschien kan een misverstand de basis vormen voor een nieuwe oefening!

**Evaluatie en reflectie:** momenten van uitwisseling creëren tussen de deelnemers om de ervaring te delen. De kring kan worden gebruikt, zodat iedereen "feedback" kan geven in de taal of het medium waarin hij zich het best uitdrukt. De kwalitatieve evaluatie zal worden gebruikt om de activiteiten in proces te kunnen heroverwegen. Andere evaluatiemodaliteiten kunnen worden voorzien om de impact van de activiteit op de groep en de persoon vast te leggen.

# 4. De Nederlandse Context

**15**

DE NEDERLANDSE  
CONTEXT

**24**

ACTIVITEITEN:  
TOEKOMSTIG  
KAARTSPEL

**34**

ACTIVITEIT: VRIJ  
DANSEN

**17**

DE CONTEXT VAN  
DE OPLEIDING

**26**

ACTIVITEIT:  
DIRECTE  
IMPROVISATIE

**36**

ACTIVITEIT:  
VERTEL ONS JE  
TALENTEN

**18**

ZID METHODE

**28**

ACTIVITEIT: KLEINE  
SCÈNES CREËREN  
MET BEHULP VAN  
BEELDEN

**38**

ACTIVITEIT:  
PRESENTEER JE  
TALENT

**20**

DE STRUCTUUR  
VAN DE  
OPLEIDING

**30**

ACTIVITEIT: MAAK  
EEN KORTE ACT  
VOOR HET PUBLIEK

**40**

ACTIVITEIT:  
VISUALISEER JE  
NETWERK DOOR  
EEN KAART TE  
MAKEN

**21**

DE STRUCTUUR  
VAN DE  
VERGADERING

**32**

ACTIVITEIT:  
WERKEN MET EEN  
TEKST

**22**

ACTIVITEITEN: DE  
INLEIDING



# 4.1 De Nederlandse Context



PProject TONE wil een positieve impuls geven aan de culturele participatie van de jongere statushouders, zowel op gemeentelijk, nationaal als internationaal niveau.

## **Waarom in Nederland?**

Volgens de statistieken kwamen er in 2019 in totaal 26.720 asielzoekers naar Nederland. Amsterdam heeft relatief veel alleenstaande statushouders: 40% tegen 18- 31% in andere steden en 50% is in de leeftijd van 18-35 jaar. Amsterdam telde eind 2020 7300 van deze vluchtelingen met een asielstatus - de statushouders van nieuwkomers. Syrië is ook in 2019 het land van herkomst met de meeste asielzoekers (16%), gevolgd door Nigeria (9%) en Iran (7%). Ook in Nederland is de vraag hoe we statushouders actief en duurzaam kunnen betrekken bij kunst en cultuur.

## **Over Nieuwkomers (BronLKCA, Nederland)**

Elk jaar komen veel nieuwe mensen uit alle hoeken van de wereld in Nederland wonen. Sommigen komen hier om te werken, anderen voegen zich bij hun familie of geliefden. En er is ook een groep die om ernstige redenen naar Nederland komt: op de vlucht voor een oorlog of vervolgd in eigen land. Alle nieuwkomers van buiten de Europese Unie, IJsland, Kroatië, Liechtenstein, Noorwegen en Zwitserland die voor langere tijd in Nederland komen wonen zijn wettelijk verplicht de Nederlandse taal te leren. Daarnaast moeten ze kennis opdoen over hoe de Nederlandse samenleving en de arbeidsmarkt werken. Dit wordt inburgering genoemd. Het is vaak een uitdagende taak(LKCA).

## **Inburgering: de kaders**

Nieuwkomers zijn zelf verantwoordelijk voor hun inburgeringstraject. In januari 2022 treedt de nieuwe Wet inburgering in werking en dan zijn gemeenten verantwoordelijk voor het inburgeringsprogramma. De nadruk komt dan meer te liggen op activering en vooral participatie. Een inburgeringstraject bestaat uit het leren van de Nederlandse taal, het opdoen van kennis van de Nederlandse samenleving en het vinden van werk (LKCA).

### **De taal leren**

Actief deelnemen aan culturele activiteiten, zoals samen zingen of toneelspelen, vergroot de dagelijkse taalvaardigheid. Vooral als Nederlanders meedoen, leer je op een informele en speelse manier veel nieuwe woorden en uitdrukkingen. Nederlandse liedjes zingen of samen verhalen en gedichten verzinnen in de NT2-taallessen is een goede stimulans.

### **Kennis van de Nederlandse samenleving**

Door samen met Nederlanders iets kunstzinnigs te doen, leren nieuwkomers veel over de Nederlandse cultuur, gewoonten en gebruiken. Tijdens het integratieproces kunnen maatjesprogramma's goed werken, waarin je bijvoorbeeld samen musea bezoekt of muziek maakt.

### **Werk vinden**

Cultuur kan ook worden gebruikt om te werken aan werknemersvaardigheden. Met interactieve theatertrainingen kunnen statushouders bijvoorbeeld leren over Nederlandse gebruiken op de werkvloer, of oefenen met solliciteren.

### **Elkaars cultuur delen**

Als u samen deelneemt aan een culturele activiteit, kunt u ook uw cultuur en verhalen met elkaar delen.

### **Sociaal Netwerk**

Deelnemen aan een culturele activiteit helpt om op een laagdrempelige manier een netwerk op te bouwen.

### **Specifieke effectieve elementen van culturele participatie voor vluchtelingen**

Kunst- en cultuurprojecten vereisen een actieve rol. En dat kan leiden tot empowerment: iemand ontwikkelt veerkracht en krijgt weer controle over zijn eigen leven. Heel belangrijk voor iemand wiens leven voornamelijk bestaat uit wachten in een asielzoekerscentrum. Ook het showmoment heeft veel waarde. Je beleeft samen iets, je maakt iets en voert het op voor publiek. (Niet alleen de deelnemers worden gesterkt, ook het publiek, of uitgenodigde groepen, maken deel uit van datzelfde proces, delen in de sterke presentatiemomenten, en hebben achteraf de mogelijkheid om daarop te reflecteren). Dat show-stopping moment resulteert in waardering en dus in een positieve ervaring. Cultuurparticipatie richt zich op mensen en hun kwaliteiten. Dit is vooral belangrijk voor vluchtelingen, omdat zij vaak worden gezien als een groep met een stigma. Door actieve participatie en presentaties van hun eigen persoonlijke werk, kan dit stigma sterk worden verminderd en krijgt de luisteraar een kans om de negatieve barrières te doorbreken). Cultuurparticipatie kijkt naar talenten en mogelijkheden, en niet naar beperkingen zoals laaggeletterdheid of analfabetisme. Dat is belangrijk, want veel vluchtelingen hebben lange tijd geen onderwijs genoten. Het belangrijkste actieve element is de kunst zelf, die zich bij uitstek leent voor het vertellen van verhalen, het uitdrukken en overbrengen van emoties en het vergroten van empathie.

### **Tips: Succes- en faalfactoren**

Waarop moet u letten bij het opzetten van culturele activiteiten voor nieuwkomers?

Begin niet zomaar. Zoek sterke partners: gemeenten, taalbureaus, arbeidsbemiddelaars of woningcorporaties. Verken samen de mogelijkheden. Zorg voor een goed verhaal, maar houd rekening met de behoeften van je samenwerkingspartners. Voor hen is het gebruik van kunst en cultuur niet vanzelfsprekend. Vluchtelingen hebben een lange reis en vaak traumatische ervaringen achter de rug. Dit vraagt veel van de culturele professional die met hen werkt.

## 4.2 De Context Van de Opleiding Door ZID Theater

**Onze aanpak gaat een stap verder, het gaat om de statushouders die al een opleiding of carrière hebben in hun thuisland en actief en professioneel willen deelnemen aan de culturele sector in Nederland.**

ZID is samen met verschillende lokale partners in Amsterdam op zoek gegaan naar deelnemers voor de TONE training voor professionals die in augustus - september 2021 zal volgen. In onze zoektocht ontdekten we dat maar heel weinig mensen uit deze doelgroep deelnamen aan enige vorm van kunst- of cultuurparticipatie. Onze conclusie is dat veel jonge statushouders geïnteresseerd zijn in kunst en cultuur. Maar in de loop van hun leven, van de komst naar Nederland tot het verkrijgen van de status en vervolgens het op orde krijgen van hun leven, wordt op geen enkel moment aandacht besteed aan de wijze waarop zij kunnen deelnemen aan een vorm van kunst en cultuur. We kregen wel veel enthousiaste reacties van mensen die graag 'iets' willen doen, maar nog niet weten hoe en wat, laat staan hoe alles werkt in Nederland. Dit zette ons ertoe aan ons in de eerste plaats te richten op de statushouders als nieuwe cultuurmakers om een basis te leggen van waaruit de deelnemers uiteindelijk verder konden.

### **Uitdaging**

Een van de maatschappelijke uitdagingen in de Nederlandse samenleving is hoe statushouders te integreren en op gelijke voet te laten participeren. Voor veel statushouders, met verschillende culturele achtergronden, is het niet eenvoudig om zich aan te passen aan de westerse wereld. Bovendien is het opbouwen van een nieuw leven moeilijk door het ontbreken van een netwerk en een sociaal vangnet. Daardoor zoeken veel statushouders contact met hun 'eigen' gemeenschap, waarmee ze vertrouwd zijn door een gemeenschappelijk land van herkomst, en komen ze niet gemakkelijk in contact met Nederlandse burgers. En omgekeerd: veel Nederlandse burgers kennen statushouders alleen via de media, en niet altijd op een even positieve manier. Daardoor hebben creatieve statushouders weinig mogelijkheden om aan cultuur deel te nemen. ZID Theater richt zich daarom binnen het TONE-project op de ontwikkeling van de persoonlijke, artistieke en organisatorische vaardigheden van de deelnemers en biedt hen een netwerk van organisaties uit de culturele en sociale sector, zodat zij op duurzame wijze aan het culturele leven kunnen deelnemen.

### **Kennisontwikkeling en uitwisseling van opleidingen en methoden**

De partners zullen de resultaten van het programma vastleggen en de gebruikte methoden delen met de culturele en sociale netwerken in Nederland en ook in Europa via een sterke communicatie- en verspreidingsstrategie. Het project biedt een geïntegreerde manier om kennis te delen en een netwerk op te bouwen, zowel tijdens als na de projectperiode. Tijdens de projecten organiseren wij een uitwisseling met nationale en internationale collega's, waarbij de resultaten van het project worden gepresenteerd en besproken.

### **Aanvullend op andere projecten in Nederland**

De meeste projecten met deze doelgroep richten zich op hun verhaal als migrant of vluchteling, niet op hun vaardigheden of capaciteiten om bij te dragen aan het culturele en sociale leven van hun nieuwe thuisland. Daardoor wordt deze doelgroep vaak slechts tijdelijk betrokken bij een voorstelling of een film, maar komen de deelnemers zelf vaak niet verder in de ontwikkeling van hun capaciteiten om projecten als cultuurmakers te initiëren. Dit project vergroot hun kansen in de culturele sector en hun inzetbaarheid op een andere manier dan reguliere vluchtelingenprojecten. De samenwerking met andere partners op cultureel, artistiek en sociaal gebied vond plaats op lokaal niveau. Hierdoor ontstaat de vraag om een uitwisseling te organiseren gericht op inclusie van de doelgroepen. Alle partners erkennen dat de statushouders behoefte hebben om hun gelijken in Nederland maar ook in heel Europa te ontmoeten.

# 4.3 ZID Methode

## **ZID Theater - City Arts & Performance Centre - Verbindt kunst, cultuur en samenleving.**

Sinds de oprichting in 1992 is ZID Theater bezig met het ontwikkelen en transformeren van een eigen werkwijze. Uitgangspunt is onze missie die al in onze naam besloten ligt.

In de Balkan betekent het woord "zid" "de muur". Voor ons betekent het: het doorbreken en afbreken van de muren tussen mensen door middel van theater.

Voor ZID is een inclusieve aanpak de drive om kunst en maatschappelijke vraagstukken met elkaar te verbinden. ZID werkt in verschillende domeinen: kunst & cultuur, zorg, sociaal ondernemers, onderwijs.

ZID heeft een eigen werkwijze die actuele maatschappelijke vraagstukken omzet in artistieke processen met professionele kunstenaars en een brede groep deelnemers uit verschillende doelgroepen, wat in een gezamenlijk proces met de kunstenaars leidt tot succesvolle resultaten en mooie producties. Een interculturele, intergenerationele en interdisciplinaire aanpak, uitgevoerd door bekwame docenten/ambassadeurs van deze methode.

Door de multidisciplinaire voorstellingen en projecten brengt ZID de wereld om ons heen op het podium en laat de performers met verschillende achtergronden schitteren.

## **De stad Amsterdam als uitvalsbasis en inspiratiebron**

In de stad Amsterdam, waar mensen van 180 nationaliteiten samenleven, is de situatie van jongeren essentieel. Meer dan de helft van alle jongeren is van oorsprong niet-Nederlands. ZID Theater kiest ervoor bewust te werken met interculturele groepen jongeren en investeert in de methodiek om jongeren met verschillende culturele achtergronden samen te laten werken in projecten. De laatste jaren richt ZID haar werk steeds meer op samenwerking en ondersteuning van vluchtelingen, met name zij die verder willen in de kunst- en cultuursector. ZID wil dat kunst toegankelijk is voor iedereen en bereikt vaak een nieuw, divers publiek dat niet vaak naar het theater gaat.

## **Methodologie**

### **Ontwikkeling van talent**

Uitgangspunt voor de werkwijze is talentontwikkeling van het individu binnen een sociaal-maatschappelijke context. De ZID-methode biedt een mogelijkheid om het talent van het individu te ontdekken en te begeleiden, om het individu in staat te stellen het eigen talent verder in te zetten in sociale en artistieke processen. Bij ZID worden deelnemers gestimuleerd zich te uiten, anderen te ontmoeten en zich verder te ontwikkelen.

### **Opleiding en co-creatie**

Dit garandeert het artistieke team dat alle deelnemers over de nodige instrumenten beschikken om het artistieke proces aan te vatten. De training is diepgeworteld in de traditie van ZID en vindt zijn oorsprong in fysiek theater, antropologisch theater en het stimuleren van creativiteit. Deze gezamenlijke training biedt een basis voor de co-creatie tussen het hele artistieke team en de deelnemers.

### **Co-creatie**

Co-creatie is de basis van het creatieve proces. Het begint met de keuze van het thema, waaraan het hele artistieke team deelneemt. In de trainingen verkennen de kunstenaars en deelnemers het thema door middel van improvisatie, creatief schrijven en fysieke theatertraining. Dit levert de input voor het materiaal voor de productie.



## **Verhalen vertellen - het VerhalenVangespel**

Storytelling is gebaseerd op het Story Catcher-spel, het gezelschapsspel VerhalenVanger, ontwikkeld door ZID. Dit is een spel waarbij persoonlijke verhalen over een bepaald thema naar boven komen. De deelnemers leren ook hoe ze korte verhalen kunnen vertellen en presenteren voor een publiek. Aan de hand van de verhalen kan verder worden gewerkt aan de presentaties of aan het schrijven van een gezamenlijk scenario. Zo wordt het onderwerp vanuit verschillende perspectieven behandeld door mensen uit verschillende culturen en wordt een inclusief artistiek proces toegepast.

## **Interdisciplinaire aanpak en creativiteit**

De ZID-methode maakt gebruik van een interdisciplinaire aanpak waarbij verschillende kunstdisciplines zoals theater, dans, muziek en film worden ingezet met als doel de creativiteit te stimuleren. Per specifieke doelgroep en concept van het project wordt een vorm gekozen die de deelnemers aanspreekt. Deze vorm zorgt voor herkenning, nieuwsgierigheid en een prettige omgeving die het denkvermogen en de creatieve expressie van de deelnemer stimuleert.

## **Interculturele Benadering**

Op intercultureel en internationaal niveau ligt onze interesse in het feit dat de bevolking van Nederland en Europa in hoog tempo verandert en dat het noodzakelijk is om de nieuwe artistieke taal en praktijken te ontwikkelen die passen bij het huidige DNA van de steden en landen.

Veel mensen die nu en in de komende jaren in Europa wonen, komen oorspronkelijk niet uit West-Europa en hebben een andere culturele traditie.

Vanuit de inbreng van de deelnemers combineren we verschillende culturele stijlen en werken we met verhalen, muziek en dans uit de hele wereld. Deze aanpak is een uitdaging voor alle deelnemers en professionals om open te staan voor onbekende kunstvormen. Uiteindelijk verrijkt deze aanpak de artistieke taal en heeft het een positief effect op het creëren van een interculturele werktal waar nieuwe kruisbestuivingen ontstaan.

Divers, artistiek, sociaal geëngageerd!

**Kunst heeft de kracht om te verbazen, het beste in mensen naar boven te halen en mensen samen te brengen.**

# 4.4.1 De Structuur Van De Opleiding

In de Nederlandse ervaring werd de eigen werkwijze van ZID Theater - City Art & Performance Center gebruikt in het TONE-project.

Wij richtten ons op de activiteiten die geschikt waren voor het doel van het project, namelijk het ontwikkelen van een training die statushouders en migranten zou helpen zich te oriënteren op hun professionele loopbaan en opleiding in hun nieuwe land, Nederland.

We kozen verschillende soorten activiteiten die allemaal een duidelijk doel hebben. We werkten bijvoorbeeld aan de activiteiten die gericht waren op persoonlijke ontwikkeling, het in kaart brengen van de artistieke technieken en het verkennen van de mogelijkheden en kansen.

**Alle activiteiten hebben een duidelijke structuur die de training volgt, maar het is ook mogelijk om ter plaatse zelfstandig te werken en, indien nodig, bepaalde onderdelen van de activiteit aan te passen aan de groep.**

**De opleiding omvatte 10 workshopsessies.**

**De groep kwam bijeen in een periode van 3 weken. De eerste week kwam de groep 7 dagen bijeen van 18.00 – 22.00 doordeweeks en van 14.00 - 17.00 uur in het weekend. Daarna hadden we 3 trainingen over 2 weken, inclusief de publieke eindpresentatie op het ExploreZ festival 2021.**

Omdat de opleiding werd uitgevoerd in een periode van covid beperkingen, werd gekozen voor een week waarin de beperkingen minder waren, namelijk tijdens de zomervakantie. Deze aanpak werkte goed omdat de zomervakantie het makkelijker maakte om de deelnemers te bereiken. De training vond plaats in onze eigen theatterruimte.

In het eerste deel van de training lag de nadruk op het goed leren kennen van de deelnemers, het in kaart brengen van hun ambitie, artistieke achtergrond en talenten. Ook werd veel aandacht besteed aan het feit dat de deelnemers elkaar leerden kennen. In het tweede deel van de training lag de nadruk op de artistieke oefeningen, de creatieve aanpak en de professionele houding van de deelnemers. De training werd afgesloten met een gezamenlijke publieke presentatie, wat voor de deelnemers een hoogtepunt was. Samen lieten ze het publiek zien wat ze konden en leerden en reflecteerden ze daarop met betrokkenen en geïnteresseerden.

In de training hebben we ons gericht op de volgende doelstellingen van het project: ervaring opdoen in het creëren en presenteren in de nieuwe omstandigheden. En in contact komen met geïnteresseerden die je verder op weg kunnen helpen.

De opleiding werd afgesloten met een gezamenlijke presentatie op het festival, wat een enorme stimulans was voor de deelnemers, aangezien er een groot publiek was en veel uitgenodigde partners voor het matchmakingprogramma, die de deelnemers wilden leren kennen. De deelnemers werkten voor deze presentatie ook samen met studenten en docenten van de theateracademie (Artez Hogeschool voor de Kunsten, afdeling theater), wat het een extra dimensie gaf, omdat ze deel gingen uitmaken van de Nederlandse artistieke gemeenschap. Ook hebben de studenten en docenten van de Artez Academie veel extra kennis opgedaan door het delen en co-creëren met de deelnemers. Dat geldt ook voor de Nederlandse artistieke gemeenschap, die enorm is verrijkt door de nieuwe professionele deelnemers met verschillende culturele en artistieke achtergronden.

## 4.4.2 De structuur Van De Vergadering

Als we terugkijken op onze training, kunnen we niet spreken van een uniforme structuur van elke training. Dit komt doordat de opleiding bestond uit verschillende soorten oefeningen met verschillende doeleinden. Sommige oefeningen hadden te maken met persoonlijke en professionele ontwikkeling en leken meer op brainstormen en andere waren artistieke oefeningen, die leidden tot scènemateriaal.

Alle bijeenkomsten begonnen met een gemeenschappelijk startpunt in een kring, waarin we vertelden wat het doel van de workshop was en hoe we te werk gingen.

Afhankelijk van het soort activiteit werden de deelnemers aan het werk gezet, individueel of in kleine of grote groepen. De facilitator was altijd alert en aanwezig en volgt de ontwikkelingen.

Bij de oefeningen in verband met persoonlijke ontwikkeling werd er meer met elkaar gepraat. Deze gesprekken werden gecoördineerd door de facilitator zodat iedereen aan de beurt kwam. Bij de creatieve, artistieke oefeningen werd de bedoeling duidelijk uitgelegd en werd het werkproces op de vloer gevolgd door de facilitator.

De creatieve activiteiten eindigden vaak in een gezamenlijke creatie van de hele groep.

De sessie eindigde altijd met een reflectie op het werk. Voor de trainers een zeer belangrijk moment om na te denken over de gebruikte leermiddelen en om de gegeven opdrachten aan te scherpen/te focussen. Bovendien geeft deze reflectie de deelnemers een basis om hun leerproces voort te zetten. Er waren verschillende vormen van reflectie, maar we eindigden altijd in een kring en iedereen vertelde kort hoe de sessie voor hem/haar was. Er was altijd voldoende ruimte om na de sessie met de deelnemers individueel verder te praten als daar behoefte aan was, hetzij met de deelnemer, hetzij met de facilitator.

# 4.5.1 Activiteiten: De Inleiding



**Mijn naam is**

**Artistieke vaardigheid:**

- gebruik van beweging en stem
- gebruik van de stem
- inspireren van de groep
- kunnen verminderen en concrete keuzes maken

**Levensvaardigheden: welke levensvaardigheden worden in deze activiteit getraind**

- creatief denken
- zelfbewustzijn

**Beschrijving:**

- The participants stand in a wide circle. There should be enough space between the participants. one by one they say their name and make a movement with it. The group repeats the name and the movement together twice. Try to be as specific as possible.



# 4.5.1 Activiteit: De Inleiding

## **Observaties:**

In deze basis warming up/eerste bijeenkomst hoor je de namen van de deelnemers en zie je hoe creatief ze zijn in het bedenken en uitvoeren van een beweging. Het is leuk om als deelnemer te zien dat de groep jouw keuze herhaalt.

## **Variaties:**

De trainer kan de deelnemers vragen door de ruimte te lopen, zonder elkaar aan te raken, en mensen zeggen hun naam en maken een beweging. De anderen herhalen dat. Er is meer ruimte en de bewegingen kunnen daardoor speelser zijn.

## **Trainers Opmerking:**

Als je in een cirkel begint, eindig je altijd in een cirkel.

## **Citaat van de deelnemer:**

"Het is zo leuk om een workshop te beginnen met deze oefening, je ontmoet de andere deelnemers op een leuke speelse manier."

# 4.5.2 Activiteit: Toekomstig Kaartspel

(video beschikbaar)



## Doelstellingen

- Het toekomstkaartenspel biedt deelnemers handvatten om na te denken over hoe ze hun eigen toekomst kunnen creëren en welke actie ze kunnen ondernemen.

## Artistic Skill: which artistic skills are trained in this activity

An analytical mind and the ability to self-reflect

## Artistieke vaardigheden: welke artistieke vaardigheden worden in deze activiteit getraind

- Zelfbewustzijn
- Besluitvorming

## Beschrijving: Duur 1 uur

- materialen (gebruikt of aan de deelnemers gegeven):

1 set toekomstkaarten per groep van 6 deelnemers, 1 memoblaadje per persoon, pennen

- groepssetting (individueel, groep) deelnemers worden verdeeld in kleinere groepen van minimaal 3 en maximaal 6 personen
- beschrijving van de activiteit, zodat deze door gebruikers van de toolkit kan worden nagebootst. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving op de video inwerkt/wordt aangevuld.

# 4.5.2 Activiteit: Toekomstig Kaartspel

(video beschikbaar)

## Debriefing/Reflecties (indien van toepassing):

Toekomstkaarten is een door ZID Theater ontwikkeld kaartspel dat jongeren handvatten biedt om na te denken over hoe zij hun eigen toekomst kunnen creëren.

Tijdens de workshopreeks spelen we het spel samen met de deelnemers en gaan we vervolgens dieper in op hun vragen en dromen. Uiteindelijk komt iedereen via theater tot een uitdrukking van zijn eigen toekomstplan.

De spelleider/leraar leidt de deelnemers stap voor stap door het spel.

Hoe te spelen:

- De groep deelnemers wordt verdeeld in kleinere groepen (3-6 personen) elke groep heeft zijn eigen kaarten en elke persoon heeft zijn eigen memoblaadje en een pen.
- Een algemene instructie voor de deelnemers:
- Na elke stap schrijf je op het memoblaadje de term die op de kaart staat. Na elke selectie van de kaart leg je kort uit waarom je die specifieke kaart hebt gekozen.

1. Kies eerst een Basiskaart (rood). Basiskaarten (rood) geven een Centraal Thema aan waarop je je wilt concentreren. Schrijf het op het memoblaadje.
2. Kies vervolgens een Plus-kaart (blauw), die past bij je eerder gekozen Basiskaart (rood).
3. Doe hetzelfde met een Experience kaart (paars).
4. Na het kiezen van de Experience kaart, zullen we even pauzeren.
5. Kijk eens goed naar je keuzes. Ben je gelukkig of wil je iets veranderen?
6. Kies nu minimaal twee en maximaal vier Actiekaarten (geel). Leg ze in volgorde van uitvoering.
7. Vervolgens legt elke speler uit hoe hij of zij aan de slag gaat met de gekozen acties.
8. Ter afsluiting is er een interactieve discussieronde.

## Opmerkingen

Dit spel is bedoeld voor mensen die keuzes moeten maken voor de toekomst.

Veel vluchtelingen en migranten die hun carrière in een nieuw land opnieuw beginnen, zijn onzeker over hun toekomst, wat ze willen en hoe ze dat kunnen bereiken. Met de kaarten hopen we hen een hulpmiddel te bieden om na te denken en met concrete antwoorden te komen.

## Variaties (indien van toepassing):

Het spel kan worden gespeeld in groepen, maar ook in paren, wat leidt tot intensiever contact. Het spel kan ook het begin zijn van een creatief proces en doorgaan met oefeningen in de ruimte.

## Trainers opmerking:

Zorg ervoor dat alle deelnemers evenveel deelnemen aan het spel, dat ze de tijd krijgen om een kaart te kiezen en hun verhaal te vertellen.

## Citaat van de deelnemer:

"Dit kaartspel was voor mij een perfect hulpmiddel om op een creatieve manier naar mijn toekomst en de te nemen stappen te kijken. We hadden een hele leuke groep en we hebben elkaar veel geholpen".

## 4.5.3 Activiteit: Directe Improvisatie



**Artistieke vaardigheid:** welke artistieke vaardigheden worden in deze activiteit getraind

- fysiek werk
- partner werk
- gebruik van ruimte en rekwisieten

**Levensvaardigheden:** welke levensvaardigheden worden in deze activiteit getraind

- besluitvorming
- interpersoonlijke relatie

**Beschrijving:**

- De trainer moet deze activiteit leiden.
- De groep wordt gevraagd om in rechte lijnen door de ruimte te lopen zonder elkaar aan te raken
- De trainer geeft opdrachten waarbij de deelnemers moeten reageren. Na elke opdracht moet de trainer STOP zeggen.
- Op de STOP beweegt de groep zich opnieuw in de ruimte door neutraal te lopen.
- De trainer legt eerst uit welke instructies worden gebruikt en wat de deelnemers daarop moeten doen. De trainer gebruikt de volgende instructies:
- voel de ruimte: deelnemers raken de objecten, muren, in de ruimte aan
- foto met een voorwerp: de deelnemer verhoudt zich tot een voorwerp in de ruimte in een bevroering



# 4.5.3 Activiteit: Directe Improvisatie

- smelten: de deelnemer voert een fysieke actie uit net zoals ze literair smelten op de plek kan op de vloer zijn, bij een voorwerp, dicht bij de muur.
- partner: zoek snel een partner om een beweging mee te combineren.

Na de uitleg wordt de oefening uitgevoerd onder toezicht van de trainer.

## Het volgende niveau - fase 2.

De trainer vraagt de deelnemers de opdrachten zelf aan de groep te geven. Op dit punt leiden en voeren de deelnemers hun eigen improvisatie uit op basis van de opdrachten die ze elkaar geven. De deelnemer die een opdracht geeft, moet daarna ook STOP zeggen, zodat de groep verder kan.

## Volgende niveau - fase 3.

De trainer vraagt de deelnemers nu om met ideeën voor opdrachten te komen.

Ze kunnen meer opdrachten toevoegen. Bijvoorbeeld:

- ik: de groep volgt de deelnemer die ik zei, in de ruimte
- sculptuur (noem een bepaald thema bijvoorbeeld: "sculptuur vrijheid". De deelnemers maken snel een tableau met de persoon die sculptuur zei.
- ja: De deelnemer die ja zegt, begint te dansen.
- ja we dansen: alle deelnemers beginnen te dansen.

## Observaties:

De trainer moet goed opletten, want hier kan sterk scènemateriaal uit voortkomen. Vooral als de deelnemers spelen met opdrachten en thema's, zoals beeldhouwen met een thema.

## Variaties:

Als de groep deze oefening vaker traint, kan de groep deze uitvoeren als een onmiddellijke improvisatie, bijvoorbeeld in een openbare ruimte, als een straatoptreden.

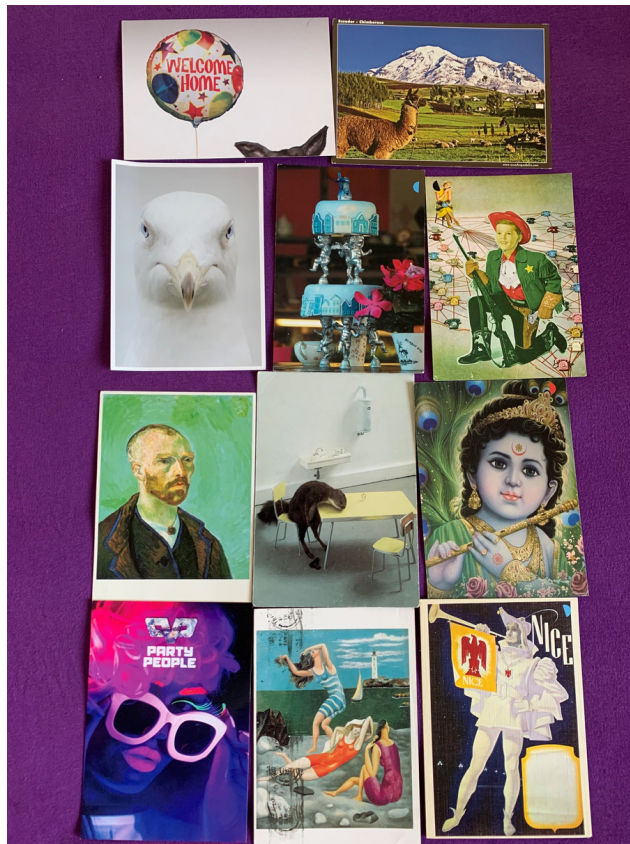
## Trainers opmerking:

Respecteer andere mensen en wees voorzichtig met aanraken, praat hier vooraf over.

## Citaat van de deelnemer:

"Het is verbazingwekkend wat er tijdens deze oefening met de groep gebeurt, en hoe we in en met de ruimte werken. Ik vond het leuk dat we onze eigen opdrachten konden voorstellen."

# 4.5.4 Activiteit: Kleine Scènes Creëren Met Behulp Van Beelden



**Artistieke vaardigheid:** welke artistieke vaardigheden worden in deze activiteit getraind

- je eigen verantwoordelijkheid nemen voor je artistieke creatie
- werken met verschillende disciplines

**Levensvaardigheden:** welke levensvaardigheden worden in deze activiteit getraind

- creatief denken
- besluitvorming

**Beschrijving:**

De trainer legt een grote hoeveelheid afbeeldingen op de vloer. Dit kunnen ansichtkaarten zijn, krantenfoto's, foto's uit tijdschriften. Ze worden zo op de vloer gelegd dat de deelnemers er vrij omheen kunnen lopen. Elke deelnemer kiest drie afbeeldingen. Ze zoeken een plaats in de ruimte en vinden een fysieke of vocale metafoor, waarbij ze zichzelf gebruiken. Ze monteren de drie keuzes tot één verhaal, of choreografie, waarbij ze duidelijk gebruik maken van de drie keuzes.

# 4.5.4 Activiteit: Kleine Scènes Creëren Met Behulp Van Beelden

## **Observaties:**

De deelnemers kunnen werken met vele disciplines, geluid, beweging en dans. Ze moeten een begin, midden en einde kiezen.

## **Variaties:**

De trainer kan de deelnemers vragen iemand in de groep te kiezen om hun werk mee te combineren. Het wordt een duet.

## **Trainers opmerking:**

De volgende keer kun je het korte verhaal dat je hebt gemaakt herhalen en op dezelfde manier verder gaan om het tweede deel van het verhaal te maken, zodat je een langer verhaal en een langere presentatie krijgt. De trainer kan de deelnemers ook vragen tekst te vinden of te schrijven, rekwisieten te zoeken, die de presentatie sterker kunnen maken.

## **Citaat van de deelnemer:**

"Het is een heel mooie manier om de beelden op de vloer te gebruiken om inspiratie te geven. Ik heb vaak moeite met het werken met het begin en het einde van het verhaal. De drie beelden helpen enorm bij het kiezen van de verhaallijn".

## 4.5.5 Activiteit: Maak Een Korte Act Voor Het Publiek



### Doelstellingen

- De talenten en kwaliteiten van de deelnemers gebruiken om in kleinere groepen een korte act te maken. Ze kunnen verschillende disciplines combineren, zoals theater en muziek.

### Artistieke vaardigheid:

- communicatie
- presentatie
- vaardigheid
- gebruik van verbeelding

### Levensvaardigheden:

- besluitvorming
- effectieve communicatie

### Beschrijving: duur 60 min

- Er worden groepjes van 3 deelnemers gemaakt. De opdracht is om samen een korte act van 5 - 7 minuten te maken die aan het publiek kan worden getoond.



# 4.5.5 Activiteit: Maak een korte act voor het publiek

- De trainer vraagt de deelnemers een groepje van 3 deelnemers te maken en te kiezen met wie ze willen samenwerken. Ze moeten zich richten op het maken van een korte presentatie voor het publiek, wat betekent dat ze zich moeten richten op de discipline waar ze goed in zijn. De deelnemers wordt gevraagd eerst een titel te geven aan hun eigen presentatie. Door een titel te bedenken, kiezen ze automatisch een kader voor zichzelf en een thema waaraan ze willen werken. Ze hebben 20 minuten om zich voor te bereiden.
- Na 20 minuten werken presenteren de deelnemers de act voor het eerst aan elkaar. Elke act wordt gevolgd door een korte discussie met de hele groep onder leiding van de trainer.
- De trainer stelt alle deelnemers 2 vragen: Wat vond je goed? Wat zijn de verbeterpunten?
- Hierna gaan de deelnemers weer aan de slag om de act te verbeteren. Dit duurt 15 - 20 minuten. Na elke presentatie vraagt de trainer of de deelnemers die hebben gekeken nog opmerkingen of suggesties hebben voor de performers.
- Performers kunnen de opmerkingen meenemen voor de volgende keer, als ze verder willen werken aan deze acts.

## **Debriefing/Reflecties (indien van toepassing):**

Het is belangrijk dat de trainer ook actief deelneemt aan de vorming van de groepen, zodat er in elke groep een evenwicht is van kennis en vaardigheden. Ook kan worden gestimuleerd dat deelnemers uit verschillende disciplines die bij elkaar passen, samenwerken, zoals dans en muziek.

## **Observaties:**

De presentatie voor het publiek is zeer belangrijk en nuttig voor de deelnemers.

## **Variaties (indien van toepassing):**

Op dezelfde dag of op een ander tijdstip kunnen de acts aan het publiek worden getoond. Dit is een belangrijk moment voor de deelnemer om andere mensen, potentiële partners en interessante contacten voor hun netwerk te laten zien.

## **Trainers opmerking:**

De trainer kan in korte tijd inzicht krijgen in de presentatievaardigheden van de deelnemers.

## **Citaat van de deelnemer:**

"Het was echt nuttig voor mij om in een kleine groep te werken. We konden binnen onze eigen discipline werken. Ook het vooraf kiezen van een thema maakte het sterker en we konden snel vooruit."

## 4.5.6 Activiteit: Werken Met Een Tekst



### Doelstellingen

- Leer met vertrouwen een tekst voor de groep te presenteren. Kies uit 4 personages/types om te presenteren: de goochelaar, de verkoper, de politicus, de leraar

**Artistieke vaardigheid:** welke artistieke vaardigheden worden in deze activiteit getraind: spelen en

- vertrouwen vinden in het werken met personages/types, een tekst leren, betekenis en doelstellingen vinden

**Levensvaardigheden:** welke levensvaardigheden worden in deze activiteit getraind

- besluitvorming
- effectieve communicatie

**Beschrijving:** duur 15 min

- Geef de deelnemer de opdracht om in zijn vrije tijd een korte tekst/gedicht te zoeken. Je presenteert de tekst op twee manieren, 1) persoonlijk en 2) je kiest een van de personages en probeert daarmee de tekst anders te presenteren.

# 4.5.6 Activiteit: Werken met een tekst

## **Debriefing/Reflecties (indien van toepassing):**

Denk na over hoe het de deelnemer verging, wat gebeurde er, hoe keken we naar de transformatie van de persoonlijke tekst naar het personage - hoe gebruikten we de ruimte en de focus binnen de tekst?

## **Opmerkingen: Variaties (indien van toepassing):**

Voor de presentatie zou het leuk zijn om in koppels te werken om elkaar te kunnen helpen met de tekst. De ene deelnemer treedt op voor de andere deelnemer en zij wisselen ideeën uit.

## **Trainers opmerking:**

Elk karakter heeft een specifieke kwaliteit. De trainer kan ook een ander type personage voorstellen.

## **Citaat van de deelnemer:**

"Altijd, als ik met een tekst werkte, was ik onzeker over mezelf, nu met het kiezen van een personage, voelde ik me zeker, en had ik meer plezier."

# 4.5.7 Activiteit: Vrij Dansen



**Artistieke vaardigheid:** welke artistieke vaardigheden worden in deze activiteit getraind:  
communicatie

- gebruik van beweging en lichaam
- aanwezig zijn in het moment

**Levensvaardigheden:** welke levensvaardigheden worden in deze activiteit getraind

- zelfbewustzijn
- interpersoonlijke relatie

**Beschrijving:** Duur: 10 min

Deze oefening wordt geleid door de trainer die de volgende instructies geeft:

- Zoek een plek in de kamer waar je vrij kunt bewegen.
- Sta stil en concentreer je op jezelf, als je wilt, sluit je je ogen.

De trainer zet muziek op die hij/zij geschikt vindt voor de oefening en blijft instructies geven:

- Luister naar de muziek
- Begin je lichaam intuïtief te bewegen.



# 4.5.7 Activiteit: Vrij Dansen

De trainer herinnert de deelnemers eraan om hoofd, schouders, armen, vingers, rug, heupen, benen en tenen te gebruiken.

- Zorg ervoor dat alle delen van je lichaam betrokken zijn.
- Beweeg op de maat van de muziek en probeer nergens anders aan te denken.
- Je gaat andere deelnemers in de zaal ontmoeten, wees vriendelijk, maak contact als je wilt, maar blijf gefocust op de bewegingen en de muziek.
- Als de muziek voorbij is, blijf dan rustig en haal een paar keer diep adem...
- Sta stil en neem 2 minuten de tijd om de oefening voor jezelf te bekijken.

De trainer vraagt hen na te denken over twee vragen:

- Wat vond je krachtig en wat was moeilijk?

## **Korte groepsevaluatie**

Hierna gaat de groep in een kring zitten en leidt de trainer een nagesprek (ca 15 min). De trainer vraagt de deelnemers hun bevindingen over de twee bovengenoemde vragen te vertellen.

De trainer reflecteert hierop met korte opmerkingen en suggesties.

## **Observaties:**

Vrije dans geeft de deelnemers de kans om zich te ontspannen en hun lichaam te uiten, om zich over te geven aan de muziek en om een groepssfeer te creëren.

Deze oefening levert veel informatie op over de individuele deelnemers en hun houding tegenover fysiek werk in het theater. Het stelt de trainer ook in staat een indicatie te krijgen van het niveau van de capaciteiten van de deelnemers op het gebied van beweging, expressie en dans.

## **Variaties:**

Deze oefening kan door iedereen worden uitgevoerd, ongeacht of men een dansachtergrond heeft of niet. Als er meer deelnemers in de groep zijn met een dansachtergrond, kan de trainer specifiek vragen om contact met elkaar te maken, zodat er een gezamenlijke danscombinatie ontstaat.

## **Trainers Opmerking:**

Het is belangrijk een goede werksfeer te creëren waarin de deelnemers zich vrij voelen om zichzelf te zijn met hun lichaam.

De trainer kan beslissen of de deelnemers altijd een bepaalde afstand tot elkaar moeten bewaren of dat ze meer contact met elkaar moeten maken. Deze oefening levert veel informatie op over de individuele deelnemers en hun houding tegenover fysiek werk in het theater. Het stelt de trainer ook in staat een indicatie te krijgen van het niveau van de capaciteiten van de deelnemers op het gebied van beweging, expressie en dans.

## **Citaat van de deelnemer:**

"Dit was voor mij een heel veilige manier om relaties binnen de groep te creëren en me te richten op lichaamswerk."

## 4.5.8 Activiteit: Vertel Ons Je Talenten



### Doelstellingen:

- Om een duidelijk beeld te krijgen van wat je talenten betekenen, wat je ermee kunt doen, door het bij een thema op de vloer te leggen (zie uitleg).

**Artistieke vaardigheid:** welke artistieke vaardigheden worden in deze activiteit getraind: reflectie op uw capaciteit

**Levensvaardigheden:** welke levensvaardigheden worden in deze activiteit getraind

- besluitvorming
- zelfbewustzijn

**Beschrijving:** duur 30 min

- materialen (gebruikt of aan de deelnemers gegeven) pennen en papier en post-it briefjes
- groepsinstelling (individueel, groep)
- Beschrijving van de activiteit, zodat deze kan worden nagebootst door gebruikers van de toolkit. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving op de video inwerkt/wordt aangevuld.

Leg 3 papieren met de volgende woorden op de vloer in een grote driehoek:

- creatief
- praktisch
- ondersteunend

# 4.5.8 Activiteit: Vertel Ons Je Talenten

De trainer vraagt de deelnemers drie talenten of sterke eigenschappen van henzelf op de post-its te schrijven. Elke deelnemer krijgt 4 minuten om de post-its op de drie thema's te plaatsen. De deelnemer legt nu aan de trainer en de andere deelnemers uit waarom ze hun post-its geplaatst hebben en wat het verband is met de thema's. Daarna doet de volgende deelnemer hetzelfde. Daarna doet de volgende deelnemer hetzelfde.

## **Debriefing/Reflecties (indien van toepassing):**

Met deze oefening begint de deelnemer na te denken en te visualiseren waar zijn talent deel van zou kunnen uitmaken. Is het talent creatief, of praktisch, of ondersteunend?

## **Observaties:**

Plaats de thema's in een driehoek met voldoende loopruimte. Zodat de deelnemer kan staan en rondlopen in de driehoek.

## **Variaties (indien van toepassing):**

De trainer kan de deelnemer ook vragen zichzelf in de driehoek te plaatsen ten opzichte van de thema's en te zeggen wat de kwaliteit of het talent is. Leg vervolgens aan de groep en de trainer uit waarom hij daar staat.

## **Trainers opmerking:**

Het is belangrijk dat elke deelnemer voldoende tijd heeft om te reageren en na te denken. Als de tijd kort is, kan deze worden verlengd. Na deze sessie is het interessant dat elke deelnemer foto's maakt van zijn opstelling met een mobiele telefoon om hem te helpen herinneren, en om later terug te kijken op het trainingsproces.

Vragen voor de deelnemer zouden kunnen zijn:

Waarom heb je je post-it daar geplaatst?

Zou dat talent ook bij een ander thema geplaatst kunnen worden?

Zou bijvoorbeeld uw kwaliteit ook ondersteunend kunnen zijn, hoe?

## **Citaat van de deelnemer:**

"Ik was zo verbaasd toen ik de foto die ik van de eerste sessie had gemaakt weer zag. Alle tekenen leidden naar theaterregie, ik had deze oefening nodig om te beslissen welke studie ik ging doen."

# 4.5.9 Activiteit: Presenteer Je Talent



**Artistieke vaardigheid:** welke artistieke vaardigheden worden in deze activiteit getraind

- jezelf en je competenties leren te presenteren
- het vinden van de relatie met het publiek
- de juiste vorm vinden om je pitch te presenteren

**Levensvaardigheden:** welke levensvaardigheden worden in deze activiteit getraind

- effectieve communicatie
- besluitvorming.

**Beschrijving:**

Een opdracht om te leren en te ervaren hoe je jezelf en je motivatie moet presenteren. Ledere deelnemer bedenkt en schrijft een korte pitch/presentatie over zichzelf aan de hand van de volgende vragen:

- Waar sta je nu binnen je vakgebied?
- Wat is je motivatie?
- Wat beweegt je?
- Wat zijn je doelen, waar zie je jezelf in de toekomst?



# 4.5.9 Activiteit: Presenteer Je Talent

De presentatie kan in vrije vorm plaatsvinden, maar gestructureerd in tijd ca 5 minuten elk.

De deelnemers geven de presentaties aan elkaar. De deelnemers die kijken krijgen drie duidelijke kijkopdrachten:

1. Wat vonden ze sterk aan de presentaties?
2. Hebben zij een beter inzicht gekregen in de competenties en vaardigheden van degenen die presenteerden
3. Hebben ze een vraag voor degene die de pitch presenteerde?

Na alle presentaties wordt het besproken aan de hand van de kijkopdrachten.

Aan het eind geeft de trainer de deelnemers tips om de presentatie nog beter te maken.

## Opmerkingen:

Eventueel met inbegrip van de herkomst van de activiteit, waarom deze relevant werd geacht voor de doelstellingen van het project.

## Variaties:

- U zult altijd deelnemers hebben die graag een meer zuivere pitch houden over hun beroep, anderen zullen het meer richting een creatieve pitch brengen, bijna storytelling. Beide zijn goed.
- Deze activiteit kan worden herhaald, waarbij de deelnemers de nieuwe pitch maken en alle opmerkingen en tips van de deelnemers en de trainer gebruiken. Het is ook mogelijk om later beeldmateriaal zoals foto's en video's toe te voegen.
- Het is belangrijk dat de deelnemers begrijpen dat zij deze presentaties ook bij andere gelegenheden kunnen gebruiken om zichzelf en hun eigen werk te presenteren.

## Trainers opmerking:

- Als een pitch te lang wordt of te veel woorden bevat, zou de vraag voor de volgende keer kunnen zijn: maak keuzes over wat te behouden.

De vragen voor de deelnemers: Wat is voor jullie het meest essentieel om te presenteren?

Doe het de volgende keer opnieuw, maar in kortere tijd, en maak duidelijke keuzes.

Probeer de presentatie compact, direct, informatief en persoonlijk te maken.

## Citaat van de deelnemer:

"Ik was erg zenuwachtig voor deze opdracht, maar omdat de trainer me de mogelijkheid gaf om mijn eigen discipline te kiezen, namelijk komedie, heb ik het creatiever gemaakt, met een komisch rijmpje en een gedicht. Ik was erg gemotiveerd om aan mijn persoonlijke presentatie te blijven werken."

## 4.5.10 Activiteit: Visualiseer Je Netwerk Door Een Kaart Te Maken



**Artistieke vaardigheid:** welke artistieke vaardigheden worden in deze activiteit getraind

- de kracht van de verbeelding
- ideeën bedenken
- culturele gevoeligheid
- het vermogen om te netwerken en jezelf op de markt te brengen

**Levensvaardigheden:** welke levensvaardigheden worden in deze activiteit getraind

- zelfbewustzijn
- kritisch denken

**Beschrijving:**

- Het is belangrijk voor elke artiest om een goed netwerk van verschillende factoren te creëren.
- Door deze activiteit krijgen de deelnemers inzicht in hun huidige situatie als kunstenaar en daardoor de mogelijkheid om hun situatie te verbeteren.

# 4.5.10 Activiteit: Visualiseer je netwerk door een kaart Te Maken

De trainer leidt deze activiteit. Hij heeft alle deelnemers een groot vel papier en stiften gegeven.

Hij vraagt hen een titel te schrijven: bijvoorbeeld Mijn netwerk? Daarna wordt de deelnemers gevraagd het papier in 5 vierkanten te verdelen.

Elk staat voor een bepaald onderwerp. De onderwerpen zijn:

- Financiers
- Collega's die je inspireren
- Journalisten en media
- Een plaats waar u uw werk kunt presenteren
- Iets anders.

De deelnemers werd gevraagd de instructies van de trainer te volgen en het volgende op te schrijven:

- Schrijf minstens 3 namen op van mensen in elk vak die je kent en die je kunnen helpen.
- Kijk waar je helemaal niemand kent en welke contacten je mist
- Denk na over wie je in contact zou kunnen brengen met iemand van dat vierkant en verbind dat met een lijntje

Het invullen van deze map kan tot 15 minuten duren.

Dit wordt gevolgd door een debriefing waarin de deelnemers vertellen wat ze hebben ontdekt en aan welke onderwerpen ze verder moeten werken.

Daarna wordt hun gevraagd de volgende vraag te beantwoorden:

- Wie ga je als eerste bellen en hoe ga je dit netwerk onderhouden

## **Opmerkingen:**

Zo nodig met inbegrip van waar de activiteit vandaan komt, waarom deze relevant werd geacht voor de doelstellingen van het project, mogelijkheid om contacten met elkaar uit te wisselen en elkaar ermee te helpen.

## **Variaties:**

De deelnemers worden aangemoedigd om thuis verder te werken aan hun kaarten en deze na verloop van tijd bij te houden. Het is ook mogelijk een kaart te maken voor een specifiek project.

## **Trainers opmerking:**

De trainer is hier een inspirerende figuur en moet zich op deze bijeenkomst voorbereiden en meer weten over de deelnemers in de groep.

## **Citaat van de deelnemer:**

"Door mijn netwerk actief in beeld te brengen en mijn doelen op te schrijven, zag ik heel duidelijk wat ik nog nodig had en wie ik eigenlijk om hulp kon vragen." Met hulp van de trainer heb ik een concreet persoonlijk plan gemaakt.

# 5. De Italiaanse context

**43**

DE ITALIAANSE  
CONTEXT

**50**

ACTIVITEITEN: DE  
BAL - WARMING-UP  
ACTIVITEIT

**61**

ACTIVITEIT:  
PRESENTATIE

**44**

DE CONTEXT VAN  
DE OPLEIDING

**53**

ACTIVITEIT: HET  
DENKBEELDIGE  
OBJECT

**63**

ACTIVITEIT: DE  
LICHAAMSKAART

**45**

COREP  
METHODOLOGY

**55**

ACTIVITEIT: EEN,  
TWEË, DRIE... STELLA!

**47**

DE STRUCTUUR  
VAN DE  
OPLEIDING

**57**

ACTIVITEIT: HET  
MUSEUM

**49**

DE STRUCTUUR  
VAN DE  
BIJENKOMSTEN

**59**

ACTIVITEIT: BAS-  
RELIËF



# 5.1 De Italiaanse Context



Op 1 januari 2021 vormden migranten 8,7% van de Italiaanse bevolking. Volgens ISTAT (Nationaal Instituut voor de Statistiek) bedroeg de buitenlandse bevolking in Italië in 2021 5.171.894 personen. Mensen migreren naar Italië voornamelijk uit Roemenië (20,8%), Albanië (8,4%) en Moldavië (4,5%) in Europa; uit China (6,4%) en India (3,20%) in Azië; uit Marokko (8,3%) in Afrika. De helft van de buitenlanders die zich in Italië vestigen is tussen 25 en 29 jaar oud, met een hoger percentage mannen (1.289.117 tegenover 1.272.495 vrouwen).

Deze nieuwe burgers zijn voornamelijk verdeeld over de noordelijke en centrale regio's van Italië, die een hoger BBP hebben (ongeveer 70% van de immigranten woont in de volgende regio's: Lombardije, Lazio, Emilia-Romagna, Veneto, Toscane, Piemonte).

In Piemonte maakt de buitenlandse bevolking 9,8% van het totaal uit. Deze mensen komen voornamelijk uit Roemenië (31,9%), Marokko (12,8%) en Abania (9,6%). Bijna de helft van hen woont in de regionale hoofdstad Turijn.

In de gemeente Turijn is de gemiddelde leeftijd van buitenlandse burgers iets hoger dan de nationale tendens. Bijna de helft van hen is tussen 30 en 54 jaar oud.

In 2021 is het aantal buitenlandse inwoners in Piemonte met 1,5% gestegen ten opzichte van 2019 (een veel lager percentage in vergelijking met Toscane, waar dit gegeven met 7% is gestegen), terwijl het in Italië met 3,5% is gestegen. Op nationaal niveau steeg het aantal nieuwkomers in de periode 2014-2021 met 2%.

## WERKGELEGENHEIDSGRAAD

Volgens een analyse van het Italiaanse Instituut voor internationale politieke studies (ISPI) op basis van de EU-arbeidskrachtenenquête<sup>1</sup> vindt 80% van de economische migranten (niet-EU-burgers die naar de EU-landen zijn getrokken om hun levensonderhoud materieel te verbeteren) een baan binnen de eerste vijf jaar van hun verblijf in het gastland. Hetzelfde geldt daarentegen voor slechts 30% van de vluchtelingen en migranten die op zoek zijn naar gezinshereniging. Dit bevestigt, vooral in het geval van vluchtelingen, de moeilijkheden die deze mensen ondervinden om toe te treden tot de arbeidsmarkt van het nieuwe land.

(1) <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/87a8f92d-9aa8-11e6-868c-01aa75ed71a1>

## 5.2 De Context Van de Opleiding Door Corep

De oproep voor deelnemers werd gecreëerd en verspreid onder zoveel mogelijk organisaties door gebruik te maken van sociale media en directe communicatie.

Onder de gecontacteerde bereikte de oproep:

- Culturele centra die met en voor migranten en vluchtelingen werken
- Organisaties en coöperaties die werkzaam zijn in de sociale sector en diensten verlenen aan nieuwkomers (d.w.z. vluchtelingencentra en bureaus die ondersteuning bieden op het gebied van werkgelegenheid en bureaucratie, zoals Ufficio Pastorale Migranti, Cooperativa LiberiTutti, Progetto Tenda enz.)
- Onderwijsinstellingen, zoals de provinciale centra voor volwassenenonderwijs en -opleiding
- Organisaties die culturele uitwisseling bevorderen, met name via de kunst (zoals ArteMigrante, Associazione ASAI, AssociazioneArteria Onlus, enz.)

De beoogde organisaties verspreidden de oproep op hun beurt via hun netwerken, en de respons die wij ontvingen was gering.

De deelnemers die reageerden op de oproep hadden verschillende geografische achtergronden: Iran, Senegal, Egypte, Ivoorkust, Marokko, Brazilië en Roemenië. Drie Italianen namen ook deel omdat zij geïnteresseerd waren in het culturele veld en vooral in het gebruik van theater en kunst om integratie te bevorderen. De deelnemers hadden verschillende motivaties om aan het project deel te nemen. Deze liepen uiteen van de wens om zowel hun professionele als hun relationele netwerk uit te breiden en te begrijpen hoe het Italiaanse culturele veld werkt om hun professionele kansen te vergroten, tot de wens om kennis en competentie te verwerven over het gebruik van podiumkunsten als educatieve instrumenten en om hun artistieke potentieel beter te begrijpen.

Ook de artistieke achtergrond van de deelnemers was zeer divers, zowel wat betreft hun artistieke vaardigheidsniveau als de soorten artistieke talen, die varieerden van visuele talen (video, fotografie en tekenen) tot podiumkunsten (acteren, theater en film, dans, muziek, spelen en componeren).

De groep was ook heterogeen wat betreft de leeftijd van de deelnemers: van 45 jaar tot 18 jaar.

# 5.3 De Sociale en Gemeenschapstheatermethode (Corep)

Sociaal Theater is een benadering die in de jaren negentig in Italië is ontstaan uit de ervaringen met sociale animatie en theateranimatie, gemeenschapstheater, groepstheater, politiek theater, maar ook dramatherapie en psychodrama.

Sociaal Theater streeft naar een esthetische productie en ondersteunt en bevordert tegelijkertijd het welzijn en de empowerment van individuen die behoren tot achtergestelde of kwetsbare groepen die streven naar sociale en persoonlijke verandering. Het richt zich op het educatieve effect van capaciteitsopbouw op basis van theaterbenaderingen en op de "bevordering en ontwikkeling van gemeenschappen als een manier om processen van individuele en collectieve empowerment te ondersteunen en als vormen van expressief en communicatief onderzoek uitgaande van de identiteit van groepen".

Sociaal Theater bevordert het welzijn van individuen en groepen door middel van een capaciteitsopbouwend proces dat de hulpbronnen van de deelnemers activeert door bestaande capaciteiten aan te moedigen en de voorwaarden te scheppen voor de ontwikkeling van aangeboren capaciteiten. Deelnemers ontwikkelen geleidelijk cognitieve, relationele en emotionele vaardigheden die bepalend zijn voor empowerment en die hun vermogen om zelf verantwoordelijkheid te nemen bevorderen.

De artistieke dimensie en sociale verandering zijn even belangrijk in Sociaal Theater. Met name de kwaliteit van het artistieke proces bevordert een groter en dieper begrip van zowel het zelf als de ervaring, en bouwt een dieper niveau van communicatie op tussen verschillende identiteiten. Dit draagt bij tot welzijn en herstel voor het individu en de gemeenschap.

De algemene theorie van het Sociaal Theater in Italië werd in de jaren tachtig ontwikkeld aan de Katholieke Universiteit van Milaan door de analyse van het pedagogische en sociale interactiepotentieel van theatrale processen, en de transformerende kracht van de rituele en symbolische dimensie van het theater, alsmede de persoonlijke en relationele hulpbronnen die kunnen voortvloeien uit de sociaal affectieve dynamiek ervan.

Het Centrum voor Sociaal Gemeenschapstheater van de Universiteit van Turijn heeft deze concepten en ervaringen verder onderzocht vanaf het begin van de jaren 2000, door de methodologie Sociaal en Gemeenschapstheater te creëren; een benadering die vooral gericht is op de gemeenschapsdimensie en op de intentie van Sociaal Theater om de lokale gemeenschap te betrekken bij hun werk met groepen.

Deze methodologie gebruikt podiumkunsten en performatieve talen alsook processen of evenementen (workshops, rituelen, vieringen, enz.) om culturele activiteiten te creëren. Deze processen bevorderen het welzijn van de deelnemers door artistieke zelfexpressie en de ontwikkeling van inter- en intrapersonlijke relaties. Door deze gemeenschappelijke ervaringen te delen, worden de deelnemers aangemoedigd symbolische voorstellingen van zichzelf of de wereld te creëren om de werkelijkheid en zichzelf te transformeren.

De Social Community Theatre-aanpak is gebaseerd op de volgende theaterbeginselen:

## **Het lichaam: zelfbewustzijn en welzijn**

Vanaf de jaren zestig heeft theateronderzoek zich gericht op de training van de performers voorafgaand aan hun artistieke optreden. Vooral in het eerste werk met een groep passen de workshops van Social Community Theatre deze technieken toe om de zelfperceptie en het lichaamsbewustzijn te stimuleren, de creativiteit aan te moedigen, de aanwezigheid te bevorderen, het overdenken van persoonlijke gewoonten mogelijk te maken en het communicatieve en expressieve potentieel van het lichaam te bevorderen.

Het bevorderen van deze vermogens betekent het welzijn van de deelnemers: zelfbewustzijn en lichaamsexpressiviteit stellen ons in staat energie effectief te gebruiken, een positief zelfbeeld op te bouwen, het vermogen relaties op te bouwen en emotioneel en relationeel welzijn te bevorderen. Een sterker zelfbewustzijn bepaalt de emotionele geletterdheid en daarmee de bevordering van empathie, de basis van sociale vaardigheden.

### **Diversiteit en vertrouwen in het "koor"**

Het collectieve karakter van theater en zijn natuurlijke vermogen om een "koor" te creëren maken het mogelijk en bevorderen het vergroten van diversiteit en het opnemen van verschillende gezichtspunten. In sociaal en gemeenschapstheater wordt dit potentieel gebruikt om bruggen te slaan tussen culturele, sociale en persoonlijke verschillen en biedt het dus de mogelijkheid om te werken aan een inclusieve gemeenschap.

Het creëren van een veilige ruimte is de eerste prioriteit bij acties van Sociaal Gemeenschapstheater. In zo'n omgeving maakt het vertrouwen dat wordt opgebouwd vrije expressie en acceptatie van verschillen mogelijk, en schept het gunstige voorwaarden voor sociale en persoonlijke groei.

### **Spel en rituelen voor persoonlijke groei**

Spel is een centraal element in theater: het heeft specifieke tijden en ruimtes; het is plezierig en vrij van oordeel; het heeft regels. In de theaterworkshop zijn de deelnemers bezig met een aangename, speelse ervaring en tegelijkertijd maken zij deel uit van een groeiproces (dat soms een thema kan zijn in het proces zelf). Speelse activiteiten zijn een plaats van cognitieve en morele ontwikkeling waardoor deelnemers kunnen trainen voor de uitdagingen van het echte leven: ze kunnen nieuwe mogelijkheden ontdekken, leren over zichzelf en de relatie met anderen, de psychologische druk van efficiënt presteren vergeten en hun creativiteit ontplooiën.

### **Rollen en verhalen**

In het "alsof"-theaterspel spelen deelnemers met verschillende identiteiten om andere ervaringen en perspectieven te verkennen. In Sociaal Theater worden activiteiten met deze "conventie" gebruikt om het vermogen te bevorderen zich nieuwe mogelijkheden in het echte leven voor te stellen en de anderen en hun standpunten te aanvaarden en te begrijpen. Tegelijkertijd zijn de rollen die de deelnemers aannemen vaak interactief in vertelactiviteiten waarbij nieuwe realiteiten of actuele situaties worden opgevoerd. Op die manier kunnen de deelnemers een nieuwe visie ontwikkelen op een bepaalde realiteit beter begrijpen, en zo hun identiteit versterken en hun mogelijkheid om zich op verschillende plaatsen of in verschillende situaties voor te stellen en te projecteren.

(2) Rossi Ghiglione, "La formazione in teatro sociale e di comunità all'università di Torino: un progetto culturale regionale" in «Comunicazioni sociali», 2011, n. 2, 229-240 © 2011 Vita e Pensiero / Pubblicazioni dell'Università Cattolica del Sacro Cuore

(3) Rossi Ghiglione, Pagliarino, Fare teatro sociale. Esercizi e progetti, ed. Dino Audino, 2011, p.11. Translated from Italian by the author of the present contribution. "promozione e lo sviluppo di comunità come sostegno a processi di empowerment individuali e collettivi e come forme di ricerca espressiva e comunicativa a partire dalle identità dei gruppi."

(4) Rossi Ghiglione, "Psychological support and dialogue in Lebanon and the Syrian Arab Republic: an art-based intervention ", in Guttry, Macchi, Schininà "Psychological support and dialogue in the Syrian Arab Republic and Lebanon", International Organization for Migration, 2018, p.39.

(5) Rossi Ghiglione, Fabris, Pagliarino, Caravan Next. A Social Community Theatre Project. Methodology, Evaluation and Analysis, Milano, Franco Angeli, 2019. Open Access [http://ojs.francoangeli.it/\\_omp/index.php/oa/catalog/book/394](http://ojs.francoangeli.it/_omp/index.php/oa/catalog/book/394), p. 37.



# 5.4.1 De structuur Van De Opleiding

Het Italiaanse voorstel voor TONE was gebaseerd op ervaringsworkshops in sociaal en gemeenschapstheater die tot doel hadden de deelnemers in staat te stellen vaardigheden en competenties te ontwikkelen via het transformerende potentieel van het theater. De gekozen activiteiten waren er in het bijzonder op gericht om levensvaardigheden te ontwikkelen en de deelnemers te laten nadenken over hun persoonlijk potentieel om zowel levensvaardigheden als professionele competenties te ontwikkelen.

De training volgde een precieze structuur waarbij tijd, interacties en acties werden gedefinieerd, gepland en gereflecteerd door de twee dirigenten, die beiden aanwezig waren tijdens de workshops en werden ondersteund door een persoon die het proces observeerde en verslagen bijhield van de bijeenkomsten en een supervisor voor de planningsfase.

Zowel vóór als tijdens de workshopsessies werd rekening gehouden met de beginselen van de SCT-workshop: de fasen van de training en de verschillende momenten van de afzonderlijke workshopsessies werden opgebouwd volgens een precieze structuur. De ruimte voor de activiteit werd passend gekozen en de activiteiten (zowel individueel als in groepsverband) betroffen de fysieke, cognitieve en emotionele sfeer.

De training omvatte 10 workshopsessies.

De groep kwam gedurende 5 weken bijeen, elke dinsdag- en woensdagavond van 18.00 tot 20.30 uur. Deze weekdagen werden gekozen vanwege de kenmerken van de doelgroep, de facilitator en de beschikbaarheid van de ruimte. De keuze voor twee opeenvolgende weekdagen was een poging om een groter aantal workshopuren in een relatief korte tijd te verzamelen, om tijdens de tweede bijeenkomst te kunnen profiteren van het werk dat tijdens de eerste bijeenkomst was gedaan (d.w.z. dat op de eerste dag een bepaalde taal zou worden verkend en dat de deelnemers de volgende dag zouden worden betrokken bij een creatieve productie).

Het eerste deel van de training was vooral gewijd aan groepsopbouwende activiteiten, het verkennen van de relaties tussen de deelnemers en het scheppen van een sfeer van vertrouwen door middel van speelse activiteiten. Het tweede deel van de opleiding was gewijd aan het verkennen van het expressieve potentieel van het lichaam (zowel voor individuen als voor de groep), alsook aan activiteiten die creatieve luistervaardigheden bevorderen. Het derde deel van de training richtte zich op activiteiten die de verkenning van het thema van het TONE-project (de toegang als professionals tot de culturele en artistieke sector) mogelijk maakten en was gericht op:

- bevordering van het zelfbewustzijn van de deelnemers en empowerment door het verkennen van hun persoonlijke en professionele groei, met name door activiteiten en reflecties over de ontwikkeling van levensvaardigheden. Deze activiteiten hadden tot doel de deelnemers bewust te maken van hun sterke punten en hen in staat te stellen na te denken over welke punten zij wilden en konden versterken;
- hun vermogen om te vertellen over zichzelf en hun capaciteiten en over eerdere professionele en niet-professionele ervaringen;
- de facilitator informatie over de deelnemers verschaffen die vervolgens kan worden gebruikt om acties te plannen voor de "Matchmaking"-fase van het project.

De opleiding werd afgesloten met de creatie van een persoonlijke pitch, waarbij elke deelnemer zich op een creatieve manier presenteerde, met de steun van de hele groep die deelnam aan de creatie van de inhoud (als resultaat van een workshopactiviteit) en aan de regie van de pitch, die door een van hen werd gefilmd. Dankzij deze laatste actie kon de groep zich bewust worden van haar interne hulpbronnen, zowel in termen van professionele competenties als van relationele mogelijkheden.



Wat de aanwezigheid betreft, was de deelname gedurende de hele opleiding constant. De facilitatoren ondersteunden dit door bijzondere aandacht te besteden aan het proces van groepsvorming, dat deel uitmaakt van de methodologie. Dit creëerde een sterk gevoel van saamhorigheid, wat werd bevestigd door het niveau van samenwerking in het laatste deel van de opleiding, toen elke deelnemer zijn eigen persoonlijke pitch creëerde via een individueel proces en de rest van de groep actief deelnam aan de co-creatie van elk eindproduct, waarbij elk lid werd ondersteund in termen van creatieve input, praktische hulp en morele steun. Bovendien werd, ondanks het heterogene karakter van de groep, de inclusiviteit gewaarborgd door activiteiten voor te stellen waarbij alle deelnemers, ongeacht hun kenmerken, konden deelnemen aan de activiteiten in samenhang met hun bereidheid daartoe.

(6) Rossi Ghiglione, Pagliarino, Fare teatro sociale. Esercizi e progetti, ed. Dino Audino, 2011, p.49.

(7) Rossi Ghiglione, Arte, benessere e cura. La potenza del teatro in "Lo scandalo del corpo. Studi di un altro teatro per Claudio Bernardi" a cura di C.Bino, G. Innocenti Malini, L. Peja, 251-262 in © 2019 Vita e Pensiero / Pubblicazioni dell'Università Cattolica del Sacro Cuore p.255.

## 5.4.2 De Structuur Van de Bijeenkomsten

Tijdens het eerste deel van de workshop werd de groep toegelaten tot de ruimte- en tijdsdimensie van de sessie door middel van een informeel welkom, gevolgd door de bespreking van een formeel "contract" (d.w.z. de dagindeling en de specifieke behoeften van de deelnemers voor die dag) en een beginritueel.

In het tweede deel werd meestal een nieuwe artistieke taal of techniek verkend:

- Individuele trainingsactiviteiten waarbij de deelnemers onder leiding van de facilitator hun stem en lichaam als instrument voor expressie en interactie met anderen onderzochten en bewust werden;
- Groepstraining, waarbij de hele groep werd betrokken bij een collectieve verkenning om te begrijpen hoe groepsharmonie en wederzijds begrip de expressieve mogelijkheden van zowel groepen als individuen kunnen vergroten;
- Dramaturgische verkenning en scenische creatie, met activiteiten die de groep in staat stelt visies en ideeën over specifieke thema's (waaronder het thema van het Project) weer te geven en tot leven te brengen. Deze activiteiten omvatten improvisatie, het creatieve gebruik van ruimtes en objecten, het vertellen van verhalen enz.

In het derde deel van de sessie leidden de facilitators activiteiten om feedback te verzamelen over de sessie en over de ervaring als geheel (bv. welzijn, nieuwe inzichten, reflecties). Dit deel werd steeds voorafgegaan door het gebruik van de "body map" (zie beschrijving van de activiteit).

De sessie eindigde met een slotritueel dat, net als het openingsritueel, de groep in staat stelde de drempel tussen de buitengewone en de gewone wereld over te steken. Hierdoor konden de grenzen van de ervaring worden bepaald.

# 5.5.1 De bal - Warming-up Activiteit



## Doelstellingen:

- Concentratie en coördinatie trainen. Nadenken over non-verbale communicatie. Nadenken over hoe stress en angst voor fouten onze concentratie kunnen beïnvloeden. Werken aan de relatie met anderen. Werken aan teambuilding en het bereiken van een doel als team.

## Artistieke vaardigheid:

- Coördinatie van stem
- Beweging en gedachte
- Aanwezigheid.

## Levensvaardigheden:

- Effectieve communicatie
- Interpersoonlijke relaties
- Omgaan met emoties
- Zelfbewustzijn.

## Beschrijving: Duur - 5 tot 15 minuten

- Materialen - n.v.t.
- Groepssetting - groep staat in een cirkel

# 5.5.1 De bal - Warming-up Activiteit

- Groepssetting - groep staat in een cirkel
- Tijdens de activiteit wordt een input door de deelnemers over de cirkel gestuurd, alsof er een bal wordt gegoid.

Hoe de denkbeeldige bal te gooien: klap de handen horizontaal in de richting van een andere persoon: de bovenste hand glijdt snel over de palm van de andere hand, gericht op die persoon. Tijdens het gooien van de bal zegt de deelnemer zijn/haar eigen naam (niet die van de ander!). Deelnemer A (de facilitator) begint, en "gooit" de input naar deelnemer B. Alvorens te gooien moet oogcontact worden gemaakt, zodat B begrijpt dat hij/zij is gekozen als de ontvanger. Vervolgens gooit A de denkbeeldige bal door in zijn handen te klappen in de richting van B. Daarna maakt B snel oogcontact met iemand anders, en stuurt hem/haar op dezelfde manier de bal terwijl hij/zij zijn/haar eigen naam zegt.

**Debriefing/Reflecties (indien van toepassing):** Op basis van de ontwikkeling van de activiteit en de kenmerken van de groep kan de facilitator:

- een sneller of langzamer tempo voorstellen
- te concentreren op de gebruikte energie in het lichaam en de stem
- het spel stoppen om na te denken over wat in de groep kan worden waargenomen (lachen de deelnemers? Maken ze fouten? Waarom? Hoe voelen we ons tijdens het spel? Als we bang zijn om fouten te maken, waarom is dat? Wat zijn de strategieën om in dit spel te slagen? Welke rol speelt non-verbale communicatie (oogcontact, richting van het lichaam, energie van de stem) in het spel?
- stel voor na te denken over hoe het concentratieniveau tijdens de activiteit steeg en na te denken over de reden daarvan.

**Opmerkingen:** Deze activiteit en de variatie erop kunnen aan het begin van elke werksessie worden herhaald. Het delen van eventuele opmerkingen over de activiteit met de groep is een effectieve manier om het zelfbewustzijn van de deelnemers te vergroten en een ruimte te creëren waarin fouten niet worden beoordeeld, maar worden gebruikt als een kans om te leren. De verbeteringen die de groep zal opmerken bij het herhalen van de activiteit kunnen het gevoel van empowerment en zelfvertrouwen van de groep positief beïnvloeden.

**Variaties (indien van toepassing):** Om de deelnemers nog meer uit te dagen kan de activiteit worden uitgevoerd door:

- Getallen te gebruiken in plaats van namen, tellen van 1 tot 10 en terug en dan uitdagende elementen introduceren zoals het vervangen van sommige getallen door namen/namen van fruit/andere voorwerpen die de groep kiest om toe te voegen.

# 5.5.1 De bal - Warming-up Activiteit

- Gebruik van kleuren in plaats van namen, d.w.z.: terwijl hij de bal gooit, zegt A ROOD (inbeeldend dat dat de kleur van de bal is). Dan maakt B snel oogcontact met iemand anders en stuurt hem/haar op dezelfde manier de bal en zegt ROOD (regel is: "De kleur die ik krijg is de kleur die ik gooi"). Terwijl de RODE BAL door de kring wordt gegooid, kan de begeleider de BLAUWE BAL introduceren, zodat er meerdere "ballen" tegelijk in de kring worden gegooid. Als de introductie van de tweede bal slaagt, kan ook een GROENE bal worden toegevoegd, enzovoort. Deze variatie vereist een hoge mate van concentratie en bewustzijn van non-verbale communicatie, die kan worden verbeterd als de begeleider de deelnemers aanmoedigt om te discussiëren en gemeenschappelijke strategieën te vinden.

## **Opmerking van de trainer:**

Om de ontwikkelingen van de groep te meten kan de begeleider observeren hoe en wanneer de deelnemers de activiteit niet meer als een persoonlijke uitdaging ervaren maar als een groepsuitdaging. Ook kan hij de aanwezigheid van de deelnemers observeren in termen van energie en vermogen om zich te concentreren en in te zetten voor de huidige actie.



## 5.5.2 Activiteit: Het Denkbeeldige Object



PHOTO BY COREP

### Doelstellingen:

- Creativiteit stimuleren en vertrouwd raken met een creatief proces

### Artistieke vaardigheden:

- Improviseren met voorwerpen
- het creatief gebruik van voorwerpen

### Levensvaardigheden:

- creatief denken
- effectief communiceren
- omgaan met emoties

### Beschrijving: Duur - 15 tot 25 minuten

- Materialen - een voorwerp van welke aard dan ook, beter als het niet te klein is, zoals een fles, een tamboerijn, enz.
- Groepssetting - een groep die in een cirkel staat of zit
- Beschrijving van de activiteit - Om de beurt gebruiken de deelnemers het gegeven voorwerp alsof het iets anders is (een tamboerijn kan bijvoorbeeld worden gebruikt als een hoed, een schaal, een klok, enz.)

## 5.5.2 Activiteit: Het Denkbeeldige Object

De deelnemer die het voorwerp vasthoudt kan niet praten, maar hij/zij kan wel geluiden maken om de groep te helpen begrijpen wat het denkbeeldige voorwerp is. Zodra de actie is voltooid, wordt het voorwerp doorgegeven aan de volgende deelnemer, die het verandert in een ander denkbeeldig voorwerp. Het spel gaat door tot iedereen een denkbeeldig voorwerp heeft gemaakt met hetzelfde fysieke voorwerp. Na zoveel rondes als de facilitator het juiste aantal acht, kan het voorwerp in het midden van de zaal worden geplaatst, zodat wie een nieuw idee heeft over hoe "het te veranderen", de cirkel in kan gaan en de actie kan nadoen.

### **Debriefing/Reflecties (indien van toepassing):**

Tijdens deze activiteit, vooral vanaf de tweede ronde, kunnen de deelnemers het moeilijk vinden om met nieuwe ideeën te komen. De begeleider kan hen aanmoedigen om de tijd te nemen en na te denken over het feit dat het creatieve proces tijd en bepaalde emotionele omstandigheden nodig heeft. De deelnemers kunnen worden aangemoedigd zorgvuldiger naar het object te kijken, het te verplaatsen en optimistisch te zijn over het ontstaan van nieuwe ideeën. Bovendien kan de groep vaststellen dat de grappigste of meest verrassende ideeën pas na de tweede of derde ronde ontstaan, dat wil zeggen nadat de gemakkelijkste ideeën zijn gebruikt en ze dus gedwongen worden om de creativiteit en de verbeelding verder te drijven. Hieruit blijkt hoe grenzen de creativiteit juist kunnen bevorderen.

### **Observaties:**

Deze activiteit kan een belangrijke gelegenheid zijn om na te denken over creativiteit en het creatieve proces. Creativiteit wordt vaak beschouwd als een talent (iets dat je al dan niet hebt). In feite is creatief denken een competentie die alle mensen hebben en gebruiken, en het is belangrijk om

Te benadrukken hoe deze, net als vele andere levensvaardigheden, kan worden getraind door middel van activiteiten zoals de hier gepresenteerde. Bovendien werkt deze activiteit aan geduld en wederzijdse steun binnen de groep om een ondersteunende sfeer te creëren die het creatieve proces voor iedereen kan bevorderen.

### **Opmerking van de opleiders:**

Sommige van de objecttransformaties geven de begeleiders enkele hints over de verbeelding van de deelnemers. Het is ook belangrijk te bedenken dat deze activiteit, ondanks het feit dat het een spel over creativiteit is, bij sommige deelnemers toch stress kan veroorzaken. Deze omstandigheid kan worden omgezet in een gelegenheid voor de deelnemers om - zonder oordeel - te observeren hoe zij reageren wanneer zij worden uitgedaagd, en zo iets over zichzelf te leren.

## 5.5.3 Activiteit: Een, twee, drie... STELLA!



### Doelstellingen:

- Werken aan samenwerking en non-verbale communicatie, stimuleren van creativiteit

### Artistieke vaardigheid:

- Improviseren met het lichaam
- lichaamsbewustzijn
- een scène creëren.

### Levensvaardigheden:

- creatief denken
- effectieve communicatie
- zelfbewustzijn

### Beschrijving: Duur - 15 tot 25 minuten

- Materialen -
- Groepssetting - groep staat
- Beschrijving van de activiteit - De deelnemers staan in een rij aan de ene kant van de ruimte (A) en kijken naar de andere kant van de ruimte waar een andere deelnemer (de spelleider) tegen een muur staat (B).

## 5.5.3 Activiteit: Een, twee, drie... STELLA!

Het doel van de deelnemers in punt A is punt B te bereiken. Daartoe mogen zij alleen lopen als de spelleider niet kijkt. In feite geeft de spelleider hun de kans om vooruit te komen door zich naar de muur te draaien en te tellen "één, twee, drie.... STELLA!". Als hij/zij "STELLA" zegt, draait hij/zij zich onmiddellijk naar de groep en als sommige deelnemers betrapt worden op bewegen, worden ze teruggestuurd naar het beginpunt. De hoofdregel van het spel is dat de deelnemers stil moeten blijven staan wanneer de spelleider zich naar hen toe draait. Als ze bewegen, lachen of hun evenwicht verliezen, worden ze teruggestuurd naar punt A. Om de uitdaging te vergroten, kan de spelleider hen provoceren door hen te laten lachen, maar mag hij hen niet aanraken. De eerste deelnemer die punt B bereikt, wint het spel.

Een specifieke variant van dit spel is een geweldig hulpmiddel voor teambuilding en improvisatie: de deelnemers op punt A moeten een voorwerp meenemen. Het voorwerp moet van hand tot hand gaan wanneer de groep vooruitgaat en de spelleider naar de muur draait. Telkens als de spelleider stopt met tellen en draait, moeten de deelnemers stilstaan alsof ze in een foto staan, en het voorwerp moet zichtbaar zijn in de scène (ze kunnen er ook mee interageren in de scène). Het spel eindigt wanneer het voorwerp punt B bereikt.

Een andere variatie bestaat erin het voorwerp naar voren te brengen door het van persoon tot persoon door te geven terwijl het uit het zicht wordt gehouden.

Een andere variant vereist dat deelnemers geïmproviseerde stilstaande scènes creëren telkens als ze stoppen.

### **Debriefing/Reflecties (indien van toepassing):**

n.v.t.

### **Opmerkingen:**

Deze activiteit kan een belangrijke gelegenheid zijn om samenwerking te trainen en teambuilding te ondersteunen, aangezien de deelnemers de mate van betrokkenheid krijgen die zij voor zichzelf goed achten. Groepsimprovisatie wordt bij deze activiteit sterk getraind en het spel zelf laat geen tijd om angst of oordeel het creatieve denken te laten beïnvloeden. Deze reflectie kan met de deelnemers worden gedeeld.

### **Opmerking van de trainer:**

Naargelang de behoeften van de groep en de doelstellingen van de begeleider (samenwerking trainen, individuele of groepsimprovisatie, een snelle fysieke opwarmingsactiviteit, scènes creëren die later verder kunnen worden uitgediept, enz.) kan deze activiteit heel gemakkelijk worden aangepast aan een gewenste variatie.



# 5.5.4 Activiteit: Het Museum



## Doelstellingen:

- Werken aan de relaties binnen de groep, het vermogen trainen om in een andere taal over zichzelf te praten.

## Artistieke vaardigheid:

- Werken aan het expressieve lichaam
- verhalen vertellen
- praten met een publiek

## Levensvaardigheden:

- creatief denken
- effectieve communicatie
- besluitvorming

## Beschrijving: Duur - 25 tot 40 minuten

- Materialen - n.v.t.
- Groepsinstelling - n.v.t.
- Beschrijving van de activiteit - De deelnemers werken in paren. Ze krijgen enkele minuten de tijd om elkaar iets over zichzelf te vertellen, zodat de ander hen beter leert kennen. Dit wordt een "standbeeld" dat de twee deelnemers moeten afspreken. Elke deelnemer toont het standbeeld dat zijn/haar eigen verhaal voorstelt. De twee standbeelden worden gerepeteerd en de details worden vastgesteld.



# 5.5.4 Activiteit: Het Museum

Vervolgens komt de hele groep weer bij elkaar en introduceert de begeleider de denkbeeldige context van het spel, namelijk een beeldenmuseum. Elk standbeeld heeft zijn eigen gids (de werkpartner van de deelnemer). Eén voor één positioneren de deelnemers zich in de ruimte en hun werkpartner geeft uitleg over het standbeeld, net zoals een gids dat zou doen. De groep bezoekt alle standbeelden totdat ze allemaal besproken zijn.

## **Debriefing/Reflecties (indien van toepassing):**

Na de activiteit kan de begeleider een reflectie starten over de uitdagingen en sterke punten die tijdens de fasen van de activiteit zijn waargenomen. Enkele daarvan kunnen zijn: praten met een publiek, beslissen over het standbeeld, iets over zichzelf vertellen of een andere persoon voorstellen terwijl ze trouw blijven aan wat die persoon heeft verteld of creatief denken om verbale inhoud om te zetten in een standbeeld. Ook kan deze activiteit leiden tot een reflectie over het presenteren van zichzelf tijdens sollicitatiegesprekken of cv's.

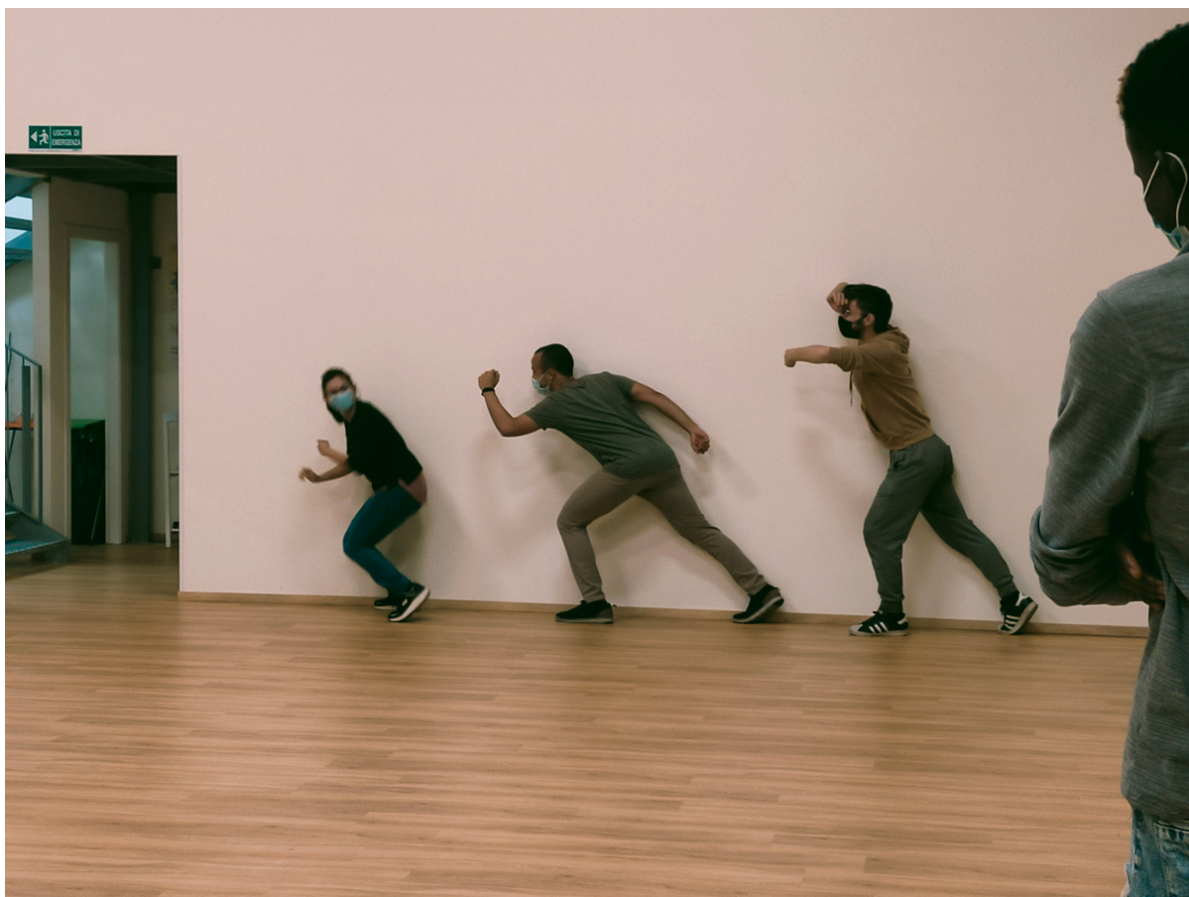
## **Opmerkingen:**

Deze activiteit is een gelegenheid om samenwerking te trainen en na te denken over het soort informatie dat we delen wanneer we ons voorstellen aan iemand die we niet kennen. Ondanks het feit dat het een activiteit in duo's is, vereist het een lagere onderhandelingsgraad in vergelijking met andere activiteiten, terwijl het toch een zekere uitdaging vormt op het gebied van tijdbeheer en besluitvorming. Het biedt de gelegenheid te observeren hoe we iemand anders voorstellen door gebruik te maken van informatie die met ons werd gedeeld.

## **Opmerking van de trainer:**

Afhankelijk van de groep kan deze activiteit in een vroeg stadium van de training nuttig zijn om de groep deelnemers te leren kennen. Dit gebeurt door het werk van de duo's te observeren, in het bijzonder welke elementen ze over zichzelf willen delen.

## 5.5.5 Activiteit: Bas-reliëf



### Doelstellingen:

- Het trainen van non-verbale communicatie, observatie, het verkennen van een bepaald onderwerp.

### Artistieke vaardigheid:

- Improvisatie,
- expressief lichaam
- non-verbale communicatie,

### Levensvaardigheden:

- Zelfbewustzijn
- creatief denken

### Beschrijving: Duur - 20 tot 25 minuten.

- Materialen - een lege muur
- Groepssetting - De groep staat in een rij aan een kant van de ruimte, met het gezicht naar de tegenoverliggende muur.
- Beschrijving van de activiteit - De deelnemers staan in een rij, met hun gezicht naar de tegenoverliggende muur van de ruimte. Een van de deelnemers loopt snel naar de muur en plaatst zichzelf tegen de muur door met zijn/haar lichaam een standbeeld te maken. Het beeld moet de muur raken in een poging om op een bas-reliëf te lijken. Een voor een worden meer deelnemers uitgenodigd om zich snel bij de eerste persoon te voegen en nieuwe beelden te maken die het tafereel compleet maken.

# 5.5.5 Activiteit: Bas-reliëf

Na in de bas-reliëf voor een tijdje, kunnen de deelnemers besluiten naar buiten te komen en terug te gaan naar het beginpunt. Nu kunnen ze de actie van buitenaf gadeslaan, terwijl de scène verandert en nieuwe betekenissen creëert naarmate er nieuwe beelden bijkomen in een collectief improvisatieproces. De deelnemers kunnen ook afspraken maken over het aantal mensen dat op de muur mag staan. De deelnemers moeten zich snel van en naar de muur verplaatsen.

Ook kan de facilitator een woord of een thema hardop zeggen om het eerste beeld te inspireren.

**Debriefing/Reflecties (indien van toepassing):**

**Opmerking van de trainers:** Deze oefening kan lichamelijk contact tussen de deelnemers inhouden.

## 5.5.6 Activiteit: Presentatie



### **Doelstellingen:**

- Het vermogen trainen om te vertellen over iemands vaardigheden en ervaringen

### **Artistieke vaardigheid:**

- Creatief werken aan storytelling
- praten met een publiek

### **Levensvaardigheden:**

- Zelfbewustzijn
- effectieve communicatie

### **Beschrijving:** Duur - 1 uur, afhankelijk van de groep

- Materialen - vellen papier, potloden
- Groepsopstelling - paren
- Beschrijving van de activiteit - De deelnemers werken in paren. Elke deelnemer stelt zijn/haar partner een door de begeleider voorgestelde vraag die tot doel heeft een kenmerk van die persoon in verband met zijn/haar profiel te onderzoeken.

# 5.5.6 Activiteit: Presentatie

## **De vragen zijn:**

Wat zijn je transversale competenties/ levensvaardigheden? (de groep was al bekend met deze term)

Wat zijn je technische en artistieke vaardigheden?

Door welke levens- en werkervaringen heb je dergelijke competenties ontwikkeld?

Is er een deel van je lichaam dat iets vertelt over jezelf of over je leven en werkervaring?

Is er een voorwerp dat een van je vaardigheden vertegenwoordigt (praktisch of anderszins)?

In tweetallen stellen de deelnemers elkaar een van de vragen. Zodra beide deelnemers in het paar geantwoord hebben, kiest ieder een nieuwe partner voor de volgende vraag.

Elke deelnemer heeft een blad papier waarop hij zijn antwoorden moet vermelden. Voor elke vraag bespreekt het duo elk van hun individuele antwoorden, stelt vervolgvragen en bepaalt een manier om het antwoord op het blad te vermelden (een woord, een tekening, een zin, een symbool).

Als alle vragen zijn beantwoord, hebben alle deelnemers een vel papier dat zowel een resumé als een script is.

Dit zal de basis vormen voor een korte individuele voorstelling, die zal resulteren in een persoonlijke pitch of een presentatie met creatieve elementen.

## **Debriefing/Reflecties (indien van toepassing):**

### **Opmerkingen:**

Deze activiteit kan ook de uitdrukkingsvaardigheid in een vreemde taal (die de taal van het gastland kan zijn) en expressieve taal trainen. De activiteit maakt een gezamenlijke creatie van autobiografische verhalen mogelijk, wat het beste van het potentieel van de groep naar boven haalt.

### **Variaties (indien van toepassing):**

Deze activiteit kan worden voorafgegaan door verschillende activiteiten waarmee dezelfde thema's met het lichaam kunnen worden verkend.

### **Opmerking van de trainers:**

Afhankelijk van de kenmerken van de groep kan het nodig zijn sommige paren taalkundig te ondersteunen.



## 5.5.7 Activiteit: De Lichaamskaart



### Doelstellingen:

- Het bevorderen van zelfbewustzijn, bewustzijn van persoonlijke competenties, trainingsdoelen, en het vermogen om te begrijpen welke acties/activiteiten specifieke vaardigheden kunnen trainen.

### Artistic Skill:

- Lichaamsbewustzijn
- het verbinden van emoties met het lichaam

### Levensvaardigheden:

- Zelfbewustzijn
- kritisch denken
- omgaan met emoties

### Beschrijving: Duur - 10 tot 15 minuten

- Materialen - markers, grote stukken papier (zoals papier voor whiteboards)
- Groepssetting - deelnemers werken individueel
- Beschrijving van de activiteit - De deelnemers kiezen waar ze gaan zitten in de ruimte en werken individueel. Elke deelnemer krijgt een groot stuk papier en een paar stiften. De deelnemers wordt gevraagd de omtrek van een lichaam op het papier te tekenen. Dit stelt hun lichaam voor. De tekening mag heel eenvoudig zijn, en er zijn geen eisen aan de tekening. De tekening wordt niet gedeeld met anderen en wordt gebruikt als een soort persoonlijk logboek om na te denken over de workshop.

# 5.5.7 Activiteit: De Lichaamskaart

Vervolgens wordt de deelnemers verzocht naar de tekening te kijken en zich voor te stellen dat het een kaart is waarop zij hun competenties als volgt kunnen plaatsen:

Elke deelnemer denkt aan zijn sterke punten in termen van dingen die hij kan doen/competenties die hij heeft, en markeert/cirkelt/kleurt de delen van het lichaam die volgens hem met die competentie te maken hebben. Zo kan het vermogen om naar anderen te luisteren worden gezien als gerelateerd aan de oren, of de borst, of de ogen (elke persoon kan een andere perceptie hebben van welk deel van het lichaam bij een bepaalde vaardigheid betrokken is). Het vermogen om creatief te denken kan worden opgevat als gerelateerd aan de handen, de geest, enz. Het vermogen om een doel na te streven kan worden gezien als gerelateerd aan de benen, de borst, enz. De deelnemers schrijven, in overeenstemming met dat lichaamsdeel, een persoonlijke notitie op over dat vermogen, in de taal van hun voorkeur.

Hetzelfde proces wordt herhaald met dingen die de deelnemers aan zichzelf willen verbeteren.

## **Debriefing/Reflecties (indien van toepassing):**

Tijdens de feedback aan het einde van elke sessie kunnen de deelnemers worden uitgenodigd om - indien zij dat wensen - eventuele overwegingen te delen die bij het invullen van de body map naar voren zijn gekomen.

Bijvoorbeeld: Die activiteit was een uitdaging voor mij omdat... / Vandaag ontdekte ik dat... / Het is dwingend voor mij dat ik waarneem dat dit lichaamsdeel verbonden is met dit vermogen, enz.

## **Observaties:**

In de loop van de opleiding kan de lichaamskaart aan het einde van elke werksessie worden gebruikt om de vraag te beantwoorden "Wat kon ik tijdens de opleiding van vandaag over mezelf waarnemen, in termen van sterke en zwakke punten?" Dit garandeert een persoonlijke ruimte van reflectie om het zelfbewustzijn te bevorderen. Het bevordert ook het vermogen om te analyseren hoe uitdagingen functioneel kunnen zijn voor de ontwikkeling van een bepaalde competentie, of iemand bewust kunnen maken van hulpbronnen die hij/zij heeft of nog verder wil ontwikkelen.

Deze activiteit bevordert ook het lichaamsbewustzijn en traint het vermogen om naar het lichaam te luisteren als een manier om iets over onszelf te leren. Deze bekwaamheid leidt tot zelfbewustzijn en dus tot welzijn.

## **Variaties (indien van toepassing):**

### **Opmerking van de trainer:**

Het is belangrijk om de deelnemers in elke sessie voldoende tijd te geven om de lichaamskaart in te vullen, zodat ze de activiteiten die ze hebben meegemaakt kunnen doorlopen en zich kunnen herinneren wat ze voelden. De deelnemers kunnen worden uitgenodigd de tijd te nemen en de voorwaarden te scheppen voor verdere reflectie. Muziek kan dit deel van de activiteit begeleiden (maar wees u bewust van de kracht van muziek bij het bepalen van de stemming).

## 5.5.7 Activiteit: De Lichaamskaart

De groep kan besluiten de lichaamskaarten op de werkplek te laten of ze mee naar huis te nemen, zodat er later nog over kan worden nagedacht. Het is belangrijk dat de kaarten privé blijven, omdat ze een veilige ruimte vertegenwoordigen.

Aan het einde van de cursus kan de deelnemers worden gevraagd de bodymap in zijn geheel te bekijken, met inachtneming van alle reflecties die in de loop van de opleiding op papier zijn gezet, en deze te gebruiken als een manier om de hele cursus en hun persoonlijke ontwikkeling te bekijken.

# 6. De Spaanse Context

**67**

DE SPAANSE  
CONTEXT

**78**

ACTIVITEIT: ADEMEN/  
DE BOOM

**93**

ACTIVITEIT: OVER MIJ/  
HET VERTELTAPIJT

**68**

DE CONTEXT VAN  
DE OPLEIDING

**81**

ACTIVITEIT: DE  
MARIONET

**97**

ACTIVITEIT:  
DANCE-ME

**70**

LIRT-METHODE  
DOOR RESIDUI

**84**

ACTIVITEIT: WERKEN  
MET EEN ELASTISCHE  
STOF

**100**

ACTIVITEIT: THE  
SACRED CARPET  
WEAVING STORIES

**73**

DE STRUCTUUR  
VAN DE  
OPLEIDING

**87**

ACTIVITEIT: DE  
RODE DRAAD

**103**

ACTIVITEIT:  
PERSOONLIJK  
PROJECT

**74**

DE STRUCTUUR  
VAN EEN  
VERGADERING

**90**

ACTIVITEIT:  
WANDELEN DOOR  
VERHALEN

**75**

ACTIVITEIT: NUL  
POSITIE

# 6.1 De Spaanse Context



De immigratie in Spanje was in 2020 goed voor 11,4% van de nationale bevolking. Volgens het INE (Nationaal Instituut voor de Statistiek) bedroeg de buitenlandse bevolking in Spanje in 2020 5.423.298 personen. Spanje ontvangt voornamelijk immigranten uit Latijns-Amerika, Afrika en andere delen van Europa. Met inbegrip van alle buiten Spanje geboren inwoners (met of zonder Spaanse nationaliteit) woonden er in 2020 7.231.195 buitenlanders in Spanje, 15,2% van de totale bevolking.

Onder de belangrijkste nationaliteiten in de eerste helft van 2021 waren de grootste dalingen onder de Roemeense bevolking (18.579 minder immigranten), Marokkanen (8.113 minder) en Ecuadorianen (4.248 minder). En de grootste stijgingen waren in Italië (6.742 meer), het Verenigd Koninkrijk (6.302 meer) en Frankrijk (2.499 meer).

## **VERDELING VAN DE IMMIGRATIE IN SPANJE NAAR GEMEENSCHAPPEN**

De buitenlandse bevolking is meestal geconcentreerd in de economisch meest dynamische gebieden van het land, en dus met de grootste behoefte aan arbeidskrachten. Zo zijn de gebieden van Spanje met het hoogste percentage immigranten Madrid en zijn invloedsgebied, de Middellandse-Zeeboog en de eilanden. Er zij op gewezen dat 44,81% van alle in Spanje geregistreerde immigranten verdeeld zijn over slechts drie provincies (Madrid, Barcelona en Alicante).

In de Gemeenschap Madrid was in januari 2021 15% van de geregistreerde inwoners buitenlander, tegenover 85% die de Spaanse nationaliteit heeft. 82,2% van de buitenlandse bevolking is tussen 15 en 64 jaar oud, tegenover 65% van de Spaanse bevolking die zich in dezelfde leeftijdsgroep bevindt. Tot de zeven groepen met de hoogste aanwezigheid behoren momenteel Roemeen (17,7%), Marokkaan (8%), Colombiaan (6,5%), Chinees (6,3%), Venezolaan (6,3%), Peruaan (4,4%) en Italiaans (4,1%). 53,40% van de geregistreerde buitenlanders zijn mannen, tegenover 46,60% vrouwen. Er zijn echter belangrijke verschillen naar gelang van de herkomst van de immigranten. De groepen met de hoogste man-vrouwverhouding zijn die uit Mali (slechts 6,68% vrouwen), Pakistan (9,70% vrouwen), Ghana (12,91%) en Bangladesh (16,93%). De nationaliteiten met de hoogste percentages vrouwen zijn daarentegen Russisch (64,26% vrouwen), Nicaraguaans (61,11%) en Braziliaans (64,04%).

## **BRONNEN**

- INE (Instituto Nacional de Estadísticas).
- Rapport over de geregistreerde buitenlandse bevolking in de Gemeenschap Madrid, uitgevoerd door het Observatorio de Inmigración, Centro de estudios y Datos Immigration (januari 2021)
- Jesús Fernández-Huertas Moraga, maart 2021, "Inmigración y políticas migratorias en España" (Immigratie en migratiebeleid in Spanje).



## 6.2 De Context Van De Opleiding Door Residui

**Met wie hadden we contact? Welke groep hebben we gecreëerd? Met wie hadden we contact om verbindingen te leggen? En wat was hun antwoord?**

Laboratorio Internacional Residui Teatro ontwikkelt vaak projecten waarbij migranten en vluchtelingen betrokken zijn. Alle vaste leden van de organisatie zijn zelf migranten, zodat het tonen van empathie voor deze groepen vanzelfsprekend is.

Tijdens de uitvoeringsfase van het TONE-project kwamen wij in contact met verschillende organisaties waarmee wij in het verleden al hadden samengewerkt. Onder hen willen wij de volgende noemen: CAR Vallecas, SOS Racismo, Madera De Cayuco Group, Yo soy el otro, La Parceria, Asilim, Open Arms, Médicos sin fronteras en OXFAM.

Tegelijkertijd hebben we een databank opgezet van organisaties die op lokaal of nationaal niveau programma's hebben om vluchtelingen en nieuwkomers te ondersteunen, in de hoop toekomstige deelnemers aan het project te bereiken. Deze strategie is zeer nuttig gebleken, aangezien de meeste nieuwkomers vluchtelingen bij aankomst geen contactnetwerk hebben en velen van hen niet eens de taal spreken van het land waar zij aankomen, maar de meesten van hen nemen wel contact op met deze ngo's.

Daarom hebben wij contact opgenomen met alle organisaties, hen ons project voorgesteld en hen uitgenodigd deel te nemen aan de opleiding en het Match Making Program.

Dit heeft niet alleen gezorgd voor zichtbaarheid van het project, maar ook voor terugkoppeling naar de organisatie en heeft ons werk bekendheid gegeven en de basis gelegd voor toekomstige samenwerking.

Wij kozen een deskundige om ons te vergezellen tijdens de eerste livebijeenkomst die plaatsvond in A Coruña en dit bleek een goed idee. Bij die gelegenheid deelden de trainers hun voorgestelde aanpak en werkten we samen uitgebreid aan verschillende aspecten met betrekking tot de uitvoering, ontwikkeling en evaluatie van het project. We namen contact op met verschillende organisaties, op zoek naar iemand die vertrouwd was met kunstzinnige taal en met het werken met nieuwkomers en vluchtelingen. Na talrijke gesprekken besloten we uiteindelijk dat Eva Losada de beste keuze was. Zij werkt als lerares Spaans voor migranten/vluchtelingen (vrijwilliger bij Asilim en aangenomen bij twee verschillende CAR's in Madrid), en is tevens actrice. Vanaf het allereerste moment, toen zij besloot zich in te zetten voor het TONE-project, heeft Eva Losada alle fasen van het project gevolgd en hulpmiddelen voor culturele bemiddeling aangereikt, klaar voor uitvoering voor wanneer het moment daar was.

## 6.2 De Context Van De Opleiding Door Residui

Een andere zeer relevante actie die we ondernamen en die ook nuttig bleek, was het maken van een performancekunstwerk voor een door Abriendo Fronteras georganiseerd evenement. Na afloop van onze performance konden we het TONE-project presenteren, en onmiddellijk toonden tal van vertegenwoordigers van andere organisaties, alsook vluchtelingen en migranten die daar aanwezig waren, hun belangstelling voor het project.

Zo ontstond een groep van 30 zeer gemotiveerde deelnemers (er waren meer mensen geïnteresseerd, maar vanwege de toen geldende veiligheidsnormen konden we ze niet allemaal opnemen). Onder deze mensen bevonden zich kunstenaars uit verschillende disciplines (muzikanten, zangers, acteurs, schilders, fotografen, videomakers, schrijvers, ambachtslieden en dansers), die er grote behoefte aan hadden een lokaal samenwerkingsnetwerk op te zetten en informatie te krijgen over werkgelegenheid in het lokale culturele milieu.

Omdat het opbouwen van een ondersteunende gemeenschap voor de kunstenaars van het grootste belang was, lieten we slechts een klein percentage van de Spaanse kunstenaars deelnemen. Deze ondersteunende gemeenschap bevorderde onmiddellijk het ontstaan van nieuwe samenwerking, coproductie en het horizontaal delen van behoeften en middelen.

De heterogeniteit van de groep vormde een grote uitdaging voor de opleiders, die op basis van multidisciplinaire talen opleidingsvoorstellen moesten opstellen die voor iedereen nuttig en nuttig zouden zijn.

Anderzijds deden we een beroep op andere migrantenkunstenaars en lokale culturele instanties. Deze migrantenkunstenaars deelden met de groep deelnemers hun ervaringen en strategieën voor het ontwikkelen van creatieve projecten in Spanje. Ze deelden ook contacten en strategieën om financiële steun te vinden. Sommige migrantenkunstenaars, zoals Mar Amadoof Amaranta Osorio, had persoonlijke ontmoetingen met de deelnemers om hen door de culturele arbeidsmarkt van Madrid te leiden.

We hebben ook instellingen erbij betrokken, waaronder Teatro May, Teatro Tarambana en het netwerk van jongerencentra van de stad Madrid, die alle beschikbare middelen deelden voor de deelnemers aan het TONE-project, en advies gaven over het indienen van artistieke projectvoorstellen in Spanje (medium, dossier, termijnen, enz.).

# 6.3 Lirt-methode Door Residui

Residui Teatro koestert een theater dat wil deelnemen aan het proces van creatie, co-ëxistentie, bewustwording en samenwerking tussen mensen en dat persoonlijke en maatschappelijke ontwikkeling wil bevorderen.

Ons voorstel is een fysieke en vocale training om de performer te verkennen, een pad of reis om een "scenisch lichaam" te veroveren, het buitengewone lichaam, waar uniciteit en verschil huist. Residui Teatro werkt vanuit de kleinste details om een dialoog met angsten, weerstanden, gewoonten en automatismen te vergemakkelijken, en bevordert een transformatief proces dat goed is voor de persoon en ook voor de groep. Tegelijkertijd is het een belangrijk instrument voor de kunstenaar, omdat hier de zaden worden gevonden die het uitgangspunt vormen voor de processen van creatie.

De naam van de groep is geïnspireerd op het korte verhaal "Text in a Notebook" van Julio Cortazar en het idee uit Cortazars universum is dat de dingen zich onder onze ogen transformeren, en soms zonder dat we het merken. Wat overblijft na de transformatie is het residu, het tastbare bewijs dat de dingen veranderen. Het residu omvat hier de kleine dingen die nodig zijn om onze levenservaringen vanuit een ander perspectief te bekijken of in een andere richting te kijken.

Een groep jonge mensen met een gemeenschappelijke interesse in de podiumkunsten en die niet de mogelijkheid hadden om een formele theateropleiding te volgen, startten de theatergroep in 2000 in Rome. In 2007 verhuisde Residui Teatro naar Madrid, Spanje.

Onze groep bestaat uit migranten en mensen die voortdurend in dialoog zijn met verschillen. Momenteel bestaat de kern van de groep uit twee Italianen, een Fransman en een Griek. Daarnaast worden we vergezeld door medewerkers uit de hele wereld en hebben we talrijke coproducties met kunstenaars uit Amerika, Europa, Australië en Azië. Dit vormt de identiteit van de groep en is een belangrijk aspect van onze inspanningen.

## **Wat zit er achter ons werk als uitvoerders, pedagogen en opvoeders?**

Wij hebben de transformerende kracht van het theater rechtstreeks ervaren, en daarom voelen wij vandaag de noodzaak, het plezier en de plicht om de woorden en de praktijk te vinden die nodig zijn om over te kunnen brengen wat wij hebben ontvangen.

Residui Teatro gebruikt de methode van fysieke acties, waarbij het lichaam de belangrijkste poort tot creatie is. Tijdens het trainingsproces verkennen de studenten op basis van principes die acties in beweging op gang brengen. Emoties en psychologische complexiteit komen later, op een organische manier, als gevolgen van de uitgevoerde acties. Daarom beschermt de methode de uitvoerder en nodigt hem tegelijkertijd uit tot een proces dat vormen van actieve meditatie benadert, zoals "wandelen".

Toneelspelen, training, improvisatie en herhaling zijn de werkruimtes die de deelnemers in staat stellen de verbinding met hun eigen lichaam, met de groep, met de ruimte-tijd en later met het publiek te hervinden.

Theatrale spelen helpen om vertrouwen en empathie binnen de groep op te bouwen, vertrouwen te verwerven, wederzijds respect te bevorderen en het potentieel en de beperkingen van elk aanwezig lichaam te verkennen.

De training richt zich op het lichaam, beschouwt het als een werkinstrument, als een middel om de logica van het denken, de associatieschema's van ideeën en handelingen, en de kwaliteit van de relatie met zichzelf, met de groep, met de ruimte en met het publiek te transformeren. Het lichaam wordt een meeteenheid voor waarnemen, weten en onderzoeken om zich tot anderen te verhouden.

Improvisatie wordt gebruikt om het persoonlijke of collectieve creatieve proces tot leven te brengen. De materialen die tijdens de improvisatie organisch ontstaan, laat men bezinken, waarna ze worden gecomponeerd en technisch uitgewerkt, zodat ze kunnen worden herhaald en getransformeerd tot scenisch materiaal.

Bepaalde principes of actielijnen leiden Residui Teatro in haar werk:

**'We zijn allemaal scheppers als we onszelf trainen om dat te zijn'.**

De opleiding staat open voor iedereen (alle leeftijden, gezondheidstoestanden, achtergronden en geloofsovertuigingen). We voeren verschillende projecten uit, zowel voor ervaren mensen als voor mensen die kunst beoefenen als een manier om zichzelf beter te leren kennen of om hun vaardigheden en competenties in de kunst te versterken. Als pedagogen en opvoeders passen wij de praktijken en oefeningen, de ruimte, de taal en de voorstellen zorgvuldig aan volgens de eisen van de groep deelnemers. Het is belangrijk een onderscheid te maken tussen ludieke leerruimten die expressie mogelijk maken en de ruimten voor creatie waarin deelnemers voortdurend trainen om van podiumkunsten hun leven en carrière te maken.

**Kunst/Onderwijs/Spel**

Wij vinden het verband tussen onderwijs en cultuur belangrijk en daarom voeren wij projecten uit, zoals het TONE-project dat openstaat voor verschillende groepen. De ontwikkeling van ludieke artistieke activiteiten stelt ons in staat effectiever te zijn met alle soorten deelnemers.

**Een brug tussen dans en theater die we zingend oversteken**

Residui Teatro gebruikt en ontwikkelt verschillende artistieke talen uit de podiumkunsten zoals dans, muziek, zang, clown, circus, enz. Daarom slaagt het erin om mensen die geïnteresseerd zijn in complementaire disciplines samen te brengen. Wij leggen bijzondere nadruk op theaterantropologie en de toepassing van gemeenschappelijke beginselen in traditionele kunstdisciplines uit verschillende delen van de wereld.

**Het holistische lichaam**

Het lichaam van de artiest is wat zich op het podium bevindt en wat het publiek ziet. Het lichaam is het belangrijkste instrument van de performer. Het lichaam is niet alleen wat gezien wordt (botten, organen, vlees, enz.), het is ook wat waargenomen wordt, wat onzichtbaar is (energieën, stem, gedachten, emoties, verbeelding, ademhaling, enz.). Om deze reden voorziet ons werk in praktijken die alle dimensies van het lichaam activeren die zich later op het podium manifesteren.

**Opleiding volgens principes**

Onder de verschillende trainingspraktijken kiezen we die welke ons in staat stellen te onderzoeken vanuit principes die het holistische lichaam activeren, eerder dan vanuit te herhalen vormen. Wij zijn geïnteresseerd in het ontdekken, door herhaling en onderzoek van deze principes (verkennen van fysieke en interne onbalans, hanteren van objecten, afstemmen van hand- en oogbewegingen, werken met tegenstellingen, etc.), van de mogelijkheden die zich openen op expressief, symbolisch en creatief niveau. De principes worden eenvoudig gepresenteerd, waardoor ze voor iedereen toegankelijk zijn.

### **Veilige leeromgeving**

Om mensen in hun complexiteit aan te spreken, is het noodzakelijk dat de sessies niet slechts een opeenvolging van oefeningen zijn, maar een pad waarop we de deelnemers begeleiden naar creatie. Daarom is het belangrijk om speciale aandacht te besteden aan de randvoorwaarden (zie randvoorwaarden in deze gids) en ook aan de muziek, het licht, de prikkels, de beelden die worden aangeboden om de verbeelding en niet alleen het fysieke lichaam te prikkelen, de hele dramaturgie van de sessie. Wij creëren de sessies als een zintuiglijke reis waarin alle elementen een betekenis en een doel hebben. We proberen ook, via spelletjes en verschillende praktijken, groepscohesie te genereren, zodat iedereen het gevoel heeft dat het een veilige werkruimte is en kan profiteren van de vrijheid die dit biedt.

### **Verschillen overwinnen**

Elke persoon is anders en elke context is anders. Een belangrijk instrument is het vermogen om een dialoog tot stand te brengen met het heden en de omstandigheden, met de uniciteit van elke leerling of collega. Normaliteit bestaat niet, we zijn verschillende mensen en dit is de basis waarop we bouwen als we creëren: we maken van verschillen de basis voor de complementariteit.

\* Concept ontwikkeld door de directeur van Odin Teatret, Eugenio Barba.

### **Fouten en vergissingen**

We leren door onze fouten en juist door het maken van fouten ontstaan mogelijkheden. Daarom brengen wij onze leerlingen op het idee dat conflicten en fouten niet mogen worden ontkend. Van daaruit kunnen nieuwe mogelijkheden ontstaan.



# 6.4.1 De Structuur Van De Opleiding

De opleiding vond plaats tussen 30th oktober en 20th november 2021. Wij besloten de workshop sessies in het weekend te houden om de deelname van de belangrijkste doelgroep van de sessies te vergemakkelijken: de migranten en vluchtelingen die werk nodig hebben.

De sessies vonden plaats op zaterdag gedurende de hele ochtend en soms tot in de vroege namiddag.

We openden de bijeenkomsten zittend in een cirkel, zodat iedereen de tijd kreeg om zich te settelen, om ieders energie te laten samenkomen en zich te verenigen alvorens met de activiteit te beginnen. Tijdens het eerste uur reflecteerde de groep op de ervaring of deelde het effect van de training in hun dagelijks leven.

Vervolgens hebben we praktische groepsactiviteiten uitgevoerd. We gebruikten theatertaal, de expertise van het gezelschap, en aangezien het een zeer heterogene groep was, introduceerden we ook andere artistieke talen. In een van de bijeenkomsten hebben we het grafisch ontwerp en de creatie van een beeld voor een project behandeld. We deelden ook grafische, promotionele en communicatiemiddelen die speciaal gericht zijn op de arbeidsmarkt.

Aan het eind van de ochtenden werden ontmoetingen van 40 minuten gehouden met een migrantenkunstenaar die momenteel in Spanje woont, met de vertegenwoordiger van een plaatselijke culturele instelling aan wie hij of zij zijn of haar persoonlijke project kon voorleggen.

De sessies werden afgesloten met een laatste uitwisseling van ideeën.

Zittingen:

1. Het overwinnen van verschillen.
2. De brug.
3. Wie ben ik?
4. Over mezelf praten.
5. Mijn verhaal dansen.
6. Hoe presenteer ik mijn project en mijn beroep?
7. Het pad.

Kunstenaars en organisaties die hun verhalen en strategieën deelden: LIRT, Parvathy Baul (muzikant, zangeres, schilder, filosoof/India), Amaranta Osorio (directrice, schrijfster, cultureel agent en producent/ Mexico - Colombia), Tati Méndez en Digo Jean Bucher (communicatie en radio/ Chili), Teatro Sala May (Madrid), Teatro Tarambana (Madrid), Julio Hernández (muzikant en dichter/ Cuba), Marissa Amado (verhalenvertelster/Peru), vertegenwoordigers van de jongerencentra van de gemeenteraad van Madrid.

# 6.4.2 De structuur Van Een Vergadering

## **1- Vergadercirkel:**

Aan het begin van elke bijeenkomst beginnen we met ons in een cirkel op te stellen en te vragen welke lessen en/of transformaties de deelnemers hebben geleerd of opgemerkt tijdens de week of van de vorige sessie.

## **2- Nulpositie:**

Deze praktijk wordt gebruikt in vele disciplines die verband houden met het lichaam. Het is de poort naar het werk. Het is een ritueel om de sessie te openen en helpt de deelnemers zich los te maken van de dagelijkse energie.

## **3- Opwarmingsoefeningen, om ons lichaam/geest voor te bereiden:**

De opwarmingsoefeningen bereiden het lichaam en de geest voor op een open holistisch lichaam dat luistert naar zichzelf, de groep en de ruimte. Zo kan men zich psychofysisch en vocaal voorbereiden op de creatieve oefeningen.

## **4- Scheppingsgerichte oefeningen:**

Creatieve oefeningen omvatten altijd een deel om te verkennen, een deel om te improviseren en ook een deel om te structureren; dat wil zeggen, om een "scène" of een structuur te "fixeren" die we uitvoeringsmateriaal noemen. Eenmaal vastgelegd kan het worden herhaald en vervolgens aan de rest van de groep worden gepresenteerd. Het kan individueel of groepsmateriaal zijn.

## **5- Het presenteren van het persoonlijke project:**

De deelnemers worden uitgenodigd om hun eigen persoonlijke project te presenteren, dat zij zouden willen ontwikkelen in het land waarnaar zij zijn gemigreerd. Wij moedigen hen ook aan hun behoeften en beschikbare middelen te delen. Elke deelnemer kiest de manier en het medium voor zijn/haar presentatie. Aan het eind stelt de groep ideeën, praktijken en strategieën voor of biedt middelen aan om het project te verwezenlijken.

## **6- Rekken:**

Na lichamelijke arbeid is het noodzakelijk de spieren te rekken en te ontspannen. Dit zal ons werk in de volgende dagen verbeteren. Het verlicht ook eventuele ongemakken door de opbouw van melkzuur, helpt spanningen te verlichten en maakt onze spieren soepeler.

De rekentijd maakt ook de transformatie mogelijk van de energie van geest en lichaam na de buitengewone ervaring, en geeft ook persoonlijke ruimte om alles te laten bezinken.

## **7- Ontmoeting met een emigrerende kunstenaar die in Spanje werkt of met een cultureel manager:**

Een kunstenaar of cultureel manager deelt zijn/haar traject en strategieën voor het werken in de nationale en internationale kunstwereld.

## **8- Laatste ronde:**

In de laatste ronde krijgt elke deelnemer de tijd en de ruimte om zijn/haar sessie-ervaring of gedachten met de groep te delen

# 6.5.1 Activiteit: Nul Positie



## **Doelstellingen:**

- Holistische lichaamsproprioceptie.
- De energie richten en voorbereiden op het werk.

## **Artistieke vaardigheden:**

- Aanwezigheidsenergie
- Lichaamsbewustzijn

## **Levensvaardigheden:**

- Zelfbewustzijn
- Concentratie
- Stressbeheersing

## **Work Life Skills:**

- Veerkracht

# 6.5.1 Activiteit: Nul Positie

**Beschrijving:** Duur: max. 10 minuten

- Ruimte, materialen (gebruikt of geleverd aan de deelnemers) en andere middelen: doorzichtige ruimte en stilte
- Rangschikking van de groep: in een cirkel en op gelijke afstand
- Beschrijving van de activiteit, zodat gebruikers van de toolkit deze kunnen herhalen. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving met behulp van een video kan worden uitgevoerd.

De deelnemers stellen zich vrij op in de werkruimte. Ze spreiden hun benen en plaatsen hun voeten parallel (heupbreedte uit elkaar). Druk elke teen met gelijke energie naar de vloer. Stel je voor dat er olie tussen je lichaamsgewrichten loopt en controleer ook of er geen stijfheid is; Sluit je ogen en stel je een energiepunt voor in het midden van je lichaam (4 vingers onder de navel). Vanuit dit punt trekt een onzichtbare draad naar beneden, die door het stuitbeen gaat en verder naar de aarde, waardoor het centrum van je lichaam verbonden wordt met de kern van de aarde. Visualiseer ook een andere onzichtbare draad die omhoogtrekt, ook vanuit je centrum, door de kruin en die het centrum verbindt met de diepte van de hemel en vandaar met een ster. Voel de dialoog tussen deze twee krachten, een die naar boven en een die naar beneden trekt.

**Evaluatie/overwegingen en reflecties (indien nodig):**

instructies/suggesties/stimuli/uitleg van de trainer om de groep te begeleiden.

Gebruik korte zinnen en geef duidelijke beelden.

Observeer de uitlijning van ieders lichaam en raak zo nodig zachtjes het deel aan dat moet worden ontspannen of benoem het deel waar spanning te zien is, fluisterend in het oor van de deelnemer.

**Opmerkingen:**

leg zo nodig uit waar het idee voor de activiteit vandaan komt en waarom het relevant wordt geacht voor het bereiken van de projectdoelstellingen.

Deze praktijk wordt gebruikt in talrijke disciplines die verband houden met het lichaam. Het is de poort naar het werk. Het is een ritueel om de sessie te openen en de deelnemers te helpen zich los te maken van de dagelijkse energie.

**Aanpassingen en variaties (indien van toepassing):**

hoe kan deze activiteit volgens uw ervaring worden aangepast aan specifieke omstandigheden (kleine groep deelnemers, deelnemers met specifieke beperkingen, andere...)?

# 6.5.1 Activiteit: Nul Positie

## **Opmerking van de trainer:**

Wat wij de trainer kunnen aanraden om bij de ontwikkeling van deze activiteit bijzondere aandacht aan te besteden.

Deze oefening nodigt uit tot verstillig, wat niet gemakkelijk is voor de deelnemers. Herinner hen eraan te ademen en alle spanning te ontspannen.

\*Hiroshi Motoyama y Mario Lamberti, Chakras, Kundalini y Las Energias S. Ser H, Nueva Era, 2011.



# 6.5.2 Activiteit: Ademen/ de Boom



## Doelstellingen

- Controle van de ademhaling en ontspanning van alle spanning
- Het ontwikkelen van een nieuwe organiciteit met adem-actie-vocaliteit.

## Artistieke vaardigheden:

- Lichaamsbewustzijn
- Tijdsbesef en ritme
- Stembesef

## Levensvaardigheden:

- Probleemoplossing
- Relaties
- Zelfbewustzijn

## Werk Levensvaardigheden

- Aanvaarding van regels en rollen

# 6.5.2 Activiteit: Ademen/ de Boom

**Beschrijving:** Duur: tussen 5 en 15 minuten

- Ruimte, materialen (gebruikt of geleverd aan de deelnemers) en andere middelen: een doorzichtige ruimte, zonder spiegels en goed geventileerd.
- Opstelling van de groep (individueel, groep): opgesteld in een cirkel en op gelijke afstand van elkaar (open de armen om de nodige afstand tussen de deelnemers te berekenen).
- Beschrijving van de activiteit, zodat gebruikers van de toolkit deze kunnen nabootsen. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving met behulp van een video kan worden uitgevoerd.

Vanuit de Nul-positie (activiteitenblad n.1), adem in en uit door de neus. Elke inademing duurt 4 tellen en elke uitademing 8 tellen (dubbele tijd).

Begeleid de ademhaling met de actie van armen en benen: trek bij het inademen de handen dicht tegen het lichaam aan (stel je voor dat je brengt, ontvangt, verwelkomt); spreid bij het uitademen de handen en armen.

(stel je voor dat je biedt, geeft, etc.). Stel je handen voor als de bladeren van een boom, en adem erdoorheen. Je armen zijn de takken en de wortels van de boom die in de ruimte bewegen.

## **Fasen van de activiteit:**

Inademen om het lichaam/de boom zo groot mogelijk te maken. Adem uit om jezelf zo klein mogelijk te maken. Adem in om naar boven te groeien, adem uit om naar beneden te gaan naar de vloer.

Doe het omgekeerde.

Begin te bewegen met behulp van verschillende ruimtelijke vlakken en richtingen. Beweeg, met deze eenvoudige actie, rond het werkveld.

Als je kaak ontspant laat je geluid naar buiten komen.

## **Evaluatie/overwegingen en reflecties (indien nodig):**

Instructies/suggesties/stimuli/uitleg van de trainer om de groep te begeleiden.

Als stereotiepe en repetitieve bewegingen voorkomen, geef dan precieze aanwijzingen aan de deelnemers om deze dagelijkse gewoonte te doorbreken. Bijv: Ze mogen kopiëren van een partner als er te veel wordt nagedacht en het moeilijk is om gewoon te doen!

## **Opmerkingen:**

Leg zo nodig uit waar het idee voor de activiteit vandaan komt en waarom het relevant werd geacht om de projectdoelstellingen te bereiken.

Adembeheersing is een essentiële praktijk die ons in staat stelt het lichaam waar te nemen, onze energie te richten en onze geest te ontspannen. De ademhaling is een onwillekeurige handeling. Deze activiteit stelt ons echter in staat haar beter te beheersen en onze gewoonten te veranderen. Bewust ademen is gunstig voor onze concentratie, energiebeheer, zingen en adembeheer tijdens het bewegen, enz.

# 6.5.2 Activiteit: Ademen/ de Boom

## **Aanpassingen en variaties (indien van toepassing):**

hoe kan deze activiteit volgens uw ervaring worden aangepast aan specifieke omstandigheden (kleine groep deelnemers, specifieke beperkingen van de deelnemers, andere...)?

Deze activiteit kan worden uitgevoerd met gesloten ogen om het de deelnemers gemakkelijker te maken. Hoewel de ademhaling meestal deel uitmaakt van meditatie- en ontspanningsoefeningen, kan het nuttig zijn de deelnemers er voor het begin aan te herinneren dat dit werk ons verbindt met onze "eerste dans", de dans van de longen, die een boodschap naar ons hart stuurt en het hele lichaam inwendig masseert.

## **Opmerking van de trainer:**

Wat we de trainer kunnen aanraden om in het bijzonder op te letten tijdens de ontwikkeling van deze activiteit:

Herinner de deelnemers eraan hun kaken te ontspannen, omdat dit deel veel spanning vasthoudt.

\*Blandine Calais-Germain, La respiración, anatomía para el movimiento-tomo IV, España, La liebre de Marzo, 2006.

# 6.5.3 Activiteit: De Marionet



## Doelstellingen

- Ontspanning in gewrichten en andere lichaamsstijfheid.
- Het lichaam visualiseren in relatie tot de ruimte.
- Ontwikkel vaardigheden voor lichaamsexpressie.
- Vaardigheden ontwikkelen om een gevoel of een waarneming om te zetten in actie.
- Handelingen in bewegingherkennen als "tekens" die communicatie met anderen mogelijk maken.
- Een methode van groepscommunicatie opzetten via het "lichaam" die niet gebaseerd is op formuleren of verbale taal.

## Artistieke vaardigheden

- Dansvaardigheden: coördinatie, controle, evenwicht, bewustzijn van ruimte, energie
- segmentatie\* (werken met verschillende delen van het lichaam afzonderlijk), kinesthesie\*.
- Voorstellingsvaardigheden: empathie, zowel emotioneel als fysiek; verbetering van het vermogen om in het lichaam te zijn in het huidige moment; werken aan lichaamsenergieën; werken aan tegenstellingen in het lichaam, dramaturgie van actie\*, fysieke partituur\*.

## Levensvaardigheden:

- Zelfbewustzijn van geest, lichaam en emotie Creatief denken
- Lateraal denken
- Veerkracht en emotie- en stressmanagement Verbale en non-verbale communicatie Acceptatie van regels
- Zelfvertrouwen opbouwen

# 6.5.3 Activiteit: De Marionet

**Beschrijving:** Duur: 15 minuten.

- Ruimte, materiaal (gebruikt of geleverd aan de deelnemers) en andere middelen: lichte open ruimte, zonder spiegels en geluidsapparatuur.
- Opstelling van de groep (individueel, groep): vrij opgesteld in de hele werkruimte. Probeer geen lege plekken te laten.
- Beschrijving van de activiteit, zodat gebruikers van de toolkit deze kunnen nabootsen. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving met behulp van een video kan worden uitgevoerd.

**Evaluatie/overwegingen en reflecties (indien nodig):**

instructies/suggesties/stimuli/uitleg van de trainer om de groep te begeleiden.

Vraag de deelnemers om vanuit de nulpositie (blad n.1) hun ogen te sluiten en zich voor te stellen dat hun lichaam gemaakt is als een marionet.

Koorden zijn vastgebonden aan elk van onze gewrichten en ze bewegen ons lichaam.

Fragment voor fragment, bewegen we tot ons hele lichaam in beweging is.

**Fasen van de activiteit:**

We stellen ons voor dat een poppenspeler van bovenaf aan de onzichtbare touwtjes trekt of ze losmaakt. Begin met gesloten ogen en open ze uiteindelijk. Het hele lichaam is in actie.

Begeleid de groep bij het voorstellen van verschillende variaties: in de maat (langzaam, snel en daartussenin), in het ritme (staccatoactie, vloeiende continue actie, het volgen van het ritme dat de muziek voorstelt), de kwaliteit van de energie (terugslag, gematigd, een lichte papieren pop, een houten pop, enz.) Stop met externe aanwijzingen en laat de deelnemers experimenteren. Stel voor dat ze een dialoog beginnen met deze nieuwe manier van communicatie. Er is geen externe poppenspeler meer, maar vele onzichtbare touwtjes die allen verbinden. Dit is het begin van een groepsimprovisatie.

**Opmerkingen:**

leg zo nodig uit waar het idee voor de activiteit vandaan komt en waarom het relevant werd geacht om de projectdoelstellingen te bereiken.

Het werkproces begint met een begeleide trainingsactiviteit om hen soepel in creativiteit en improvisatie te leiden. De deelnemers worden zich bewust van de mogelijkheid om empathie en dialoog te ontwikkelen via deze non-verbale taal, waarbij de beperkingen die taal in ons dagelijks leven oplegt, worden overwonnen. Elke deelnemer creëert een "onbekende" dans als resultaat van het werken volgens een principe dat zich niet beperkt tot één mogelijke vorm en dat ook een kader genereert waarbinnen elke afzonderlijke creatie ruimte heeft.

**Aanpassingen en variaties (indien van toepassing):**

hoe kan deze activiteit volgens uw ervaring worden aangepast aan specifieke omstandigheden (kleine groep deelnemers, specifieke beperkingen van de deelnemers, andere...)?



# 6.5.3 Activiteit: De Marionet

el het op repeat. Vraag de deelnemers de improvisatie vanaf het begin opnieuw uit te voeren, telkens als het nummer begint, het "moment" of de acties die ze "leuk" vinden opnieuw uit te voeren. Nodig hen uit om te luisteren en zo min mogelijk te praten. Maak een structuur van acties in beweging. Kies collectief een naam voor elke actie. Zorg ervoor dat de namen een beeld bevatten (bijvoorbeeld vernoemen naar een schilderij of een gedicht). Deze laatste praktijk bevordert het onthouden van de actie.

## **Opmerking van de trainer:**

Wat wij de trainer kunnen aanraden om bij de ontwikkeling van deze activiteit bijzondere aandacht aan te besteden.

Kies muziek die tijdens de activiteit gebruikt kan worden. Gebruik korte zinnen en geef duidelijke beelden. Als deelnemers reageren op een manier die niet overeenkomt met wat de trainer verwacht, leer ervan en verken de mogelijkheden die de creativiteit van de deelnemer biedt. Het kan de basis zijn voor een nieuwe oefening!

\* Deze principes worden genoemd in de terminologie die E. Barba introduceert in *The secret art of the performer: a dictionary of theatre anthropology*, door E. Barba y N. Savarese.

\*\* "De onbekende dans" is de term die Viviana Bovino heeft gekozen om haar werkwijze te benoemen. Dansen is gevaarlijk omdat het menselijk lichaam niet ophoudt zich uit te drukken met acties in beweging die zich ontvouwen vanuit zeer diepe plaatsen. Dans is heilig omdat het op elk moment dankbaarheid voor het leven toont. In "De onbekende dans" verkent en bestudeert de danser-acteur de principes die de actie in beweging en de reactie van het lichaam genereren in scenische disciplines uit verschillende plaatsen en culturen van de wereld. Deze werkmethode viert het belang van de dramaturgie van de actie door een methode die nooit "lege vormen" suggereert of gebruikt, maar suggestieve acties. In die zin is "Unknown Dance" een brug tussen dans en theater.

## 6.5.4 Activiteit: Werken Met Een Elastische Stof



### Doelstellingen

- Creativiteit gebaseerd op de relatie met een object.
- Verbeelding en creativiteit ontwikkelen, zowel op individueel als op groepsniveau.
- Kijk naar binnen voor de vitale energie die ons in staat stelt om creatief te zijn.
- De kracht van creativiteit ontdekken, die wordt omgezet in actie als instrument om voorstellen en alternatieven te bepalen (in het leven en in artistieke processen).
- De band en empathie tussen de deelnemers versterken.

### Artistieke vaardigheden

- Improvisatie
- Bewustzijn van tijd en ritme Lichaamsbewustzijn

### Acteervaardigheden:

- Creatief denken
- Kritisch denken

# 6.5.4 Activiteit: Werken Met Een Elastische Stof

## Levensvaardigheden:

- Emoties beheersen
- Aanvaarding van regels en rollen

## Beschrijving Duur: 2 uur

- Ruimte, materiaal (gebruikt of geleverd aan de deelnemers) en andere middelen: een elastische tule voor elke deelnemer, geluidsapparatuur, muziek waarmee verschillende energetische toestanden kunnen worden verkend (we volgen de regel van toenemende complexiteit: van langzaam naar snel, enz.)
- Rangschikking van de groep (individueel, groep...): verdeeld over de ruimte
- Beschrijving van de activiteit, zodat gebruikers van de toolkit deze kunnen nabootsen. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving met behulp van een video kan worden uitgevoerd.

Nadat de deelnemers een psychofysische warming-up hebben gedaan, nemen zij hun plaats in de werkruimte in en sluiten hun ogen.

De trainer bedekt het lichaam van elk van de deelnemers met de tulestof (op de achtergrond klinkt zachte muziek). De deelnemers nemen de suggestie waar en reageren erop. De trainer geeft geen instructies; hij laat ruimte voor experimentele verkenning.

Na maximaal 5 minuten worden de deelnemers uitgenodigd hun ogen te openen en nog 5 minuten verder te experimenteren.

Vanaf dit punt volgen de volgende werkfasen:

**ECHT OBJECT:** nodig de deelnemers uit om het object zelf te onderzoeken. Wat is het? Hoe groot is het? Welke textuur heeft het? Hoe ruikt het? Hoe kan ik het vasthouden? Met mijn handen?

Met behulp van andere delen van mijn lichaam? Is het mogelijk om het voorwerp tegen mijn lichaam te meten? Hoeveel weegt het? Wat gebeurt er als ik het gooi? Enz.

**IMAGINAIR OBJECT:** nodig de deelnemers uit om de beelden die het object oproept te onderzoeken. Waarvoor kan ik het gebruiken? Waarvoor kan ik het niet gebruiken? Kan ik het als pak gebruiken? Als stropdas? enz.

**FANTASTISCH OBJECT:** Het object is getransformeerd en ik ben ook getransformeerd. Waar verander ik in? Rivierwater? Is het een zee? Welke herinneringen komen in me op? Als er ooit woorden of liedjes verschijnen, zijn die welkom.

De trainer verwijdert de stof van enkele deelnemers en vormt paren die voortaan dezelfde stof zullen gebruiken.

Er ontwikkelt zich een spel in paren, gebaseerd op actie en reactie via het object. Het werk wordt onmiddellijk poëtisch en suggestief. De lichamen van de deelnemers zijn klaar en open om de energie van het element waarmee ze werken en ook de energie van hun werkpartner waar te nemen. Verwijder opnieuw een stof en maak groepjes van 4.

# 6.5.4 Activiteit: Werken Met Een Elastische Stof

Vraag de groepen om in "actie en zonder te spreken" de acties in beweging te kiezen die zij het leukst vinden en een partituur van acties te maken. Gebruik dezelfde muzikaal thema (verschillende keren herhalen) om de deelnemers een maatstaf te geven voor de duur van hun oefenvoorstel.

Elke groep presenteert zijn oefenvoorstel aan de andere deelnemers.

**Evaluatie/overwegingen en reflecties (indien nodig):**  
instructies/suggesties/stimuli/uitleg van de trainer om de groep te begeleiden.

De deelnemers interageren met het object en beseffen pas aan het eind dat ze hebben gedanst. Het verloop van de activiteit stimuleert de ontwikkeling van divergent logisch denken en verbeelding. De ontdekking dat we vanuit de relatie met een eenvoudig object kunnen creëren is sterk inspirerend: via het object, en zonder de noodzaak verbale taal te gebruiken, is het mogelijk een choreografie of zelfs een scène te creëren. Tegelijkertijd is creatie zeer inspirerend op plastisch niveau en kan het verschillende kunstdisciplines aanspreken.

## **Opmerkingen:**

leg zo nodig uit waar het idee voor de activiteit vandaan komt en waarom het relevant werd geacht om de projectdoelstellingen te bereiken.

## **Aanpassingen en variaties (indien van toepassing):**

hoe kan deze activiteit volgens uw ervaring worden aangepast aan specifieke omstandigheden (kleine groep deelnemers, specifieke beperkingen van de deelnemers, andere...)?

In elke fase van het werk kunnen bewegingspartituren worden gemaakt. Afhankelijk van de logica van het denken van elke deelnemer kan een partituur met betrekking tot het Reële Object meer of minder toegankelijk zijn dan een "abstractere" partituur met het Fantastische Object (dit laatste is een taal die meer lijkt op poëzie).

## **Opmerking van de trainer:**

Wat wij de trainer kunnen aanraden om bij de ontwikkeling van deze activiteit bijzondere aandacht aan te besteden:

Muziek is een belangrijk element, soms essentieel, bij het creëren van de werkomgeving. Begin met muziek zonder tekst, zodat het ritme de verkenning leidt. Kies muziek die op een of andere manier het land van herkomst van de deelnemers vertegenwoordigt. Zet in de eindfase de muziek uit om ruimte te geven aan liedjes of teksten die kunnen opduiken. Het is raadzaam om individuele scores pas te delen als er groepscohesie en empathie is ontstaan. Als deze activiteit in de eerste paar sessies plaatsvindt, kan dat moeilijk en ongemakkelijk zijn voor mensen die geen podiumkunstachtergrond hebben.

\*Francesco Galli/ Iben Nagel Rasmussen, Book of the Winds, Denemarken, Odin Teatrets

# 6.5.5 Activiteit: De Rode Draad



## Doelstellingen

- Creativiteit gebaseerd op de relatie met een object
- In paren maken
- De band en empathie tussen de deelnemers versterken
- Verbeelding en creativiteit ontwikkelen
- Zoek naar de vitale energie in ieder van ons en in de groep die ons in staat stelt creatief te zijn.

## Artistieke vaardigheden Lichaamsbewustz

- ijn Ruimtelijk
- bewustzijn
- Energie

## Levensvaardigheden

- Besluitvorming
- Goede communicatie
- Inlevingsvermogen

## Werk Levensvaardigheden

- Samenwerking



# 6.5.5 Activiteit: De Rode Draad

**Beschrijving** Duur: 2 uur.

- Ruimte, materialen (gebruikt of geleverd aan de deelnemers) en andere middelen: 20 cm. lange rode draden, één voor elk paar.
- Opstelling van de groep (individueel, groep...): werken in tweetallen. Elk duo stelt zich vrij op in de werkruimte.
- Beschrijving van de activiteit, zodat gebruikers van de toolkit deze kunnen nabootsen. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving met behulp van een video kan worden uitgevoerd.

**Evaluatie/overwegingen** en **reflecties** (indien nodig):

instructies/suggesties/stimuli/uitleg van de trainer om de groep te begeleiden.

Begin in Zero positie (blad n.1) en ogen gesloten. Visualiseer de lijnen in je lichaam: "Mijn lichaam is bewoond. Het wordt bewoond door lanen, rivieren, doodlopende straten en hoeken die geheimen herbergen". Vraag de deelnemers om zich de kleuren van deze denkbeeldige lijnen voor te stellen en daarna één voor één de lijnen en kalligrafieën op het lichaam te tekenen.

Vraag hen een band met hun partner op te bouwen door in elkaars ogen te kijken en zich voor te stellen hoe ze in een spiegel worden weerspiegeld.

Een van de deelnemers volgt de handelingen van zijn/haar partner alsof "zij een spiegel zijn".

Om de beurt wisselen we van rol. Elk paar werkt eerst dicht bij elkaar, tegenover elkaar, en houdt dan de dynamiek op afstand. Wanneer de dynamiek en de medeplichtigheid tussen het paar is vastgesteld, wordt niet meer waargenomen wie leidt of volgt. Vervolgens introduceert de trainer een voorwerp: een rode draad, een verlenging van de interne draden van ieders lichaam, die het verbindende element tussen de twee deelnemers vormt.

De deelnemers mogen de draad niet loslaten. Door deze band vast te houden, zonder elkaar rechtstreeks aan te raken, zal elk duo improviseren. Op een bepaald moment draagt de trainer de deelnemers op om in hun duo's acties te herhalen die zij leuk vinden of die voor hen beiden een "gebeurtenis" vertegenwoordigen. Elk duo maakt een lijst van acties en de duo's benoemen elke gekozen actie.

Zij kiezen namen en stellen zich voor dat de acties, die de partituur vormen, "als schilderijen of gedichten" zijn. Na ze te hebben opgeschreven, keren de duo's terug naar de partituur.

De trainer zal hen vragen hun ogen weer te sluiten en uit het hoofd terug te gaan naar de partituur en dan een verband te leggen met een liedje of woorden die hen als kind werden gezongen of verteld.

Elk paar keert terug naar de actiescore en kan het lied of de tekst introduceren. Zo ontstaat een nieuwe partituur van acties, woorden en liedjes.

De creatie wordt gedeeld met de groep.

# 6.5.5 Activiteit: De Rode Draad

## Observaties:

leg zo nodig uit waar het idee voor de activiteit vandaan komt en waarom het relevant werd geacht voor het bereiken van de projectdoelstellingen.

De deelnemers worden aangemoedigd altijd een notitieboekje mee te nemen om aantekeningen te maken over het werkproces en de gebeurtenissen bij te houden.

We zullen het notitieboekje gebruiken om aantekeningen te maken van de gecreëerde scores. Het is belangrijk dat de naam die de deelnemers aan de acties geven "suggestief" is en tegelijkertijd elementen biedt om vanuit het geheugen van hun holistisch lichaam\* terug te kunnen gaan naar de actie die ze samen creëerden.

We applaudisseren niet wanneer elk paar klaar is met het delen van hun creatie. We moedigen de deelnemers aan om te erkennen dat we een werk-in-uitvoering delen en geen afgewerkt stuk.

Dit werk is multidimensionaal en kan worden gebruikt om een choreografische creatie, een theaterscène, een meerstemmig lied, een dialoog te ontwikkelen, of het kan zelfs leiden tot het schrijven van gedichten of teksten.

## Aanpassingen en variaties (indien van toepassing):

hoe kan deze activiteit volgens uw ervaring worden aangepast aan specifieke omstandigheden (kleine groep deelnemers, specifieke beperkingen van de deelnemers, andere...)?

Deze activiteit kan in drie opeenvolgende sessies worden uitgevoerd.

Zodra de scores zijn vastgesteld, kan de rode draad worden verwijderd en de deelnemers worden uitgenodigd zich het verband ertussen voor te stellen.

## Opmerking van de trainer:

Wat wij de trainer kunnen aanraden om bij de ontwikkeling van deze activiteit bijzondere aandacht aan te besteden.

Deze activiteit zorgt voor een sterke band en empathie binnen de groep.

Het is belangrijk de onderzoeksfase te begeleiden met verschillende muzikale voorstellen die de improvisatie kunnen ondersteunen zonder in één ritme te vervallen. Als we merken dat de deelnemers zich "alleen maar richten op het volgen van het ritme", in plaats van zich te concentreren op de samenhang daartussen, is het beter de muziek te verwijderen.

\*Holistisch lichaam is het lichaam gezien in zijn meerdere dimensies: fysiek, emotioneel, intellectueel en spiritueel lichaam.

Volgens dit perspectief is het lichaam niet de som van zijn onderdelen, maar eerder een systeem van relaties. De daaruit voortvloeiende acties van het aanbieden van beelden aan de deelnemers om hun waarnemingen te activeren, zullen dit systeem een impuls of trigger geven, en zo activeren. Dit is de basis van het werk dat we zullen moeten doen om tot een werkelijk transformatief proces te komen.

\*IVÁN GONZÁLEZ CRUZ, NATYASASTRA, BHARATA MUNI: TRATADO FUNDAMENTAL DE POÉTICA, COMPOSICIÓN Y ARTES ESCÉNICAS, España, Letra Capital, 2013.

## 6.5.6 Activiteit: Wandelen Door Verhalen



### **Doelstellingen:**

- Empathie en luisteren in de groep opwekken. Een ruimte voor uitwisseling creëren die "veilig" is.
- De persoonlijke wereld en ervaringen van elke deelnemer op een respectvolle manier benaderen, zonder punten en onderwerpen aan te snijden die "gevoelig" zouden kunnen liggen.

### **Artistieke vaardigheid**

- Mondelinge communicatie
- Improvisatie

### **Levensvaardigheden:**

- Interpersoonlijke relaties
- Goede communicatie
- Ruimtelijk bewustzijn

# 6.5.6 Activiteit: Wandelen Door Verhalen

## Werk Levensvaardigheden

- Aanvaarding van regels en rollen
- Tijdsbeheer

**Beschrijving:** Duur: 2uur (kan variëren afhankelijk van het aantal deelnemers)

- Ruimte, materialen (gebruikt of geleverd aan de deelnemers) en andere middelen: diafragma, claves (twee hardhouten stokjes die tegen elkaar worden geslagen) en brede effen stof.
- Rangschikking van de groep (individueel, groepen): deelnemers staan vrij in de ruimte opgesteld.
- Beschrijving van de activiteit, zodat gebruikers van de toolkit deze kunnen nabootsen. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving kan samenwerken/via een video kan worden ingevuld.
- Nodig de deelnemers uit om in de werkruimte rond te lopen.
- Gebruik de claves om een gemeenschappelijk tempo te bereiken. Door het ritme te veranderen, kunnen de deelnemers het tempo van de stap verhogen of verlagen.
- Geef een deelnemer een sjaal (rode stof); nodig de andere deelnemers uit het ritme te volgen van degene die de sjaal vasthoudt. De deelnemers geven de sjaal aan elkaar door telkens als ze het getik van de claves horen. Herhaal de activiteit totdat de groep luistert en minder reageert op de aanwijzingen van de instructeur.
- Verwijder vervolgens de sjaal en nodig de deelnemers uit om een gemeenschappelijk ritme te vinden, zonder leider. Moedig hen aan van ritme te veranderen en stop dan volledig. Stop het spel en introduceer een nieuwe regel: bij het geluid van de claves, ga voor een partner staan en spring samen; bij het geluid van de claves, ga voor een partner staan en hurk samen; bij het geluid van de claves, ga voor een partner staan en kijk elkaar in de ogen; bij het geluid van de claves, ga voor een partner staan en zeg respectievelijk, als ik een kleur was, wat zou dan de kleur zijn; op het geluid van de claves, sta voor een partner en zeg respectievelijk, als ik een dier was, wat zou het dier zijn; op het geluid van de claves, sta voor een partner en zeg respectievelijk, als ik een boom was, wat zou de boom zijn; op het geluid van de claves, sta voor een partner en zeg respectievelijk, als ik een stad was, welke stad zou het zijn.
- De trainer nodigt de deelnemers uit om door te lopen tot ze een plek in de ruimte vinden waar ze zich op hun gemak voelen en hun ogen te sluiten. Vraag de deelnemers terug te gaan naar de herinnering aan de ontvangen verhalen en zich een nieuwe stad voor te stellen: "de stad van mijn toekomst". De trainer tikt op de schouders van elke deelnemer. Dit is het signaal om de ogen te openen en een nieuw verhaal te vertellen. De verteller kan de hele ruimte en zijn/haar lichaam gebruiken, maar de luisteraars blijven met hun ogen dicht.

## Evaluatie/overwegingen en reflecties (indien nodig):

instructies/suggesties/stimuli/uitleg van de trainer om de groep te begeleiden.

# 6.5.6 Activiteit: Wandelen Door Verhalen

Deze activiteit is een reis die zorgt voor de ontwikkeling van empathie in de groep, alsook voor de creatie van verhalen met een zeer krachtige symbolische dimensie.

De deelnemers hebben thuis hun verhalen uitgeschreven en de "Stad van de toekomst" getekend. Het thema van deze activiteit bevat veel informatie, die ons vertelt over de omstandigheden en behoeften van elke deelnemer. Het is ook een poëtische "bekentenis" van elke deelnemer aan de groep, een verklaring van hun wensen voor de toekomst.

## **Opmerkingen:**

leg zo nodig uit waar het idee voor de activiteit vandaan komt en waarom het relevant werd geacht om de projectdoelstellingen te bereiken.

Het is belangrijk de regels van de activiteit te presenteren. De deelnemers lopen en onderbreken hun wandeling niet gedurende de hele tijd. Wanneer ze het geluid van de claves horen, gaan ze voor een partner staan en reageren ze op de aanwijzing die wordt voorgesteld. Het is belangrijk om improvisatie en reactie op het voorstel aan te moedigen zonder te stoppen om na te denken over wat te doen: we streven ernaar de actie-reactietijd te verkorten. Dit uitgangspunt bouwt vertrouwen op in de groep en de flow voor de laatste fase van het werk (het vertellen van een verhaal dat de biografie van elke deelnemer en de dromen en behoeften van de groep samenvat).

## **Aanpassingen en variaties (indien van toepassing):**

hoe kan deze activiteit volgens uw ervaring worden aangepast aan specifieke omstandigheden (kleine groep deelnemers, specifieke beperkingen van de deelnemers, andere...)?

We kunnen de deelnemers uitnodigen om een creatie te maken (een collage, een foto, een gedicht, een lied, enz.) op basis van de tekst die tijdens de sessie werd geïmproviseerd. Iedereen kan deze "waarheid" die in de improvisatie naar voren kwam en de "creatie" die plaatsvond, gebruiken als een stimulans om zijn eigen artistieke taal te ontwikkelen.

## **Opmerking van de trainer:**

Wat wij de trainer kunnen aanraden om bij de ontwikkeling van deze activiteit bijzondere aandacht aan te besteden.

Dit traject zal in de tweede werkvergadering worden uitgewerkt. Het zal positief de werkomgeving en het vertrouwen tussen deelnemers en opleiders beïnvloeden.



# 6.5.7 Activiteit: Over Mij: Het Verteltapijt



## Doelstellingen:

- Bevordering van interdisciplinair onderzoek.
- Een dramaturgisch of poëtisch schrijfproces ontwikkelen tot acties.
- Groepscohesie en vertrouwen opbouwen.
- Geef vorm aan een creatief proces met behulp van verschillende artistieke talen.
- Het vormgeven van een creatief proces met behulp van verschillende artistieke talen.

## Artistieke vaardigheid

- Stembewustzijn
- Mondelinge
- communicatie
- Ritme en tijd

## Levensvaardigheden

- Empathie
- Interpersoonlijkerelaties
- Goede communicatie

# 6.5.7 Activiteit: Over Mij: Het Verteltapijt

## Werk en levensvaardigheden

- Aanvaarding van regels en
- rollen Besluitvorming

## Beschrijving: Duur: 1 uur (kan variëren naargelang het aantal deelnemers)

- Ruimte, materialen (gebruikt of geleverd aan de deelnemers) en andere middelen: vraag de deelnemers om naar de sessie een doek van 1m x 1m mee te brengen, en 4 voorwerpen te kiezen die heel belangrijk voor hen zijn. Het zijn voorwerpen die hen in contact brengen met hun eigen wortels en verlangens. Als de deelnemer om een of andere reden niet beschikt over het object dat hij/zij zou willen meebrengen, kan hij/zij een ander object gebruiken dat dit object symboliseert.
- Opstelling van de groep (individueel, groep): De deelnemers stellen zich op in een cirkel op een meter afstand van elkaar. Zodra de "tapijten" zijn uitgelegd, vertelt de helft van de groep zijn verhaal en de andere helft gaat met de klok mee van de ene persoon naar de andere, en luistert naar hun verhalen.
- Beschrijving van de activiteit, zodat gebruikers van de toolkit deze kunnen nabootsen. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving met behulp van een video kan worden uitgevoerd.
- De deelnemers staan in een kring. Op de vloer, op hun eigen stof, plaatst elke deelnemer de vier voorwerpen die hij/zij heeft meegebracht. De voorwerpen spreken over ieders wortels, herinnering, cultuur en verlangens.

De groep is verdeeld in vertellers en luisteraars. De vertellers zitten op de grond voor de "mat" met de voorwerpen. De luisteraars zitten voor een van de vertellers en om de drie minuten gaan de luisteraars met de klok mee naar de volgende positie. Voordat ze beginnen te vertellen, zet elke verteller een voicerecorder aan, die gedurende de hele activiteit aan blijft staan.

Voordat de activiteit begint, speelt de trainer ontspannende muziek om een discrete achtergrond te bieden voor de intieme verhalen.

Zodra de activiteit is begonnen, kan elke verteller beslissen of hij het verhaal van de voorwerpen rechtstreeks vertelt of dat hij de luisteraar het voorwerp of de voorwerpen voor het verhaal laat kiezen. Om de drie minuten wordt een stopsignaal gegeven en vertelt elke verteller zijn/haar verhaal aan een nieuwe luisteraar. Als de ronde voorbij is, worden de groepen omgedraaid.

## Evaluatie/overwegingen en reflecties (indien nodig):

instructies/suggesties/stimuli/uitleg van de trainer om de groep te begeleiden.

Deze oefening is speciaal gemaakt voor de TONE-groep in Madrid en is een experiment dat dankzij en met de groep tot stand is gekomen. Het is het resultaat van de verscheidenheid aan specialiteiten binnen de groep. Het is deze pedagogische benadering die ons in staat stelt een multidisciplinaire praktijkervaring aan te bieden. We zijn tot dit oefenvoorstel gekomen dankzij de workshop "HIJAS" die we samen met Jill Greenhalgh\* hebben gevolgd.

# 6.5.7 Activiteit: Over Mij: Het Verteltapijt

## Opmerkingen:

leg zo nodig uit waar het idee voor de activiteit vandaan komt en waarom het relevant werd geacht om de projectdoelstellingen te bereiken.

Het is zeer belangrijk de groep in de werkruimte te organiseren en de regels te verduidelijken alvorens te beginnen.

Het afspelen van muziek op de achtergrond ontremt de verteller, die het gevoel krijgt dat hij intiem kan spreken met een enkele luisteraar.

Het is belangrijk dat de recorders altijd in werking zijn en dicht bij de verteller staan.

Voor de tweede fase van het werk moeten de fotografen en beeldende kunstenaars hun gereedschap vóór het begin van de activiteit op een vooraf bepaalde plaats hebben staan (zie het activiteitenblad Het heilige tapijt).

In de volgende sessie is het belangrijk ruimte en tijd te laten om over deze activiteit na te denken. De deelnemers zullen merken dat hun "verhaal" veranderde terwijl ze hetzelfde verhaal herhaalden en reageerden op de nieuwsgierigheid en belangstelling van een andere luisteraar. In het begin zullen de verhalen zeer formeel zijn begonnen om vervolgens diepgaander te worden. In de latere herhalingsrondes zullen de vertellers beseffen dat het "object" een voorwendsel is om over hun eigen verhaal te praten en dat er telkens nieuwe beelden en symbolen opduiken.

## Variaties (indien van toepassing):

hoe kan deze activiteit volgens uw ervaring worden aangepast aan specifieke omstandigheden (kleine groep deelnemers, specifieke beperkingen van de deelnemers, andere...).

Het is mogelijk een ander aantal objecten te gebruiken. \*\*

Het is mogelijk meer tijd te besteden aan de praktische opstelling van de voorwerpen boven op de stof.

Als de deelnemers niet dezelfde taal spreken, kunnen ze "Grammelot" (een verzonnen taal) gebruiken, het verhaal met hun handen dansen of zingen. De gesprekspartner is eigenlijk een handlanger die de verteller ertoe brengt zichzelf te ontdekken. "De luisteraar is mijn spiegel", zo deelde een deelnemer uit Ivoorkust op de bijeenkomst in Amsterdam in november 2021 dit concept met ons.

## Opmerking van de trainer:

Wat wij de trainer kunnen aanraden om bij de ontwikkeling van deze activiteit bijzondere aandacht aan te besteden.

Aan het einde van de activiteit worden de recorders uitgezet. Thuis luistert elke deelnemer nogmaals naar de verhalen en schrijft een definitieve versie van het verhaal in een formaat naar keuze.

# 6.5.7 Activiteit: Over Mij: Het Verteltapijt

\* Jill Greenhalgh is de schepper van het Magdalena Project, een internationale beweging van vrouwen in het hedendaagse theater. Zij begon deze beweging in 1968 en deze is wereldwijd gegroeid, met activiteiten in vijftientig landen. Volgens JillGreenhalgh "is het feminisme waarschijnlijk de belangrijkste sociale beweging van de 20e eeuw. Een van de vele positieve effecten van deze beweging is dat zij vrouwen de instrumenten heeft gegeven om te kunnen denken en zichzelf als vrouw te herkennen. Het Magdalena Project wil gelijkheid en evenwicht brengen tussen vrouwen- en mannenstemmen in de podiumkunsten".

\*\*\*"Deze ervaring om een voorwerp van mijn leven en van mijn cultuur te delen, gaf me een gevoel van empathie met mijn leeftijdsgenoten."

## 6.5.8 Activiteit: DANCE-me



### Doelstellingen:

- Het leren gebruiken van onze eigen levenservaringen en verlangens, (wortels en hemel\*) als basis voor artistieke creatie.
- Gebeurtenissen ervaren als "materiaal" om mee te werken in een partituur, en op die manier die ervaringen doorlopen zonder zich alleen op het emotionele aspect te concentreren. De "actie" uit de ervaring halen en van daaruit een tweeledig proces op gang brengen: enerzijds de artistieke compositie op basis van de biografie, en anderzijds (meer zichtbaar) het op gang brengen van een persoonlijk en groepstransformatieproces, alsmede veerkracht en genezing door middel van de kunst.

### Artistieke vaardigheden

- Energie
- Lichaamsbewustzijn
- Improvisatie

### Levensvaardigheden

- Besluitvorming
- Creatief denken

### Werk Levensvaardigheden

- Aanvaarding van regels en rollen
- Weerstand
- Vaardigheden om opbouwende kritiek te aanvaarden



# 6.5.8 Activiteit: DANCE-me

**Beschrijving:** Duur: 1 uur

- Ruimte, materialen (gebruikt of geleverd aan de deelnemers) en andere middelen: open en lichte ruimte, geluidsinstallatie.
- Opstelling van de groep (individueel, groep):

de deelnemers plaatsen zichzelf vrij in de werkruimte.

- Beschrijving van de activiteit, zodat gebruikers van de toolkit deze kunnen nabootsen. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving met behulp van een video kan worden uitgevoerd.

Vraag de deelnemers om 5 acties te kiezen die voorkomen in de teksten van de verhalen die tijdens de oefening Over mij zijn verteld (zie het activiteitenblad) en die door elke deelnemer zijn opgeschreven (activiteit die buiten de tijd van de groepssessie moet worden uitgevoerd). Leid de groep, door de deelnemers fysiek uit te nodigen om deze acties te vinden.

Vraag hen de acties één voor één te vinden. Vraag hen vervolgens de acties met elkaar te verbinden en te werken aan de overgang van de ene actie naar de volgende. Begeleid de deelnemers bij het zoeken naar variaties: gebruik zoveel mogelijk ruimte, voer de actie uit in een zo klein mogelijke ruimte, houd de energie zo hoog mogelijk en verklein de ruimtelijke dimensie van de actie (principe van reductie), voer de actie uit met slechts één lichaamsdeel. Gebruik verschillende muzikale thema's zodat de composities zich niet op een ritme vastzetten of de kleur van een melodie aannemen.

Nodig de deelnemers uit de compositie te herhalen en de levendige elementen die zij ervaren door de externe aanwijzingen te volgen en vast te leggen.

Vraag de deelnemers de compositie voor de groep te presenteren.

De trainer werkt individueel met enkele deelnemers om voorbeelden te geven van hoe individueel materiaal te regisseren en om principes van dramaturgie van actie te tonen.

## **Evaluatie/overwegingen en reflecties (indien nodig):**

instructies/suggesties/stimuli/uitleg van de trainer om de groep te begeleiden.

De deelnemers begeleiden in hun streven naar echte acties. Veel persoonlijke verhalen roepen gevoelige gebieden op en de neiging bestaat om immobiel te worden. Immobiliteit is de reactie die overeenkomt met het territorium van "het alledaagse". In de sessie willen we uitnodigen tot actie om een nieuwe psychofysische reactie te bevorderen. Dit proces wordt vruchtbaar op een creatief niveau omdat het verhaal is als een "krachtig vuur" dat krachtige acties triggert en tevens begeleiden wij het holistische lichaam om met een ander bewustzijn en een andere aanwezigheid naar de ervaring terug te keren. Daarom wordt het werk helend, zonder de pretentie therapeutisch te zijn.

## **Opmerkingen:**

leg zo nodig uit waar het idee voor de activiteit vandaan komt en waarom het relevant werd geacht om de projectdoelstellingen te bereiken

De oefening kan alleen worden uitgevoerd nadat het lichaam op psychofysisch niveau is "opgewarmd".

# 6.5.8 Activiteit: DANCE-me

De deelnemers imiteren aanvankelijk de acties. Er moet tijd worden genomen om uit te leggen dat acties echt zijn: rennen is rennen, het betekent niet "doen alsof". Vervolgens kan gewerkt worden met principes als "reductie", "analogie", de onevenwichtigheid, dimensie, ritme, enz. om de realistische actie om te zetten in een symbolische of poëtische actie.

## **Aanpassingen en variaties (indien van toepassing):**

hoe kan deze activiteit volgens uw ervaring worden aangepast aan specifieke omstandigheden (kleine groep deelnemers, specifieke beperkingen van de deelnemers, andere...)?

Verschillende activiteitsvarianten: Vraag de deelnemers om in tweetallen te werken, waarbij ze persoonlijke composities gebruiken als "woorden" waarmee ze met elkaar kunnen communiceren.

Nodig een deelnemer uit om zijn of haar compositie te delen. Vraag vervolgens een andere deelnemer om de eerste deelnemer te begeleiden met een lied. Vraag vervolgens een derde deelnemer om de gezamenlijke creatie te begeleiden met de tekst van zijn of haar verhaal.

Elke deelnemer gebruikt zijn of haar persoonlijke materiaal, in de wetenschap dat hij of zij het niet in zijn geheel zal gebruiken, maar dat het een nieuwe collectieve compositie zal zijn die het resultaat is van samenwerking.

## **Opmerking van de trainer:**

Wat wij de trainer kunnen aanraden om bij de ontwikkeling van deze activiteit bijzondere aandacht aan te besteden.

Als er emoties opkomen of er wordt gehuild, nodig dan de deelnemers uit om de emotie te laten stromen en om te zetten in actie. Het kanaliseren van emoties in actie in beweging is krachtig voor de schepper en voor het proces van persoonlijke transformatie. Wanneer een groep dit proces ervaart, creëert de groep een nieuwe collectieve kracht, een geheim hulpmiddel dat door de groep zelf wordt erkend.

\* In de terminologie van het LABORATORIO INTERNACIONAL RESIDUI TEATRO gebruiken wij het beeld van de wortels om eerdere ervaringen, de cultuur van oorsprong, het verleden aan te duiden en ook HEAVEN om onze verlangens, de toekomst, de behoeften die wij in actie willen omzetten, te visualiseren. Deze twee krachten zijn op dezelfde manier en met dezelfde kracht aanwezig in ieders proces. Tijdens de hele TONE-workshop hebben we ons op deze polariteit gericht. Aan het begin lieten we de deelnemers de twee gebieden herkennen. In een tweede fase begeleidden we elke deelnemer naar zelfdefinitie en herkenning van waar hij/zij zich op dit moment bevindt. In de laatste fase bevorderden wij de erkenning van de oorsprong (cultuur, land, godsdienst, familie, enz.) als vloeibare en mobiele wortels die niet afgesloten en verankerd zijn aan één plaats, maar meer als een meer zijn dat blijft veranderen en met ons meebeweegt. Dit beeld is zeer nuttig geweest in het TONE-proces om de "nostalgie" te helen van degenen die hun land hebben verlaten zonder dat ze dat wilden. "De trommel is bij mij, in mijn hart, hoewel ik hier in Spanje geen trommel heb," zei een deelnemer uit Venezuela.

\*Mary Wigman, El lenguaje de la danza, España, Ediciones Del Aguazul.

# 6.5.9 Activiteit: The Sacred Carpet Weaving Stories



## Doelstellingen

- Bevorderen van onderzoek met betrekking tot een onderwerp.
- Een proces ontwikkelen voor het maken van plastische kunst, en dramatisch en poëtisch schrijven.
- Een personage, choreografie of structuur van fysieke handelingen ontwikkelen vanuit het hanteren van een voorwerp.
- Creëer samenhang en vertrouwen binnen de groep.
- Gebruik verschillende artistieke talen uit de podiumkunsten.

## Artistieke vaardigheden

- Ruimtelijk bewustzijn
- Improvisatie Samenwerking

## Levensvaardigheden

- Besluitvorming
- Creatief denken
- Zelfbewustzijn

# 6.5.9 Activiteit: The Sacred Carpet Weaving Stories

## Werk Levensvaardigheden

- Aanvaarding van regels en rollen. Technologie

## Beschrijving: Duur: 2uur

- Ruimte, materialen (gebruikt of geleverd aan de deelnemers) en andere middelen: materialen gebruikt bij de activiteit "Wandelen door verhalen".
- Samenstelling van de groep (individueel, groep): minimaal twee personen.
- Beschrijving van de activiteit, zodat gebruikers van de toolkit deze kunnen nabootsen. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving met behulp van een video kan worden uitgevoerd.

Voorwerpen zijn het uitgangspunt om een creatief werk te ontwikkelen. In dezelfde ruimtelijke omgeving als bij de activiteit "Wandelen door verhalen" plaatst elke deelnemer zijn/haar voorwerpen op zijn/haar speciale stof. De trainer stelt voor enige tijd te nemen om de voorwerpen te herschikken tot ze arrangementen vinden op basis van: de grootte van het voorwerp, contrast van materialen, combinaties van kleuren, ruimtelijke ordening, enz.

Het heilige tapijt is een "speciale" setting om een zelfportret te maken. We stellen ons voor dat iemand van bovenaf een foto van ons gaat maken; daarom kiest elke deelnemer waar en hoe hij "zijn gezicht" plaatst op de ruimte van het heilige tapijt en in relatie tot de andere elementen. Sommige deelnemers werken aan het zelfportret, terwijl degenen die gespecialiseerd zijn in plastische kunsten en fotografie foto's maken of hun collega's tekenen.

Na 5 minuten vraagt de trainer de deelnemers die deel uitmaken van het "heilige tapijt" om nieuwe posities te verkennen, waarbij ze langzaam van de ene naar de andere positie bewegen. Na 15 minuten vraagt de trainer de deelnemers te interageren met de voorwerpen en zich voor te stellen dat het beeld tot leven komt.

Fotografen en beeldend kunstenaars zullen de hele tijd foto's en tekeningen of video's maken. Deelnemers die leven geven aan de objecten zullen vanuit de relatie met ruimte en objecten tal van acties gaan creëren.

De deelnemers kunnen dan aan de slag met het verhaal dat in de activiteit "Wandelen door verhalen" is verteld, maar ook nieuwe teksten creëren door improvisatie in de ruimte.

De trainer geeft aanwijzingen aan elke deelnemer met de nadruk op de specialiteit van elke deelnemer. Dansers worden uitgenodigd om choreografieën te maken en te herhalen, acteurs om fysieke partituren te maken en te herhalen, enz. Wanneer iedereen gestructureerd materiaal heeft, kan de trainer interactie tussen de deelnemers voorstellen.

## Evaluatie/overwegingen en reflecties (indien nodig):

instructies/suggesties/stimuli/uitleg van de trainer om de groep te begeleiden.

Deze activiteit moet zeer zorgvuldig worden uitgevoerd en met een extreem vermogen om te begrijpen welke aanwijzingen aan elke deelnemer moeten worden geboden. Het lijkt misschien dat het vooral een artistieke activiteit is, maar in werkelijkheid is het niet alleen dit.

# 6.5.9 Activiteit: The Sacred Carpet Weaving Stories

De mogelijkheid om te leven en te ervaren, en vervolgens na te denken over de mogelijkheid om vanuit iets heel eenvoudigs te creëren, en te profiteren van verschillende artistieke talen, helpt de deelnemers te begrijpen dat actie ondernemen het belangrijkste instrument is bij het creëren; en

dat de kracht om iets eenvoudigs om te zetten in een creatieve daad de grootste kracht is die we als scheppers hebben, en verder gaat dan de grenzen van de landen waar we doorheen reizen.

## **Opmerkingen:**

leg zo nodig uit waar het idee voor de activiteit vandaan komt en waarom het relevant werd geacht om de projectdoelstellingen te bereiken

Het is belangrijk dat de deelnemers een document met beeldrechten ondertekenen en dat fotografen of videomakers al het opgenomen materiaal overhandigen, zodat alleen de overeengekomen beelden kunnen worden gebruikt.

## **Aanpassingen en variaties (indien van toepassing):**

hoe kan deze activiteit volgens uw ervaring worden aangepast aan specifieke omstandigheden (kleine groep deelnemers, specifieke beperkingen van de deelnemers, andere...)?

De activiteit kan worden uitgevoerd door de groep in tweeën te delen, zodat iedereen in actie kan komen of degene kan zijn die de foto's neemt.

**Opmerking van de trainer:** Wat wij de trainer kunnen aanraden om bij de ontwikkeling van deze activiteit bijzondere aandacht aan te besteden.

Deze activiteit geeft een zeer solide basis om individueel of collectief materiaal te kunnen genereren. Ze is zeer veelzijdig. Maar het is essentieel dat de trainer duidelijke aanwijzingen geeft (praten over handelingen en niet over emotionele toestanden of sensaties) en dat hij/zij

een achtergrond heeft in podiumkunsten.



# 6.5.10 Activiteit: Persoonlijk Project



## Doelstellingen:

- Creatief en innovatief denken ontwikkelen.
- Verbeeldingskracht en ondernemingszin ontwikkelen.
- Een persoonlijk project leren delen.
- Zoek partners.
- Zoek een manier om jezelf voor te stellen en je open te stellen voor de arbeidsmarkt.
- Leer de behoeften en sterke punten van je eigen voorstel te analyseren.
- Beginnen van de Swot-analyse

## Artistieke vaardigheden:

- Mondelinge communicatie
- Besef van tijd en ritme Samenwerking

## Levensvaardigheden:

- Probleemoplossing
- Interpersoonlijke relaties

## Work Life Skills:

- Vaardigheden om opbouwende kritiek te aanvaarden
- Samenwerking
- Besluitvorming

# 6.5.10 Activiteit: Persoonlijk Project

**Beschrijving:** Duur: 4 uur

- Ruimte, materialen (gebruikt of geleverd aan de deelnemers) en andere middelen: Afhankelijk van het voorstel kunnen digitale media of rekvisieten worden gebruikt.
- Indeling van de groep (individueel, groep): in tweetallen en met individuele presentaties.
- Beschrijving van de activiteit, zodat gebruikers van de toolkit deze kunnen nabootsen. Overweeg zo nodig hoe de beschrijving met behulp van een video kan worden uitgevoerd.

De trainer nodigt de deelnemers uit om hun persoonlijke project voor te stellen en enkele vragen te beantwoorden: Wat zou ik willen doen? Op welke behoefte geef ik een antwoord? Wat is de kracht van mijn voorstel? Wat zijn de zwakke punten? Wat of wie heb ik nodig?

De trainer nodigt de deelnemers uit een dossier samen te stellen om hun project voor te stellen en een logo te kiezen. Een graficus kan en mag de deelnemer hierbij begeleiden.

Verdeel de deelnemers in groepjes van twee en vraag hen hun eigen idee uit te leggen aan hun partner. Eén partner wordt de manager en presenteert het project aan de rest van de groep. Met alle verzamelde informatie en het advies van de groep kiest elke deelnemer tenslotte de meest geschikte manier om zijn/haar project te delen.

Hij of zij kan gebruik maken van digitale media, projecties of (in het geval van podiumprojecten) optreden voor de groep. Zodra de behoeften zijn geuit, kan elke deelnemer de groep om advies vragen over het oplossen van problemen in verband met de productie van het project of de verwezenlijking ervan.

**Evaluatie/overwegingen en reflecties (indien nodig):**

instructies/suggesties/stimuli/uitleg van de trainer om de groep te begeleiden.

Het voorstel heeft een grote impact op zowel de persoon als de groep. Het dwingt de deelnemers pragmatisch te zijn en hun behoeften te verwoorden, waarbij zij hun angsten achterwege laten.

**Opmerkingen:**

leg zo nodig uit waar het idee voor de activiteit vandaan komt en waarom het relevant werd geacht om de projectdoelstellingen te bereiken

Het is belangrijk dat deelnemers die de taal van hun land van verblijf niet vloeiend beheersen, worden bijgestaan. Deze deelnemers zullen worden uitgenodigd een meer plastische taal te vinden om te kunnen delen of samenwerken met andere collega's. Onze ervaring heeft ons geleerd dat twee essentiële hulpmiddelen voor degenen die naar andere landen migreren zijn: ideeën omzetten in actie en een ondersteunend en samenwerkend netwerk creëren.

# 6.5.10 Activiteit: Persoonlijk Project

## **Aanpassingen en variaties (indien van toepassing):**

hoe kan deze activiteit volgens uw ervaring worden aangepast aan specifieke omstandigheden (kleine groep deelnemers, specifieke beperkingen van de deelnemers, andere...)?

Deze activiteit kan in twee of meer sessies worden uitgevoerd. Zo kunnen de beginselen en de analyse van het voorstel beter worden vastgesteld. Ook kan het, afhankelijk van de leden van de groep, mogelijk/geschikt zijn om slechts een paar projecten per dag te bekijken, om niet overweldigd te raken en de ideeën meer te kunnen laten stromen.

## **Opmerking van de trainer:**

Wat wij de trainer kunnen aanraden om bij de ontwikkeling van deze activiteit bijzondere aandacht aan te besteden.

Notities maken over de projectvoorstellen. Deel met de deelnemers mogelijke subsidies die gebruikt kunnen worden om de activiteiten uit te voeren. Zoek manieren om de ontwikkeling van deze ideeën te ondersteunen. Voor ons is dit de basis geweest voor het werken aan de MatchMaking programmagids.

# 7. De Vragenlijsten

**107**

DE  
VRAGENLIJSTEN

**117**

RESULTATEN  
VAN ITALIË

**109**

RESULTATEN VAN  
NEDERLAND

**125**

RESULTATEN  
VAN SPANJE

# 7.1 De Vragenlijsten

De aan de TONE-deelnemers toegezonden vragenlijst had tot doel hun zelfperceptie over het nut van de opleiding voor het aanleren van competenties voor zowel het persoonlijke leven als de professionele ontwikkeling te beoordelen.

De vragenlijsten werden na afloop van de opleiding aan alle deelnemers uit de drie landen voorgelegd. In totaal werden 40 vragenlijsten verzameld (8 Italië, 19 Spanje, 13 Nederland).

In het algemeen blijkt uit de vragenlijsten dat de meeste deelnemers de opleiding relevant vonden voor zowel hun persoonlijke leven als hun professionele ontwikkeling.

Doordat de opleiding de mogelijkheid bood een netwerk te creëren met culturele organisaties en andere professionals (de deelnemers zelf), werd de opleiding ook gezien als een kans voor de deelnemers om toekomstige projecten te bedenken en uit te voeren. Het bood de kans om wederzijdse steun en uitwisseling van artistieke praktijken te creëren, vooral voor die professionals die de wens deelden om een netwerk te creëren. Het bood ook kansen aan nieuwkomers om hun competenties in te brengen in het culturele veld van het gastland. In termen van transversale competenties vonden de deelnemers dat ze vooral de volgende vaardigheden hadden ontwikkeld: het vermogen om in teamverband te werken, creatief te denken, het vermogen om actief naar anderen te luisteren, het vermogen om open te staan voor verandering en voor nieuwe ideeën en situaties.

Het projectteam besloot de vragenlijsten van elke groep afzonderlijk te analyseren omdat de drie opleidingen een aantal structurele verschillen vertoonden:

- de structuur van de opleidingen
  - de activiteiten van elke opleiding
  - de samenstelling van de drie groepen
  - de talenkennis van de deelnemers
- de artistieke deskundigheid (beginner, semi-professioneel, professioneel) van de deelnemers In de punten 8.2, 8.3 en 8.4 staat de analyse per land.

Hieronder staan alle vragen die aan de deelnemers zijn gesteld.

1- Heb je tijdens de opleiding nieuwe vaardigheden geleerd die je in je persoonlijke leven kunt toepassen? Ja/ Nee

2- Heb je tijdens de opleiding nieuwe vaardigheden geleerd die je in je werk kunt toepassen? Ja/ Nee

Hoeveel heeft de training opgeleverd: (van 0 tot 5)

3- In hoeverre heeft de training gewerkt aan: je vermogen om effectief met anderen te communiceren

4- In hoeverre heeft de training gewerkt aan: je vermogen om bewust te zijn van uw non-verbale communicatie

5- Hoeveel heeft de training opgeleverd: je vermogen om naar anderen te luisteren De



# 7.1 De Vragenlijsten

vragen 3 tot en met 5 gaan over communicatie- en luistervaardigheden.

6- Hoeveel heeft de training opgeleverd: voor je vermogen om in een team te werken

7- Hoeveel heeft de training opgeleverd: voor je vermogen om je aan te passen aan verschillende situaties

8- Hoeveel heeft de training opgeleverd: voor je vermogen om creatief te denken

9- In hoeverre heeft de training gewerkt aan: je vermogen om open te staan voor verandering en nieuwe ideeën/situaties

10- Hoeveel heeft de training opgeleverd voor: je improvisatievermogen

De vragen 6 tot en met 10 gaan over het vermogen om met anderen samen te werken, zich aan te passen en nieuwe situaties het hoofd te bieden.

11 t/m 15 gaan over het bewustzijn van de persoonlijke betrokkenheid en werkvaardigheden.

11- Hoeveel heeft de training opgeleverd voor: je vermogen om je op een doel te concentreren

12- Hoeveel heeft de training gewerkt aan: je vermogen om een risico te nemen/jezelf in het spel te zetten

13- Hoeveel heeft de training opgeleverd voor: het bewustzijn van je persoonlijke sterke en zwakke punten

14- Hoeveel heeft de training opgeleverd voor: je bewustzijn van je technische vaardigheden

15- Hoeveel heeft de opleiding opgeleverd voor: je vermogen om klaar te zijn om nieuwe dingen te leren vragen

16- Hoeveel heeft de opleiding opgeleverd aan: je bekendheid met de artistieke/culturele sector in jouw gebied

17- Heeft de opleiding je geïnspireerd tot deelname aan of uitvoering van toekomstige projecten? Ja/  
Nee

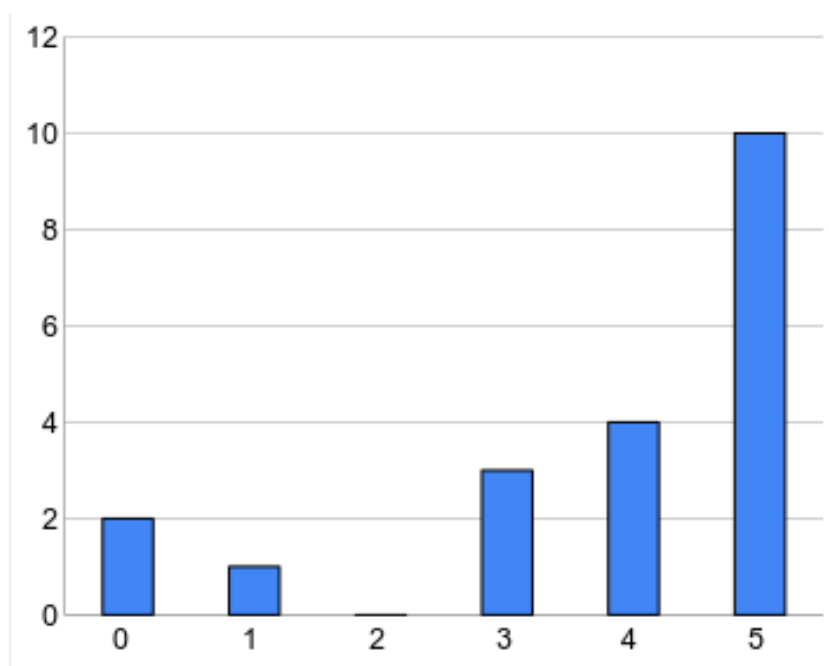
19- Wat was voor jou het meest relevant aan deze ervaring?

**Zie voor alle resultaten hieronder**

## 7.2 Resultaten van Nederland

In de analyse van de kwantitatieve evaluatie door de deelnemers (n=20) is te zien hoe de score bij elk antwoord bijna het maximum bereikt. Twee personen - steeds dezelfde - waren op bijna elke vraag minder enthousiast. Zij legden niet uit waarom, maar de training was voor hen duidelijk niet uitdagend. Alle andere deelnemers (18) gaven aan - in meer of mindere mate - veel te hebben geleerd. Dit bewijst het succes van de interventie. In de volgende analyse, waarin wij de resultaten van elke vraag zullen bespreken, staan wij stil bij de redenen voor deze successen in relatie tot de indicatoren die bij elke vraag zijn beoordeeld.

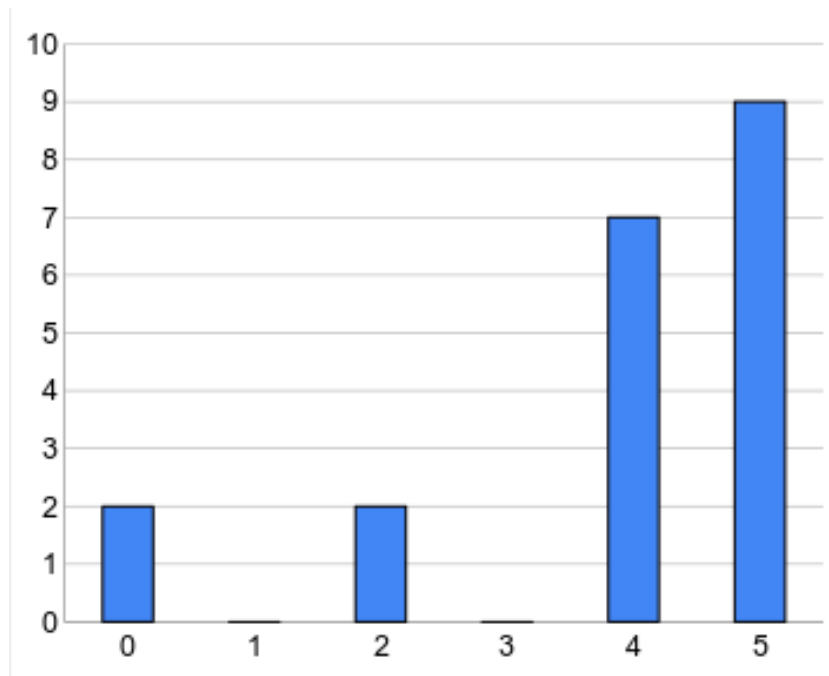
**1 - How much did the training work on:  
Your ability to communicate with others effectively**



1: Het soort werk dat werd uitgevoerd heeft gediend om communicatievaardigheden te ontwikkelen buiten de theaterruimte zelf. Sommige deelnemers aan de workshops spraken geen Nederlands maar konden zich goed redden in het Engels. 17 Deelnemers gaven aan baat te hebben gehad bij de interventie over communicatievaardigheden. 3 Deelnemers gaven aan geen baat te hebben gehad. Zij legden niet uit waarom.

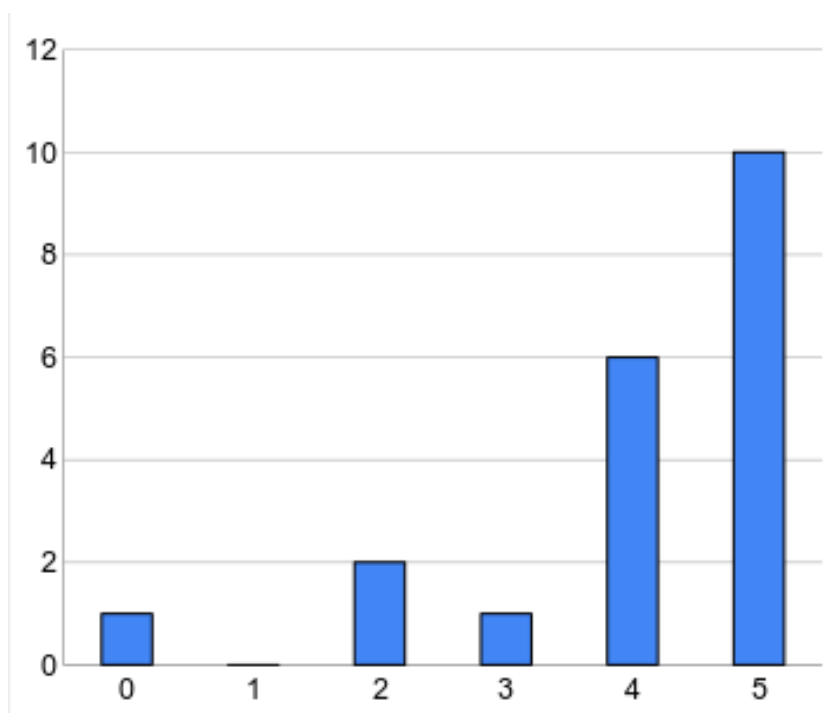
## 7.2 Resultaten van Nederland

**2- How much did the training work on:  
Your ability to be aware of your non-verbal communication**



2: Zestien deelnemers gaven aan dat zij instrumenten hebben ontwikkeld waarmee zij via non-verbale taal kunnen communiceren. Twee deelnemers gaven aan geen baat te hebben gehad bij de opleiding op dit punt. De groep was zeer divers qua artistieke achtergrond en culturele achtergrond. Onder hen waren dansers en fysieke performers. Ondanks deze achtergrond gaven de meeste deelnemers aan dat zij baat hadden bij de training op dit gebied.

**3- How much did the training work on:  
Your ability to listen to the others**



## 7.2 Resultaten van Nederland

3: Een essentiële vaardigheid is luisteren naar anderen - waarbij acceptatie en empathie worden uitgedrukt. 16 Deelnemers gaven aan dat de opleiding hulpmiddelen bood om aan deze vaardigheid te werken. Eén deelnemer gaf aan van niet, en twee zeiden dat dit zwak was in de training. In de training werden sommige hulpmiddelen expliciet gekoppeld aan het luisteren naar anderen. Zo waren het toekomstkaartenspel en de vertelactiviteit gericht op luisteren naar elkaar en elkaar bevragen zonder te oordelen.

### 4- How much did the training work on:

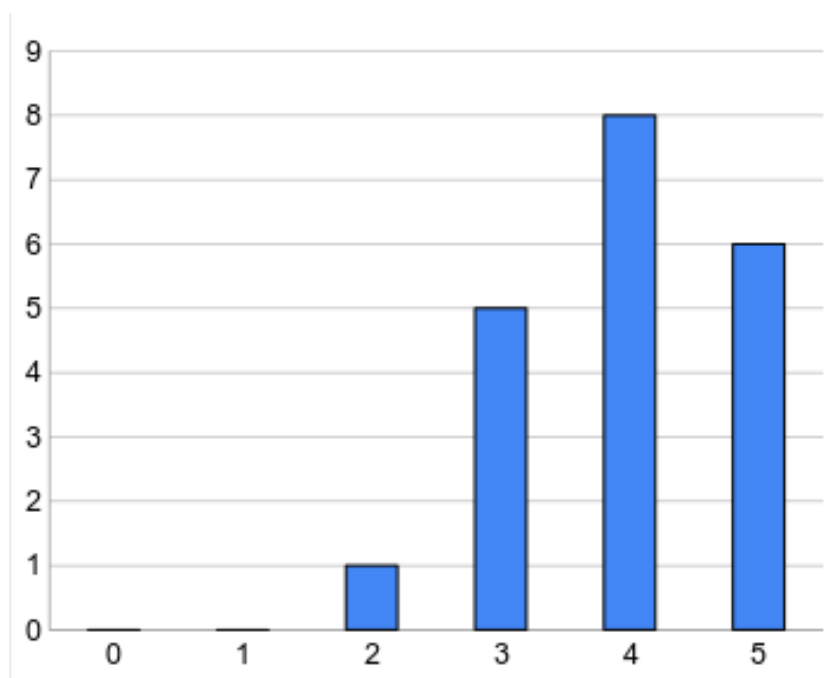
Your ability to work in team



4: Veel workshops tijdens de opleiding vereisten teamwork. De meeste deelnemers gaven aan daar baat bij te hebben gehad.

### 5- How much did the training work on:

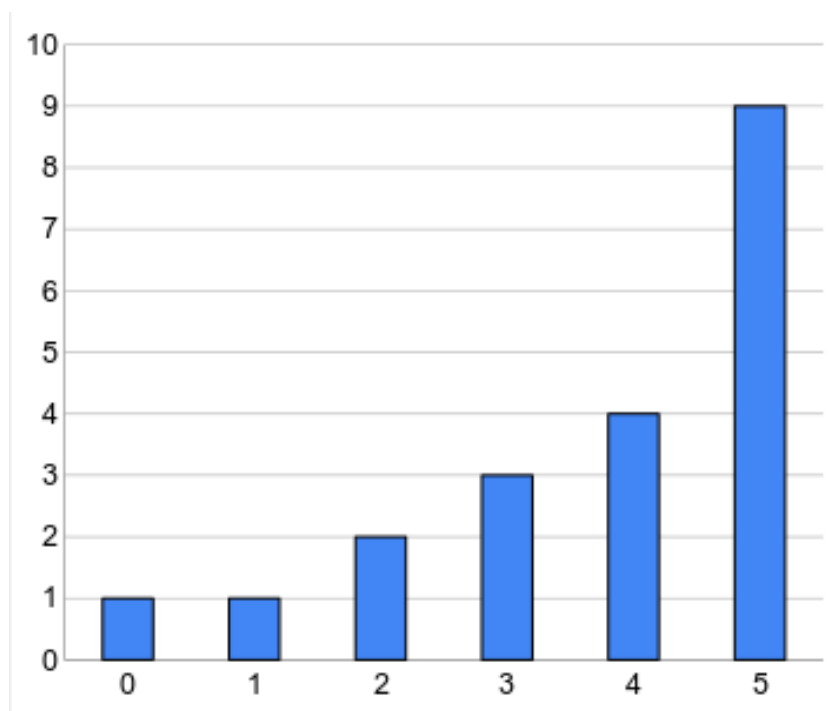
Your ability to be adaptable to different situations



## 7.2 Resultaten van Nederland

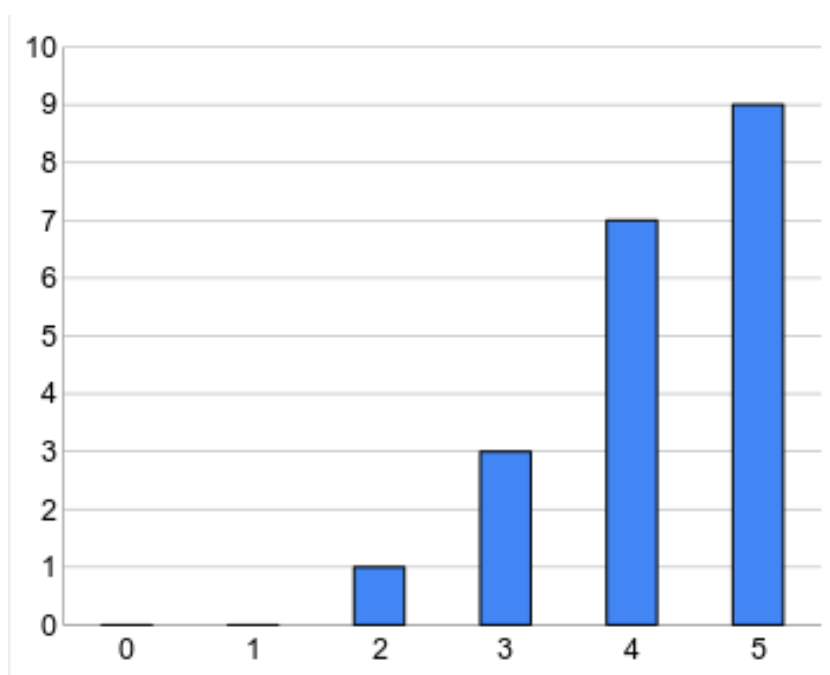
5: Veel workshops tijdens de opleiding maakten kennis met improvisatievaardigheden rond uiteenlopende fictieve situaties. Zo ontwikkelen de deelnemers speelse vaardigheden die hen helpen zich doeltreffend aan te passen aan verschillende omstandigheden in hun dagelijks leven.

**6- How much did the training work on:  
Your ability to think creatively**



6: Alle deelnemers waren performers of kunstenaars in verschillende disciplines. Alle workshops vroegen om creatief denken. Voor de trainers is het een uitdaging om activiteiten te creëren en te vinden die uitdagend genoeg zijn voor ervaren kunstenaars. De meeste deelnemers gaven echter aan dat ze werden uitgedaagd in creatief denken.

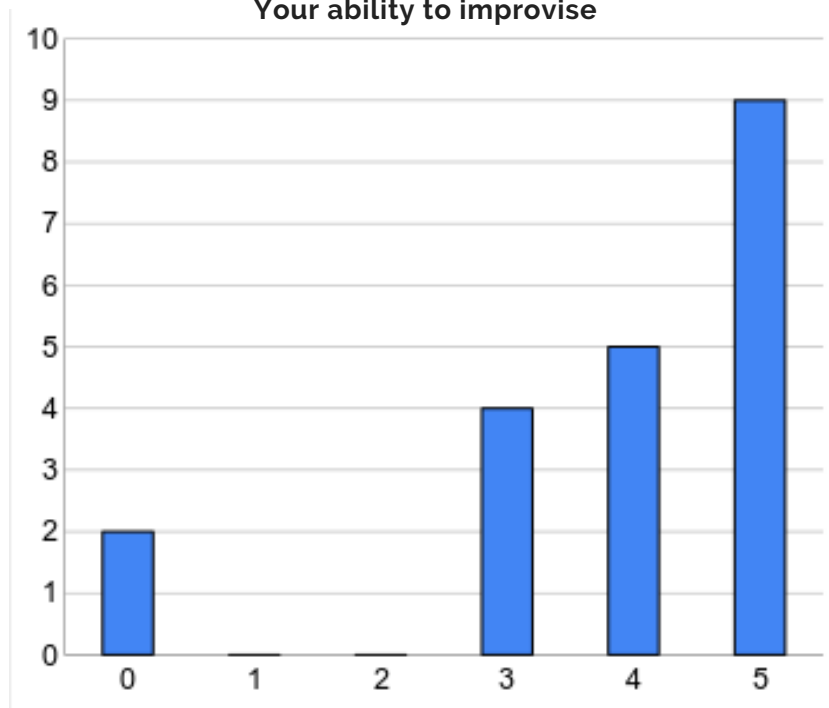
**7- How much did the training work on:  
Your ability to be open to change and to new ideas/situations**



## 7.2 Resultaten van Nederland

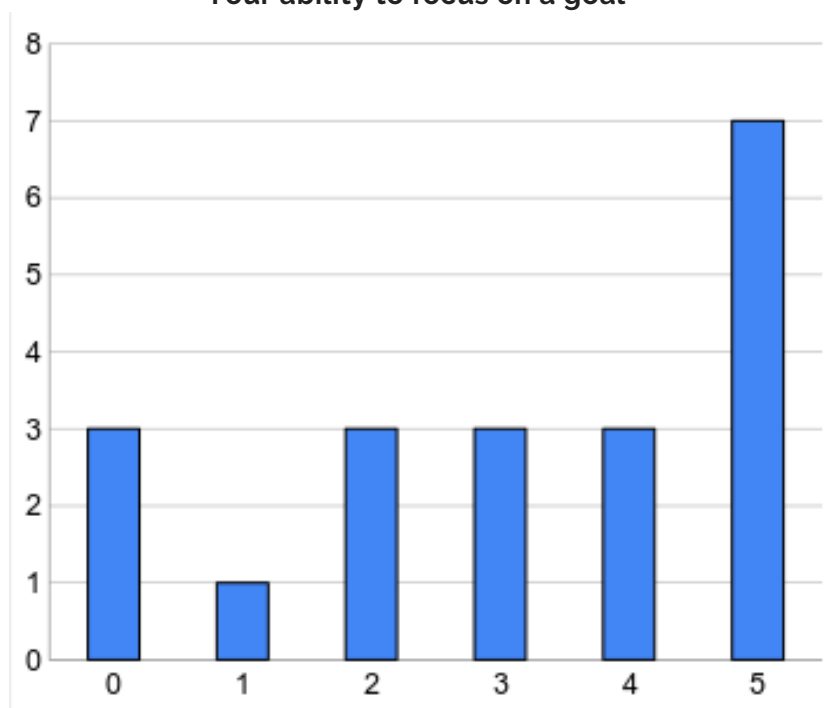
7: De workshops waren gericht op diversiteit en inclusie, ideeën voor de toekomst, dromen en wensen voor de toekomst. Het werken met een diverse groep in artistieke disciplines, alsook culturele achtergrond en thema's rond 'toekomst', creëerde veel mogelijkheden om te werken aan een open geest en dingen vanuit verschillende perspectieven te bekijken.

**8- How much did the training work on:  
Your ability to improvise**



8: Veel workshops tijdens de opleiding waren gericht op improvisatievaardigheden. We werkten aan het aanbieden van hulpmiddelen om vaardigheden in het improviseren beter toe te passen op een speelse, artistieke manier.

**9- How much did the training work on:  
Your ability to focus on a goal**

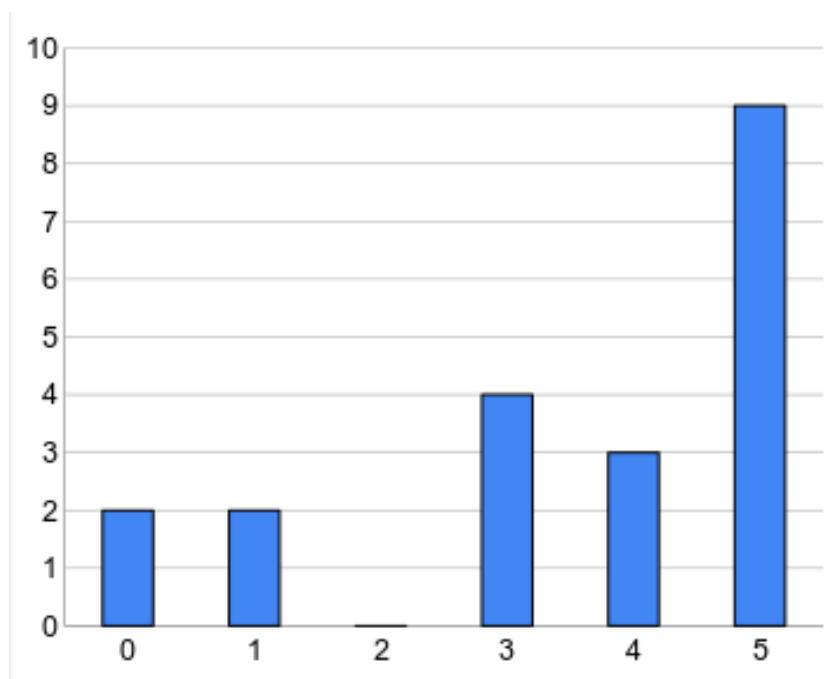




## 7.2 Resultaten van Nederland

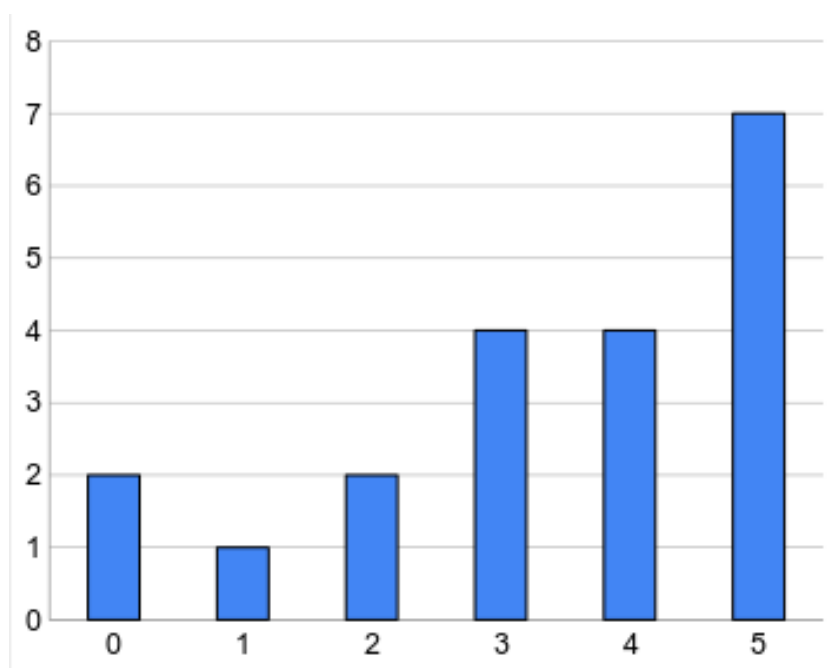
g: We boden instrumenten aan die hielpen bij het stellen van doelen en het maken van keuzes, gericht op de doelstelling om arbeidsinpassing in de nationale en internationale culturele wereld te vergemakkelijken. Uit de antwoorden blijkt dat deze aspecten van de opleiding voor sommige deelnemers niet zo duidelijk waren.

**10- How much did the training work on:  
Your ability to take a risk/put yourself in the game**



10: We gebruikten theaterspelen, we werkten met presenteren voor publiek en het maken van persoonlijke presentaties. Zo leerden de deelnemers risico's te nemen, zich bloot te geven en zich aan anderen te presenteren.

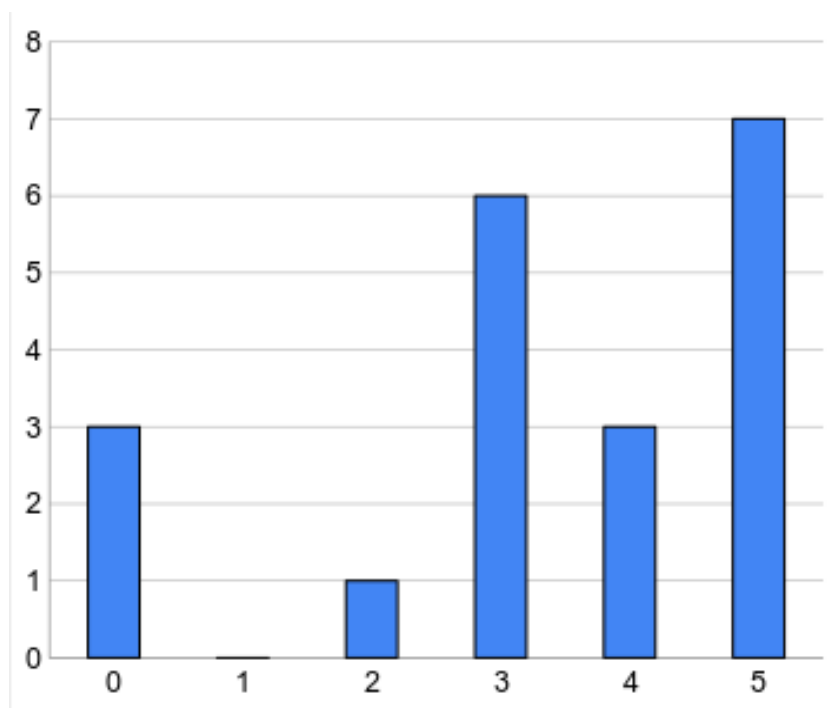
**11- How much did the training work on:  
Your awareness of your personal strenghts and weaknesses**



11: In een van de workshops hebben we expliciet gewerkt aan 'wat zijn je talenten'? Zo moesten de deelnemers nadenken over hun capaciteiten en zich bewust worden van hun sterke en zwakke punten.

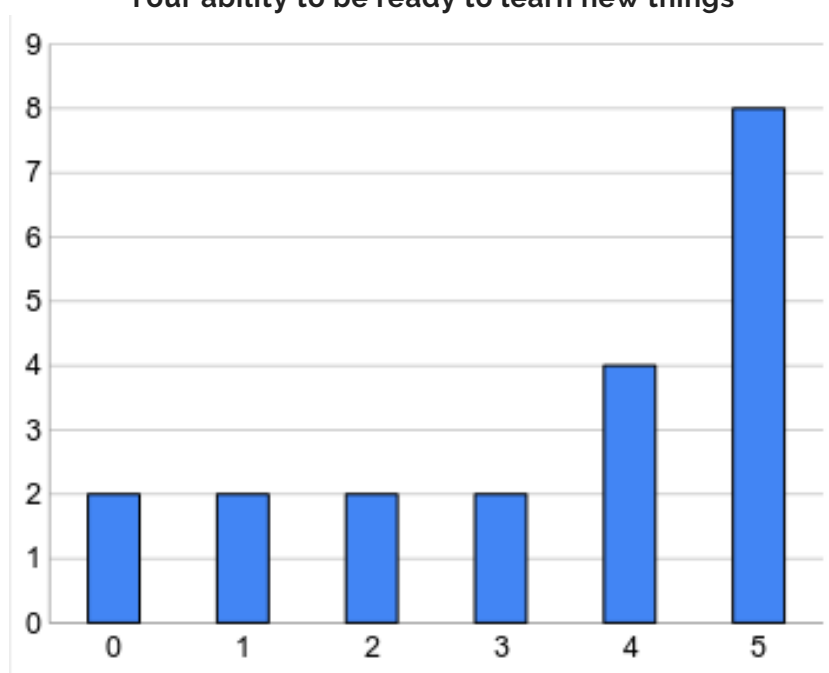
## 7.2 Resultaten van Nederland

**12- How much did the training work on:  
Your awareness of your technical skills**



12: Hoewel de focus van de opleiding niet op technische vaardigheden lag, gaven de meeste deelnemers aan dat ze hierover geleerd hebben. De deelnemers vertaalden deze vraag waarschijnlijk in termen van technische vaardigheden in beweging, dans, schrijven, verhalen vertellen of andere artistieke vaardigheden.

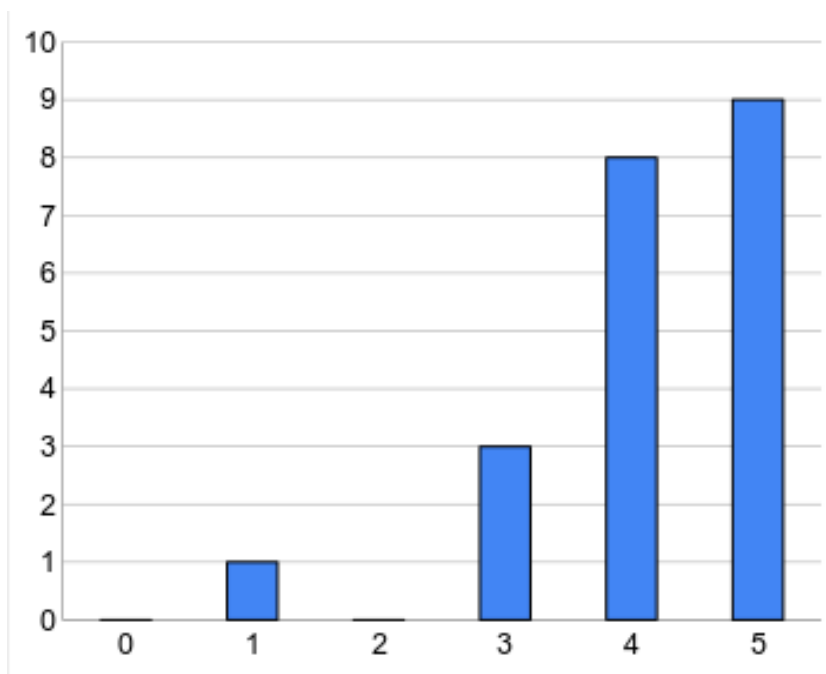
**13- How much did the training work on:  
Your ability to be ready to learn new things**



13: De antwoorden op deze vraag zijn divers. Twaalf deelnemers gaven aan dat zij deze vaardigheid leerden, acht deelnemers niet. De opleiding bood de deelnemers verschillende instrumenten die zij in hun werk kunnen toepassen.

## 7.2 Resultaten van Nederland

14- How much did the training work on:  
Your awareness of the artistic/cultural sector in your  
territory



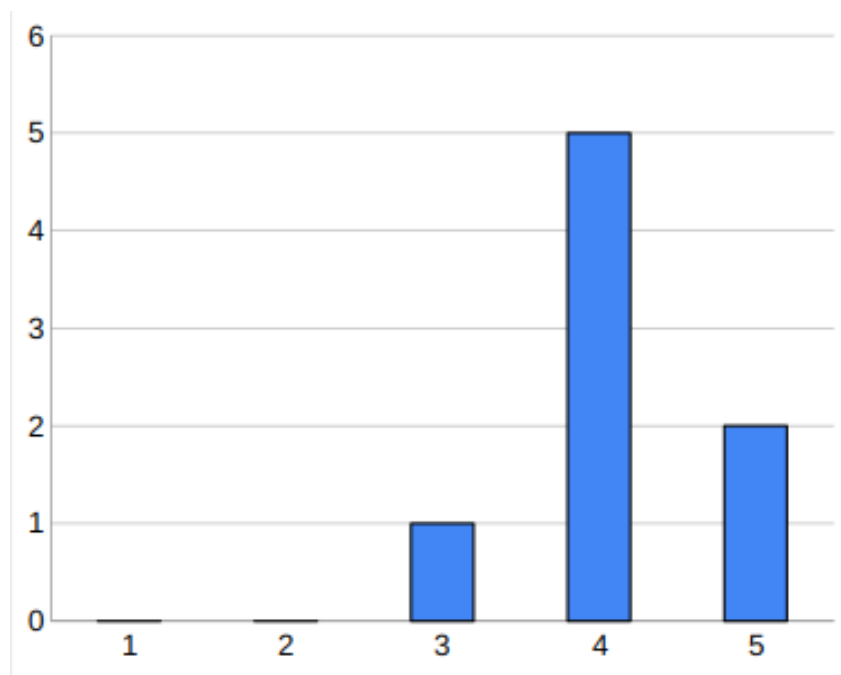
14: Een van de workshops was expliciet gericht op het belang van een netwerk van verschillende factoren. De deelnemers kregen inzicht in hun huidige situatie als kunstenaar en daardoor de mogelijkheid om hun situatie te verbeteren. Het is duidelijk dat bijna alle deelnemers zich bewust werden van het belang van het hebben van een netwerk. Door deel te nemen aan deze training groeide hun netwerk al.

De ervaren behoefte aan een goed netwerk wijst op het belang van het Matchmaking-programma.

# 7.3 Resultaten van Italië

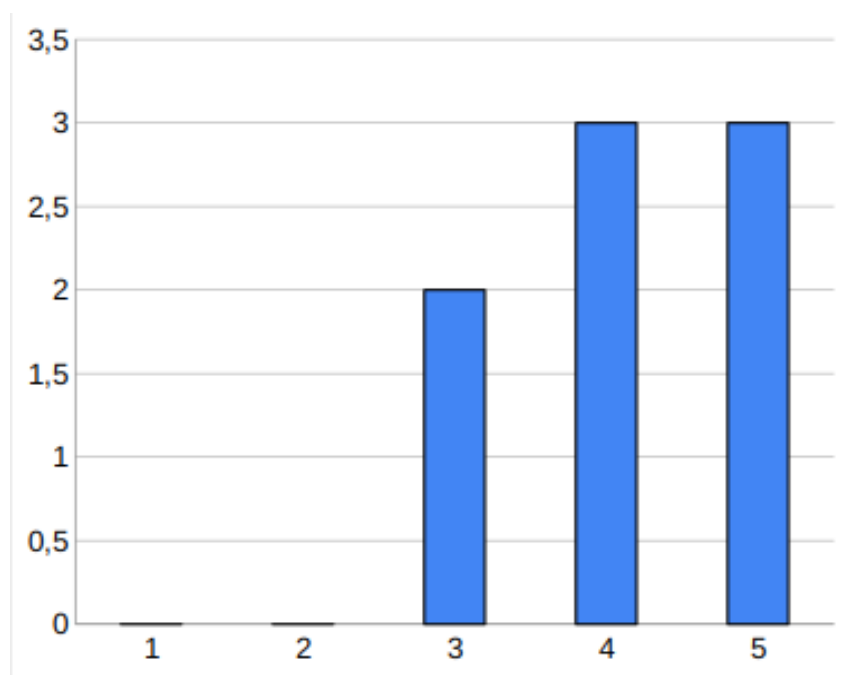
In deze paragraaf worden de resultaten van de vragenlijsten die aan de deelnemers in Italië zijn afgenomen in detail weergegeven. Bij elk antwoord staat een korte beschouwing over de beweegredenen achter de resultaten en de activiteiten die gericht waren op de ontwikkeling van die specifieke competentie.

## 1 - How much did the training work on: Your ability to communicate with others effectively



1: Tijdens de opleiding werd veel belang gehecht aan doeltreffende communicatie, zowel verbaal als non-verbaal. Niet alle deelnemers beheersten het Italiaans. Uit de resultaten blijkt dat bijna alle deelnemers de opleiding nuttig vonden om hun communicatievaardigheden te verbeteren.

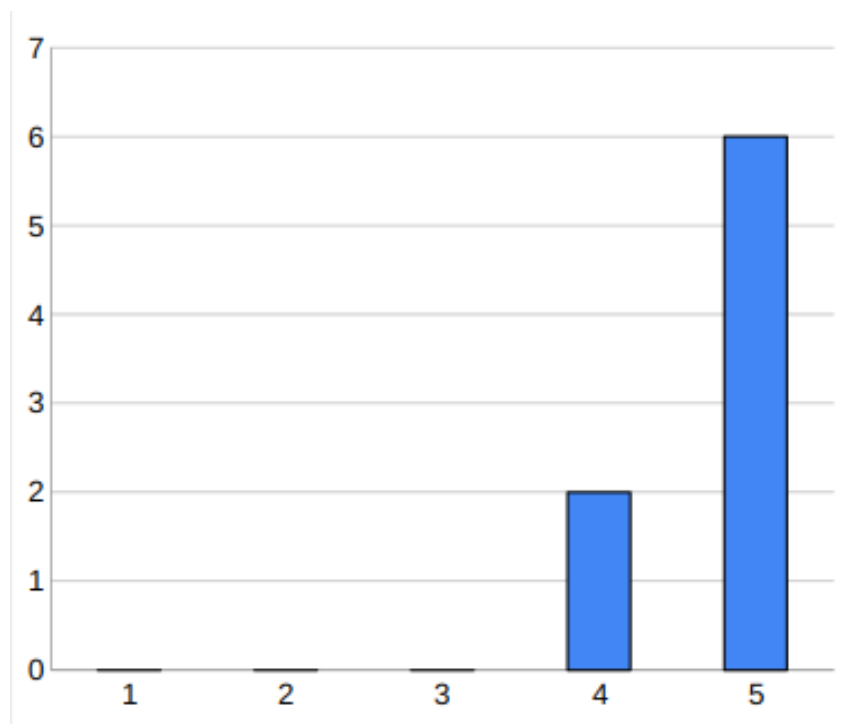
## 2- How much did the training work on: Your ability to be aware of your non-verbal communication



## 7.3 Resultaten van Italië

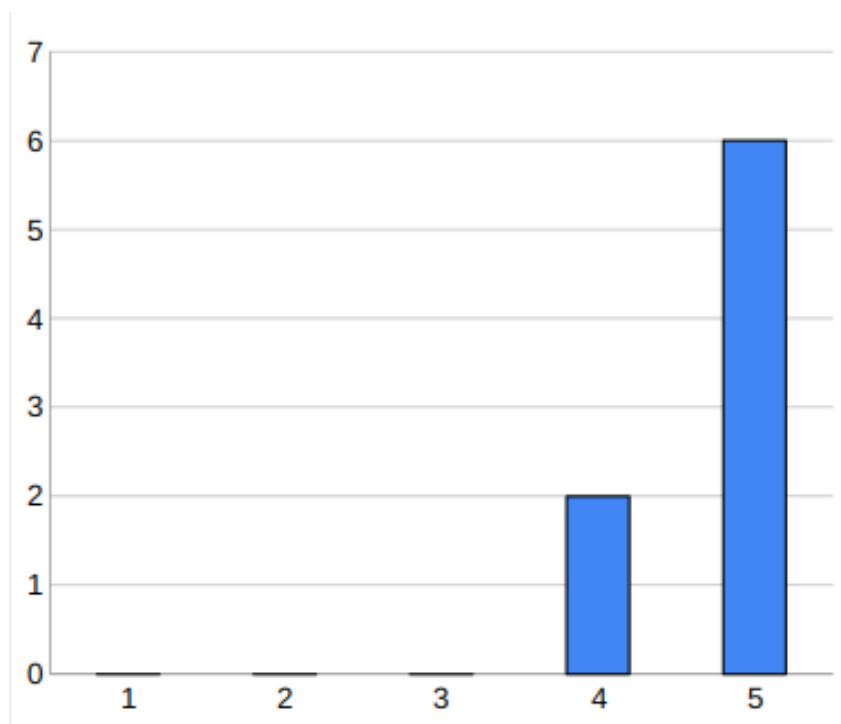
2: Lichaamstaal en non-verbale communicatie waren twee belangrijke onderwerpen van de training. Uit de resultaten blijkt dat alle deelnemers door de training hun non-verbale communicatie hebben verbeterd.

### 3- How much did the training work on: Your ability to listen to the others



3: Luisteren naar anderen, in de brede zin van het woord, staat centraal in de methodiek van het Sociaal en Gemeenschapstheater. Met name in deze training was het de basis voor het opbouwen van een groep die zeer heterogeen was qua leeftijd, land van herkomst en professionele vaardigheden.

### 4- How much did the training work on: Your ability to work in team

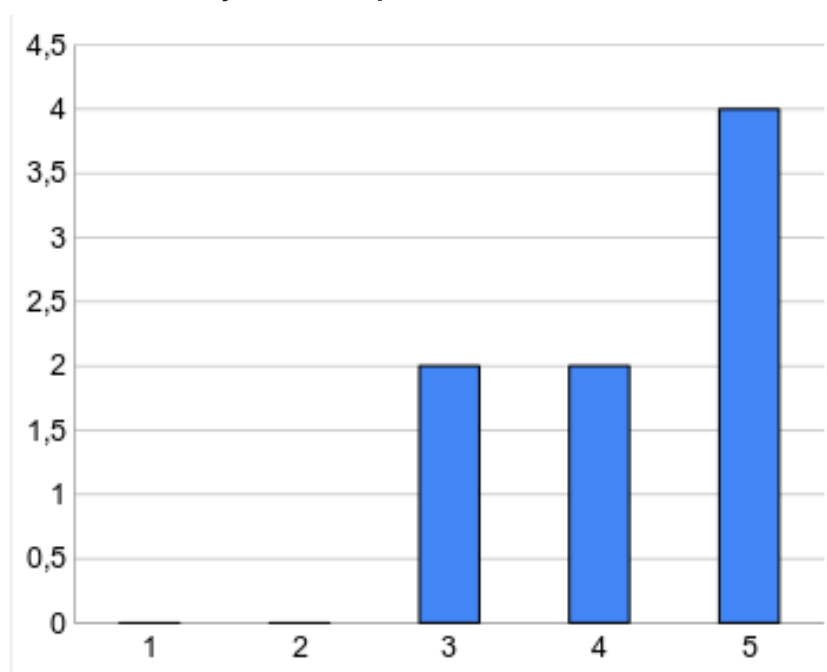


## 7.3 Resultaten van Italië

4: De tijdens de workshop voorgestelde activiteiten werkten sterk op de groep in, vooral in de eerste helft van de workshop. Deze keuze werd gemaakt om het terrein voor te bereiden voor individuele activiteiten en om relaties te creëren tussen de deelnemers in het vooruitzicht van toekomstige onderlinge samenwerking. Het groepswork stelde de deelnemers ook in staat hun eigen hulpbronnen en die van anderen te ontdekken en te waarderen, en een gevoel van verbondenheid met een gemeenschap met gedeelde belangen te ervaren en te ontwikkelen.

Zelfs in het laatste deel van de opleiding, toen elke deelnemer zijn eigen persoonlijke pitch creëerde om zichzelf te presenteren via een individueel proces, toonde de groep een aanzienlijke belangstelling om deel te nemen aan de co-creatie van elk eindproduct, waarbij elk lid werd gesteund in termen van creatieve input, praktische hulp en morele steun.

**5- How much did the training work on:  
Your ability to be adaptable in different situations**

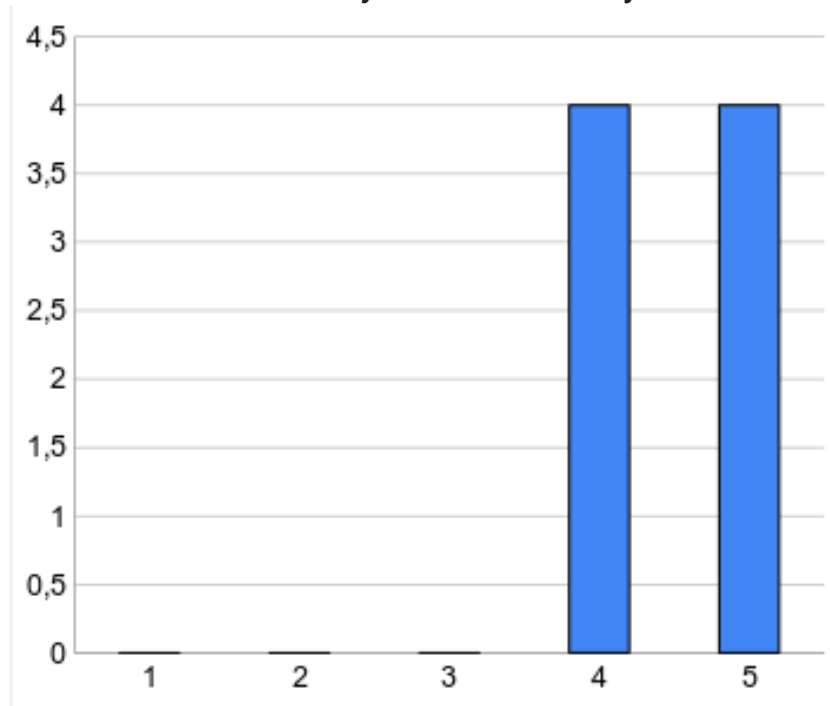


5 & 6: De voorgestelde activiteiten spoorden de deelnemers voortdurend aan om uit hun comfortzone te stappen en met de groep te onderhandelen om in een co-creatieve modus tot een oplossing te komen. In elke werksessie werden enkele terugkerende elementen voorgesteld (meestal activiteiten aan het begin en het einde van de les), maar de meeste sessies bevatten activiteiten die verschilden van die welke in de vorige sessie waren voorgesteld.

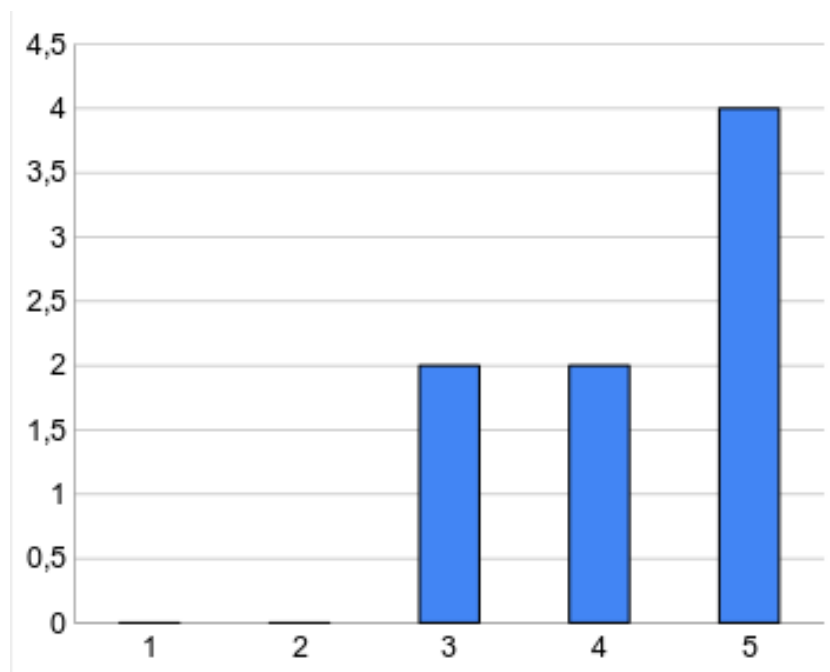


## 7.3 Resultaten van Italië

6- How much did the training work on:  
Your ability to think creatively

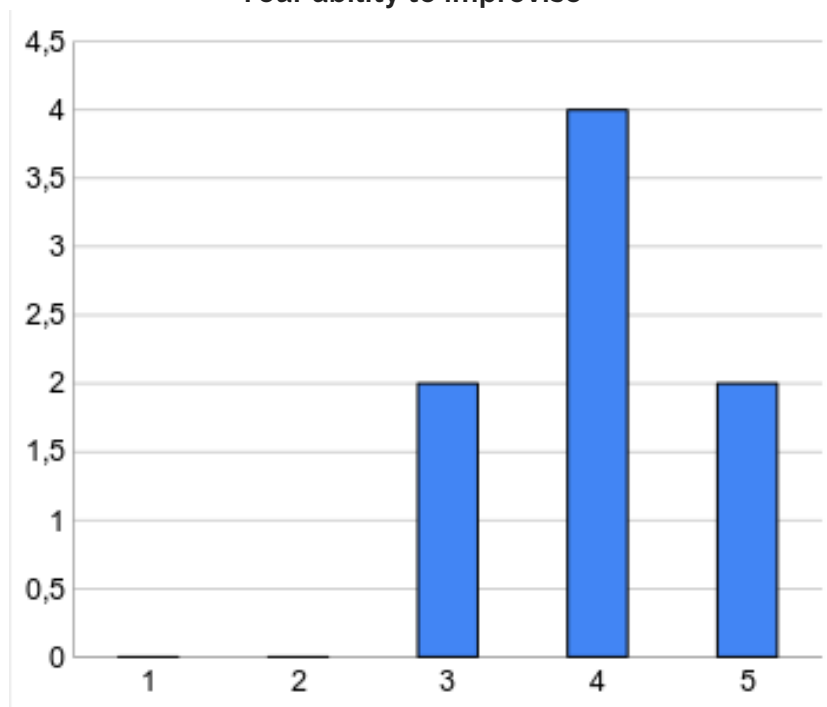


7- How much did the training work on:  
Your ability to be open to change and to new ideas/situations



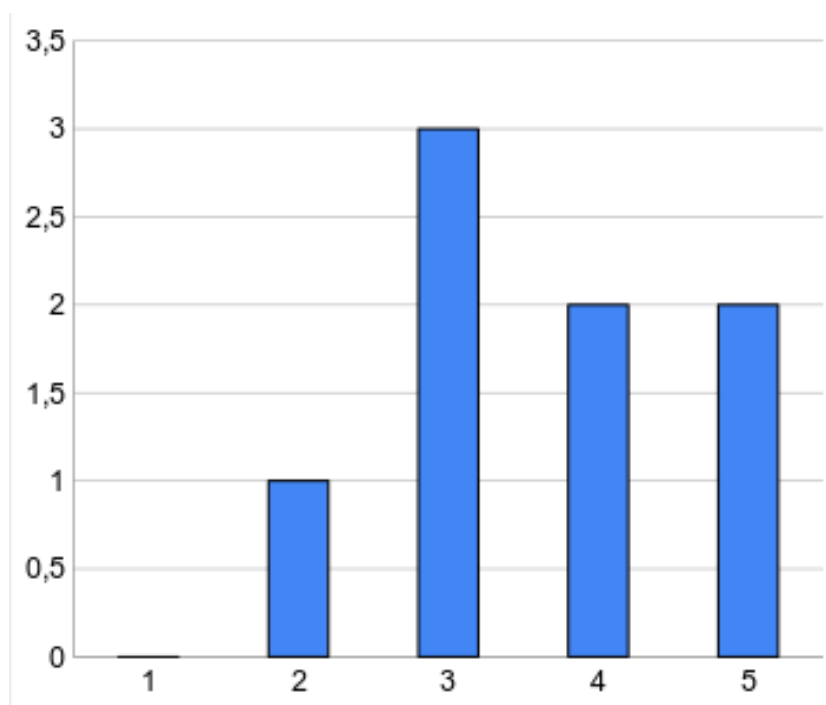
## 7.3 Resultaten van Italië

8- How much did the training work on:  
Your ability to improvise



7, & 8: Improvisatie was een constant element in de opleiding. Het werd meestal geïntroduceerd in de eerste helft van de workshop, met eenvoudige activiteiten in het begin en complexere activiteiten naarmate de sessies vorderden. De keuze om veel gebruik te maken van improvisatie had zowel te maken met dekenmerken van de groep (die een sterk verlangen naar speelse activiteiten vertoonde en een hoge competentie in groepsimprovisatie) en aan het idee dat creatief denken (een competentie die aanzienlijk wordt ontwikkeld door improvisatieactiviteiten) paste bij het doel van de opleiding en de behoeften van de doelgroep. Improvisatie vereist namelijk dat mensen goed luisteren, hun oordeel opschorten, openstaan voor nieuwe voorstellen en beperkingen en uitdagingen omzetten in kansen.

9- How much did the training work on:  
Your ability to focus on a goal

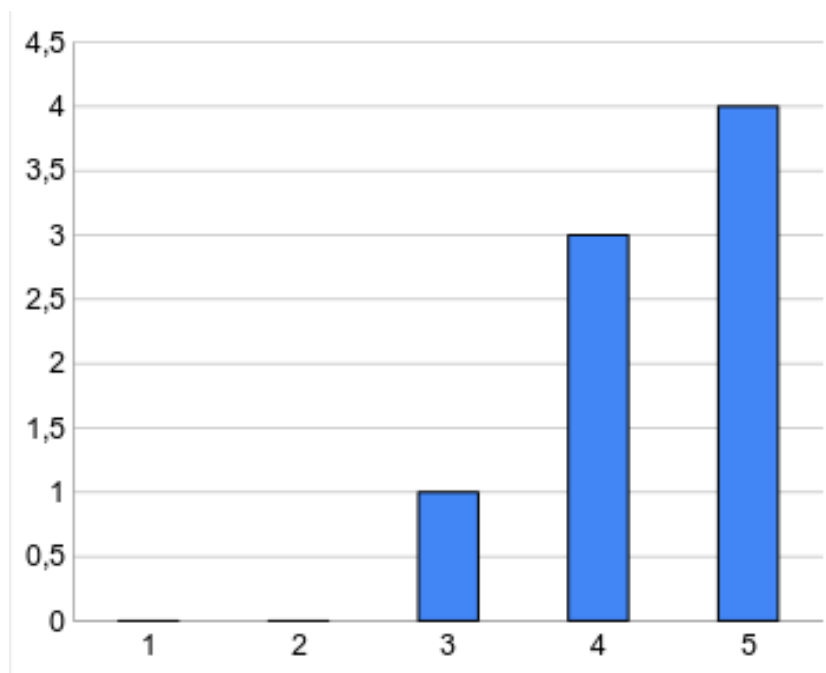


## 7.3 Resultaten van Italië

9: Gezien het heterogene karakter van de groep werden individuele activiteiten bewaard tot het laatste deel van de workshop. Dit soort activiteiten, die het vermogen vereisen om autonoom alle stappen te beheren om een doel na te streven, zouden kunnen leiden tot een ongelijke ontwikkeling van de groep (indien dit gebeurt zonder een passende individuele begeleiding). In plaats daarvan werd besloten het beste te halen uit het potentieel van de groep, die een groot vermogen toonde om elkaar te ondersteunen en taken als groep of in kleinere groepen uit te voeren.

### 10- How much did the training work on:

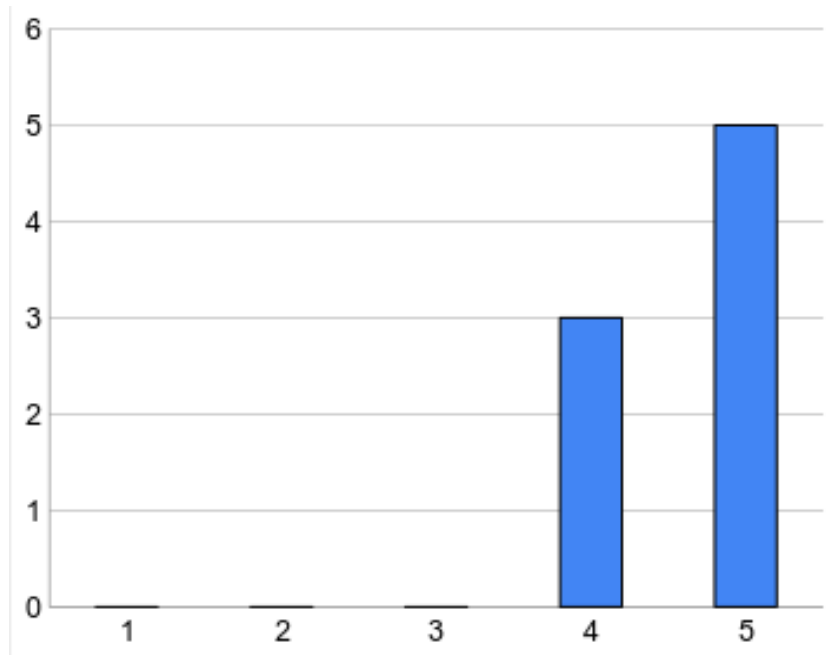
Your ability to take a risk/put yourself in the game



10: Door de voorgestelde activiteiten konden alle deelnemers, ongeacht hun kenmerken, aan de activiteiten deelnemen in overeenstemming met hun bereidheid daartoe. Niettemin werden de deelnemers voortdurend aangemoedigd om na te denken over wat zij tijdens de workshop over zichzelf hadden opgemerkt. Dit gebeurde door middel van metareflectieactiviteiten die gericht waren op hun bereidheid om zichzelf in het spel te zetten en uit hun comfortzone te stappen, waardoor zij een verdere bereidheid konden ontwikkelen.

### 11- How much did the training work on:

Your awareness of your personal strenghts and weaknesses

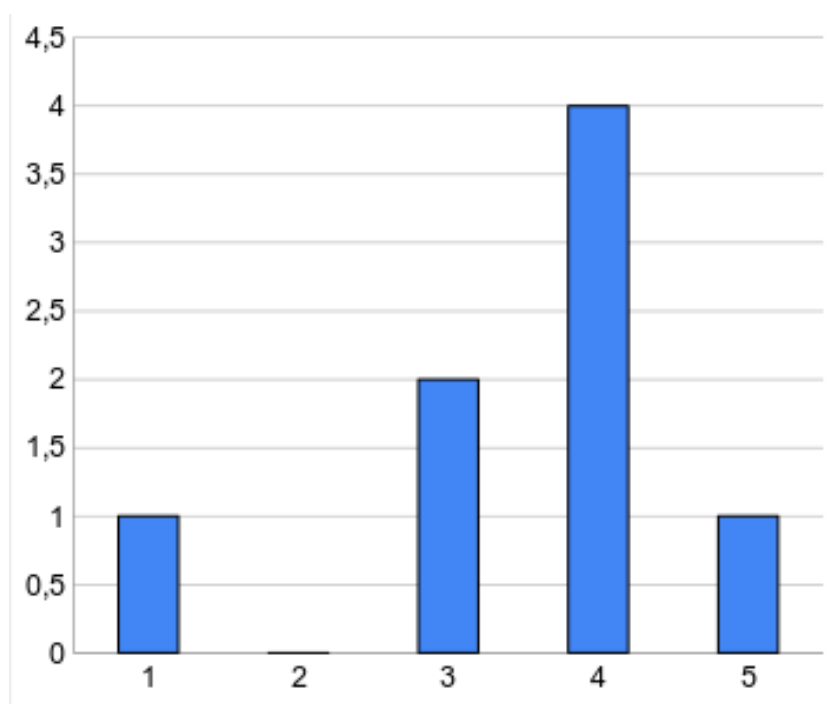


## 7.3 Resultaten van Italië

11: De ontwikkeling van het bewustzijn van sterke en zwakke punten werd nagestreefd door het constante gebruik van de activiteit "The body map", tijdens elke sessie van de workshop. Bij deze activiteit werd de deelnemers gevraagd na te denken over hun sterke punten in de zin van dingen die zij kunnen/competenties hebben, en over dingen die zij van plan zijn verder te verbeteren aan zichzelf. Deze activiteit garandeert een persoonlijke ruimte voor reflectie om het zelfbewustzijn te bevorderen van wat elke deelnemer tijdens de opleiding over zichzelf heeft opgemerkt en bevordert het vermogen om te analyseren hoe de uitdagingen die elke activiteit met zich meebrengt functioneel zijn voor de ontwikkeling van een bepaalde competentie, of iemand bewust kunnen maken van de middelen die hij/zij heeft of verder wil ontwikkelen.

### 12- How much did the training work on:

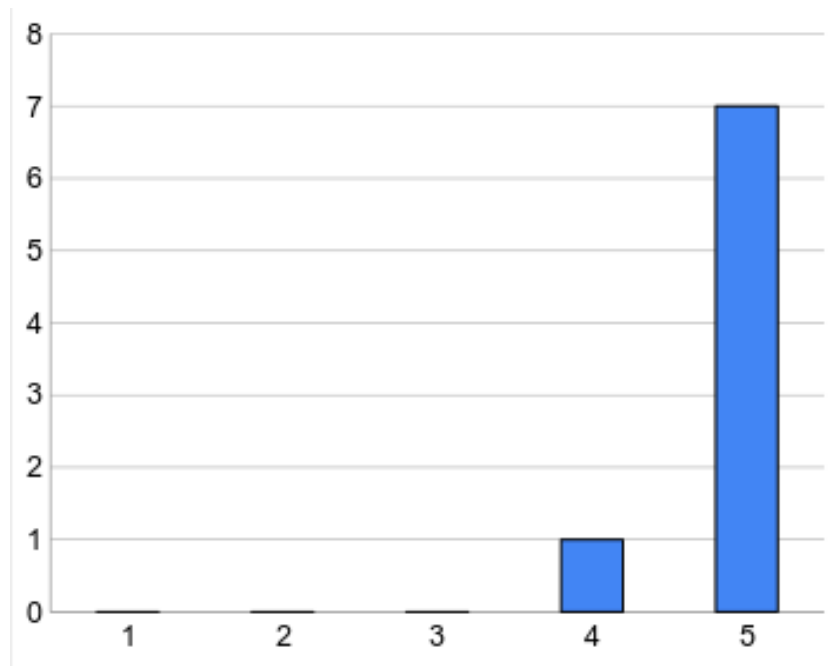
#### Your awareness of your technical skills



12: Het zelfbewustzijn van technische competenties werd bevorderd door activiteiten op het gebied van autobiografie die de deelnemers de gelegenheid gaven te praten over hun ervaringen en competenties die zij zowel in een professionele als in een niet-professionele context (levens- en werkervaring) hadden ontwikkeld, waarbij zij nadachten over hoe alles wat wij meemaken bijdraagt tot onze ontwikkeling en de definitie van ons profiel als professional. Deze activiteiten waren ook gericht op de ontwikkeling van het vermogen om zich bewust te zijn en in staat om iemands competenties uit te drukken en te valoriseren.

## 7.3 Resultaten van Italië

**13- How much did the training work on:  
Your ability to be ready to learn new things**



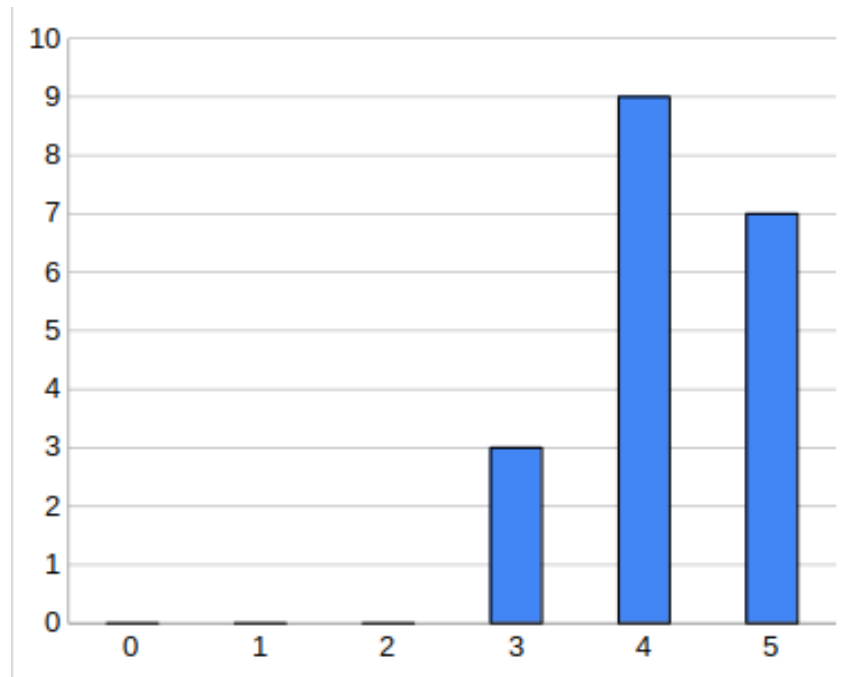
13: Tijdens de workshop bevorderden de facilitators voortdurend de reflectie over de tijdens de sessies uitgevoerde activiteiten, waardoor de ontwikkeling van zelfbewustzijn in verband met persoonlijke en professionele groei en in verband met levensvaardigheden werd versterkt.

# 7.4 Resultaten van Spanje

In de analyse van de kwantitatieve evaluatie door de deelnemers is te zien hoe de score die bij elk antwoord werd behaald bijna het maximum bereikt. Dit bewijst het succes van de interventie. In de volgende analyse, waarin we de resultaten van elke vraag zullen bespreken, staan we stil bij de redenen voor deze successen in relatie tot de indicatoren die bij elke vraag zijn beoordeeld.

## 1- How much did the training work on:

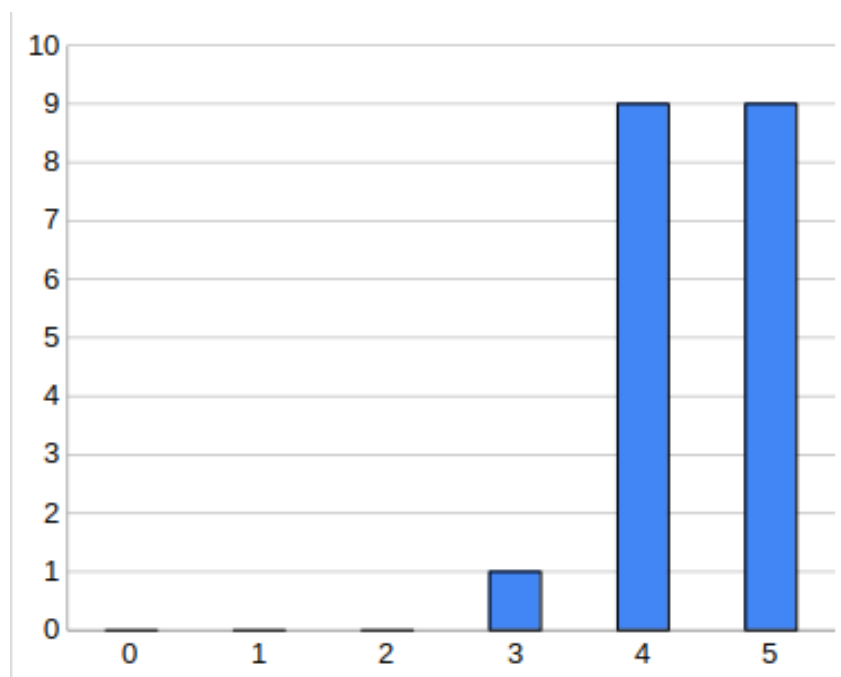
**Your ability to communicate with other effectively**



1: Het soort werk dat is uitgevoerd heeft gediend om communicatievaardigheden te ontwikkelen buiten de theatterruimte zelf. Sommige deelnemers aan de workshops spraken geen Spaans.

## 2- How much did the training work on:

**Your ability to be aware of your non-verbal communication**



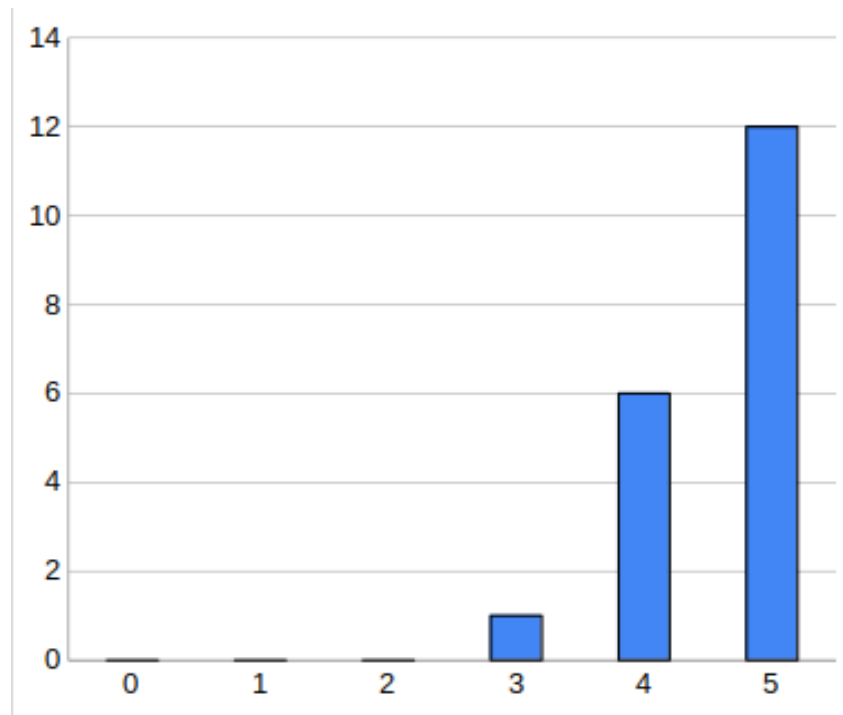


# 7.4 Resultaten van Spanje

2: De deelnemers hebben instrumenten kunnen ontwikkelen waarmee zij via een non-verbale taal kunnen communiceren. Het is belangrijk op te merken dat zij niet allemaal afkomstig waren uit disciplines die verband houden met het lichaam. Sommigen van hen hadden echter wel een bepaald artistiek traject, aangezien zij dansers waren die goed gevorderd waren in hun carrière, dus het is interessant om vast te stellen dat er een gemeenschappelijke basis was.

### 3- How much did the training work on:

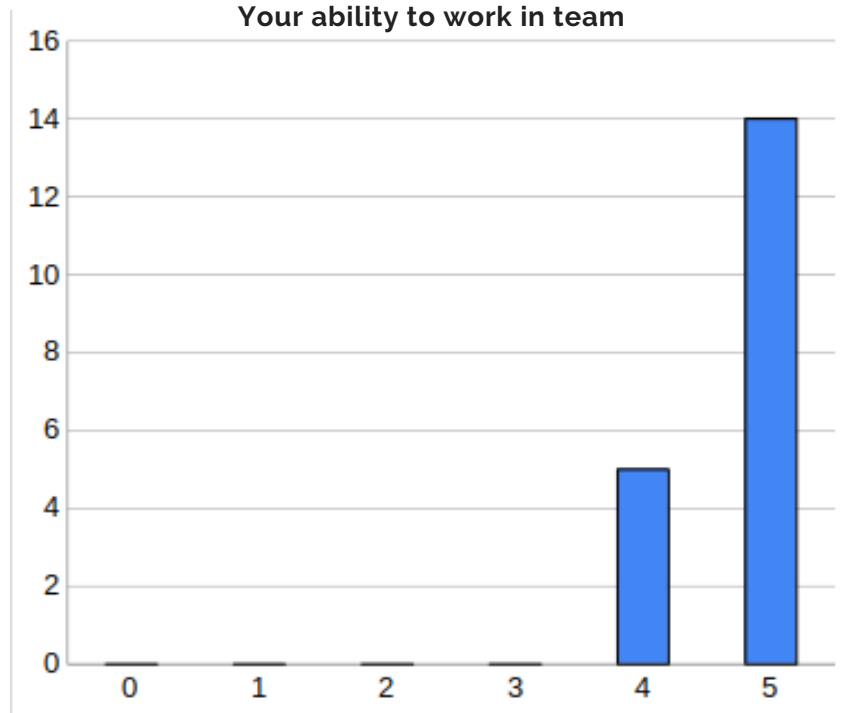
Your ability to listen to the others



3: Een basisinstrument is het luisteren naar onszelf en naar anderen, waarbij "anderen" worden beschouwd of begrepen als een ruimte en ook als een metgezel tegenover wie men empathie ontwikkelt. Er werden aanvullende instrumenten en sleutels aangereikt om het luisteren op verschillende niveaus te ontwikkelen: zintuiglijk niveau, fysieke actie, emotionele en energetischeniveaus, alsmede de mogelijkheid om de informatie te reorganiseren om onszelf voor te stellen en te luisteren naar de ervaringen van anderen vanuit een rationeel cognitief niveau en niet alleen vanuit het laterale cognitieve niveau.

# 7.4 Resultaten van Spanje

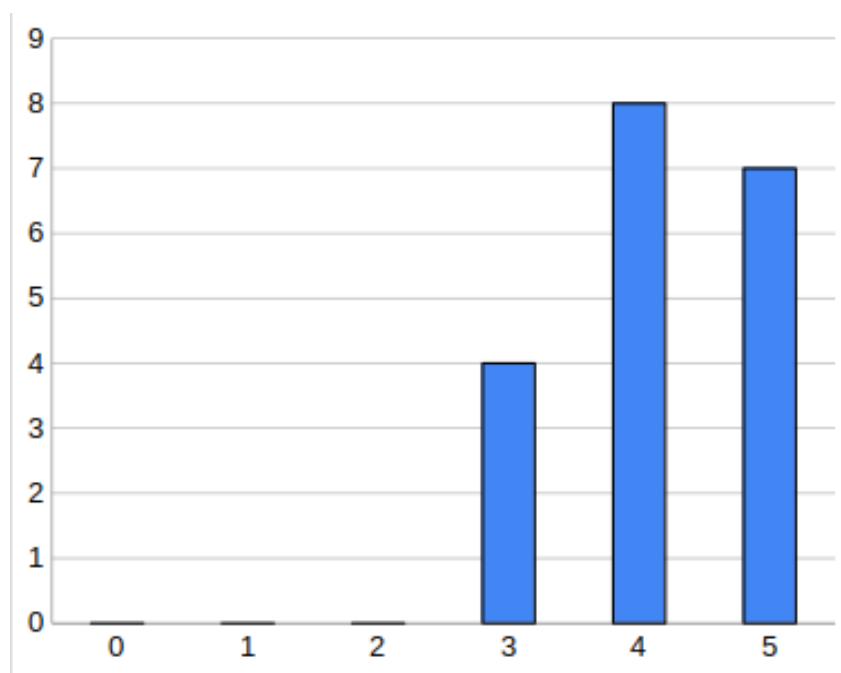
4- How much did the training work on:  
Your ability to work in team



4: Een van de doelstellingen van de workshop was een gemeenschap te creëren waarin elke deelnemer zichzelf kan herkennen als een ecosysteem binnen een groter ecosysteem dat een netwerk is van mensen die bereid zijn elkaar te steunen.

Zij konden ook leren hoe instellingen financiële steun kunnen verlenen. Door de activiteiten die we in de werkgroep uitvoerden, bereikten we gezonde luisterruimtes, waar mensen zich veilig en niet veroordeeld voelden; dit gaf de nodige rust op het moment dat ze anderen om steun vroegen. Wanneer je migreert of een vluchtelingenstatus hebt, is het belangrijk om op iemand te kunnen terugvallen, in een gemeenschap die je helpt. Het project is een veilige eerste ruimte geweest die geleidelijk kan worden uitgebreid naar de context van de hele stad en van daaruit samenwerkingsnetwerken op Europees niveau kan creëren en tot stand brengen.

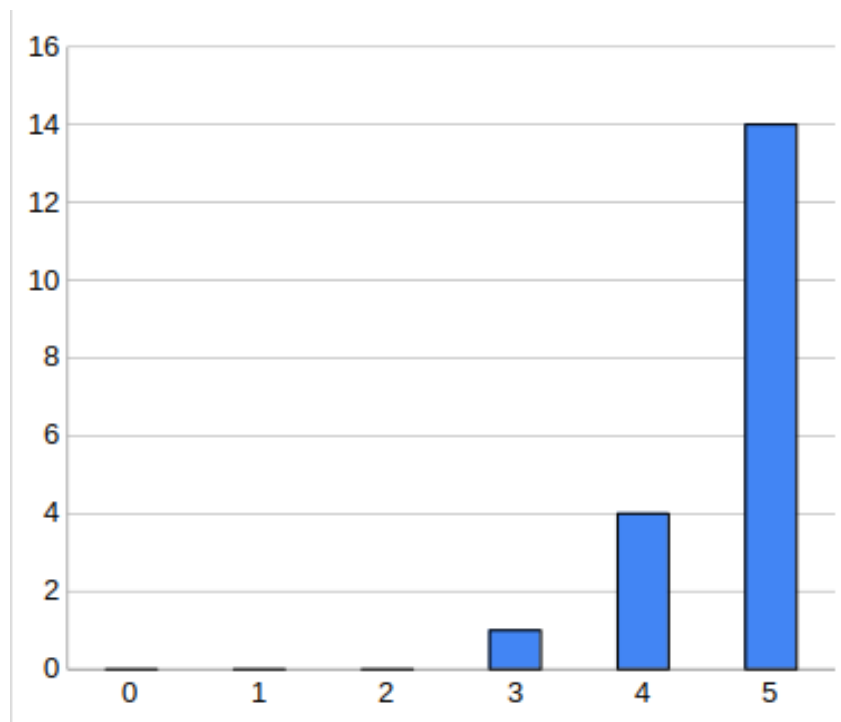
5- How much did the training work on:  
Your ability to be adaptable to different situations



# 7.4 Resultaten van Spanje

5: Tijdens de bijeenkomsten ontwikkelden we activiteiten in verband met improvisatie en het omgaan met omstandigheden die een probleem hadden opgeleverd dat moest worden opgelost. In onze methodologie profiteren we van fouten, problemen en conflicten, omdat we dankzij fouten nieuwe mogelijkheden van kennis en oplossing openen. Conflicten stellen ons ook in staat een mogelijk problematische situatie om te zetten in een nieuwe kans. Deze instrumenten, vanuit een speelse en artistieke benadering, worden dan instrumenten die gebruikt kunnen worden in het persoonlijke leven van de deelnemers en in het integratieproces op de arbeidsmarkt.

## 6- How much did the training work on: Your ability to think creatively

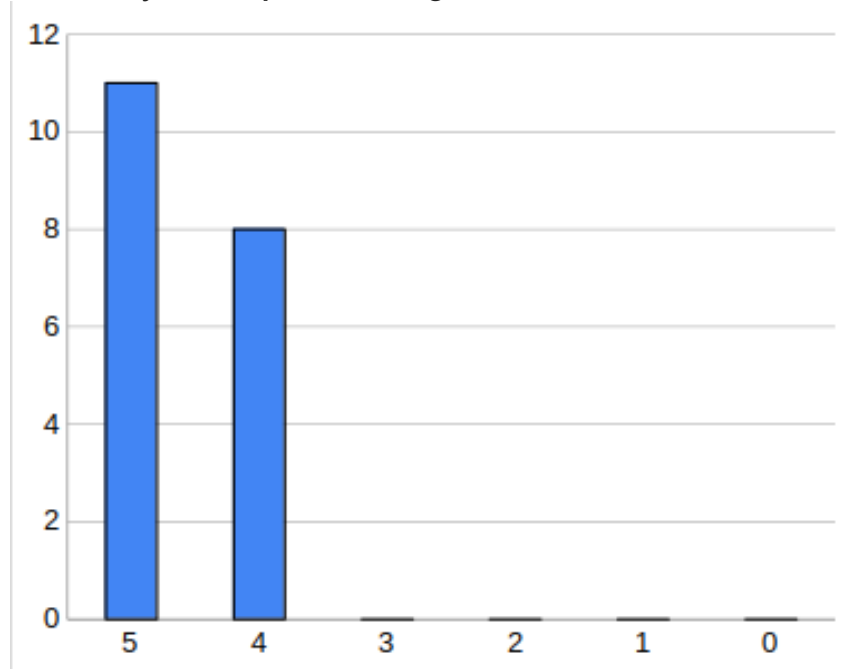


6: Alle deelnemers waren kunstenaars of in kunst geïnteresseerden, onze taak bestond erin activiteiten te vinden en sessies te plannen waarin alle kunsten konden samenkomen. Als trainers werden we creatief en bedachten we nieuwe oefeningen, en tegelijkertijd stimuleerde het de deelnemers om creatief te denken, om verschillende talen te gebruiken om hun verlangens, gedachten of ongemakken te delen, vooral omdat sommigen van hen een nogal conflicterende achtergrond hadden. Creatief denken kwam tot stand.

# 7.4 Resultaten van Spanje

## 7- How much did the training work on:

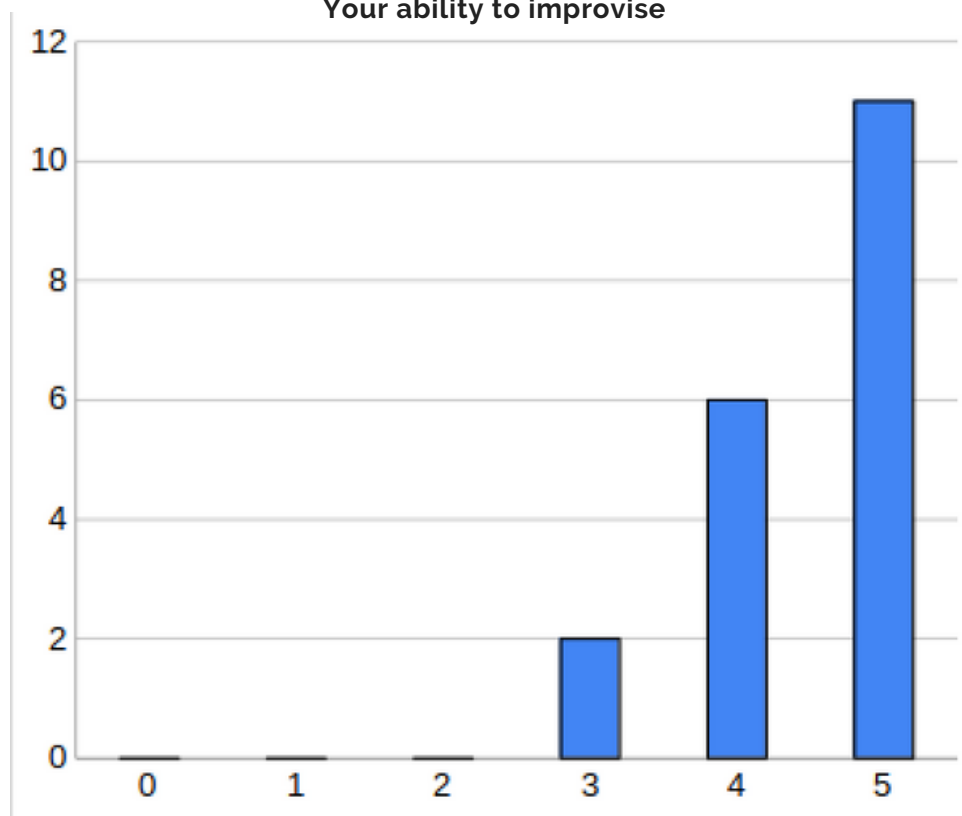
Your ability to be open to change and to new ideas/situations



7: Door middel van de kunsten en onze voorstellen hebben wij getracht een opleiding aan te bieden die gebaseerd is op beginselen voor de ontwikkeling van het denken, teneinde een divergente cognitieve ontwikkeling te bewerkstelligen. Dat wil zeggen, een manier van denken die de logica aanvult die we gewoonlijk gebruiken tijdens onze dagelijkse inspanningen. De instrumenten van de podiumkunsten werden voor ons een sleutel om onszelf flexibeler te maken, en om een dynamiek en een vermogen om omstandigheden op te lossen te bereiken; om onszelf in het spel te zetten en actief deel te nemen.

## 8- How much did the training work on:

Your ability to improvise

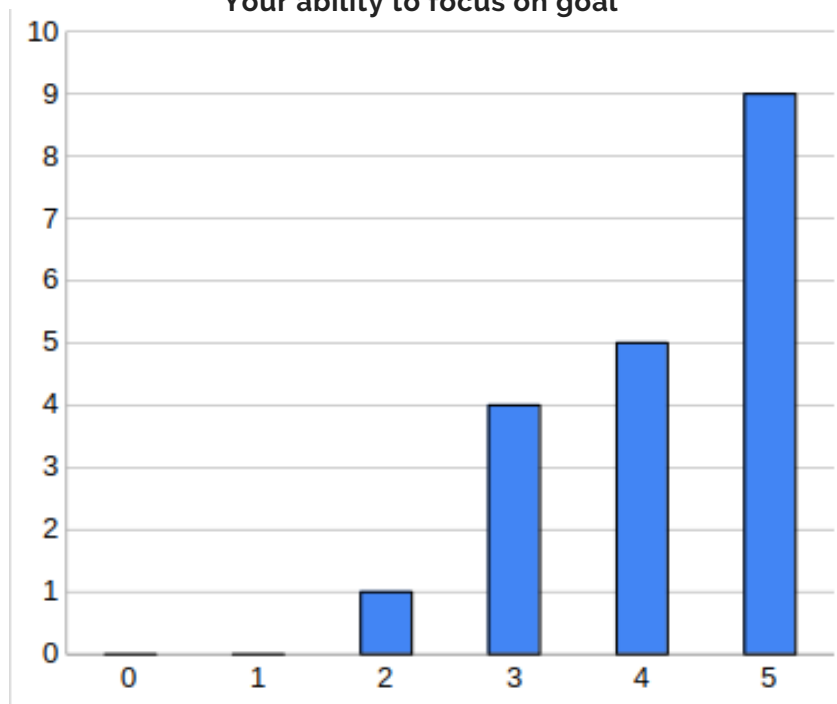


## 7.4 Resultaten van Spanje

8: Een deel van het werk was gericht op improvisatie en creatieve oefeningen. We trainden vooral in probleemoplossing en dit heeft geleid tot de ontwikkeling van een groot improvisatievermogen, maar ook plasticiteit en flexibiliteit van de hersenen als het gaat om het oplossen van problemen en het zoeken naar alternatieven.

**9- How much did the training work on:**

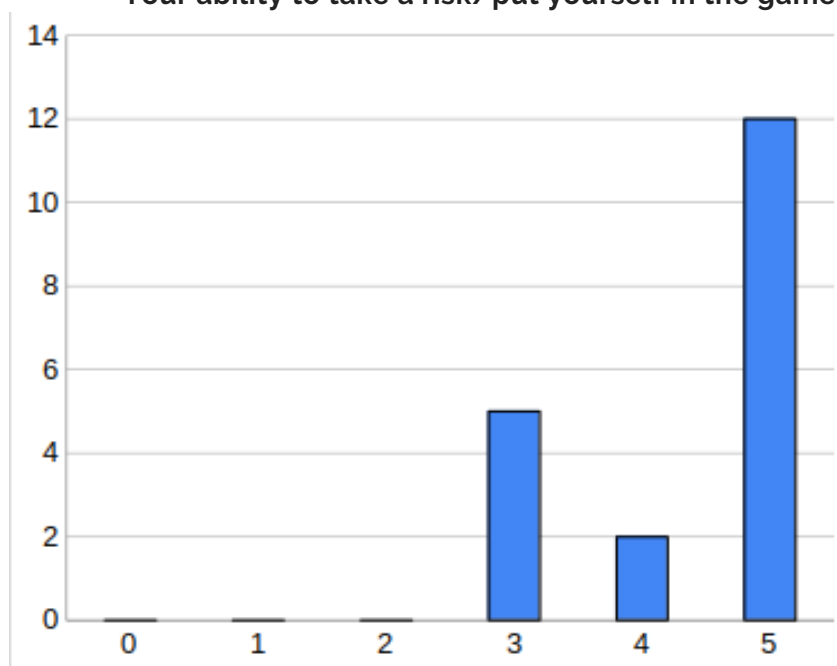
**Your ability to focus on goal**



9: We hebben gewerkt aan het aanbieden van instrumenten om zachte vaardigheden of transversale vaardigheden en artistieke vaardigheden beter te implementeren; dit alles gericht op de doelstelling om arbeidsintegratie binnen de nationale en internationale culturele wereld te vergemakkelijken. De deelnemers hebben begrepen hoe belangrijk het is om een idee te kunnen omzetten in iets concreets. Actie gebruiken om te transformeren.

**10- How much did the training work on:**

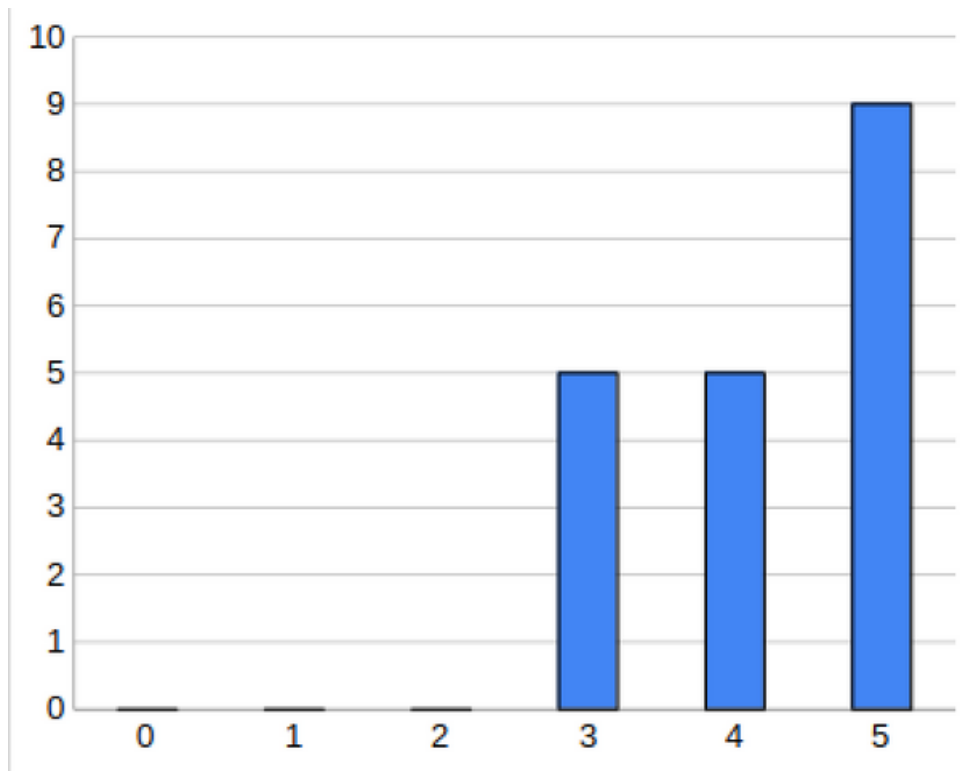
**Your ability to take a risk/put yourself in the game**



# 7.4 Resultaten van Spanje

10: In principe hebben we gebruik gemaakt van toneelspelen en van de situatie dat we ons bijna voor een leegte plaatsen, zo risico's te nemen en naar oplossingen te kunnen zoeken. Voor ons zijn de werkruimte en de trainingssessies plaatsen waar we onszelf voor de mogelijkheid plaatsen om fouten te maken. In de werkruimte zijn fouten niet iets negatiefs, maar een mogelijkheid die zich voor ons opent en ons de kans geeft ons vermogen om naar oplossingen te zoeken te ontwikkelen.

**11- How much did the training work on:**  
**Your awareness of your personal strenghts and weaknesses**

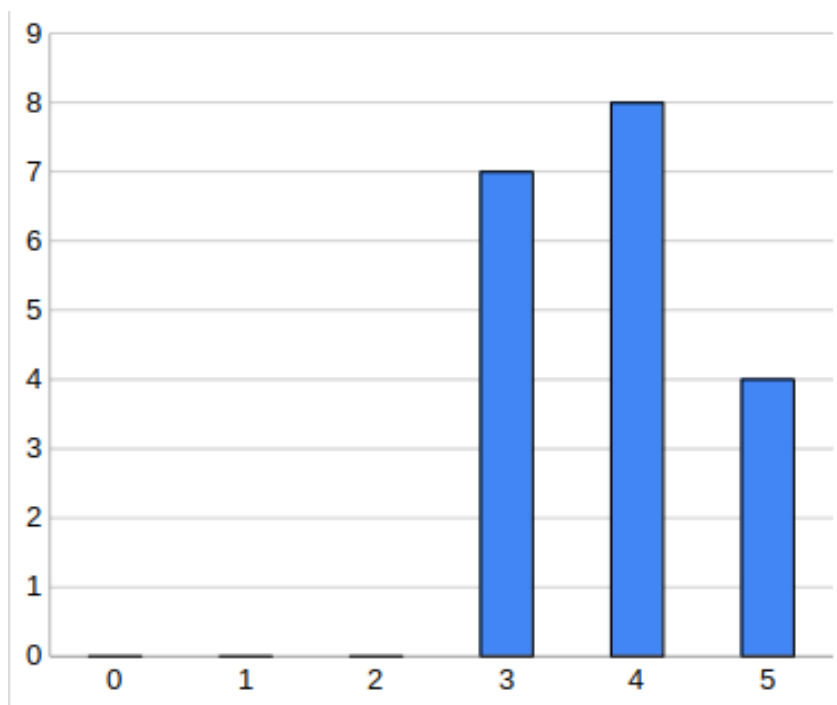


11: De deelnemers konden zich uitdrukken en hun leerproces delen. Het onder woorden brengen van hun ervaringen vergemakkelijkte het begrip van zowel individuele als collectieve processen. Ze konden hun verlangens en persoonlijke projecten met de groep delen door middel van multimediamateriaal, dossiers, geschriften of een uitvoeringsscène. Zo konden ze werken aan hun sterke punten en die van hun partners.



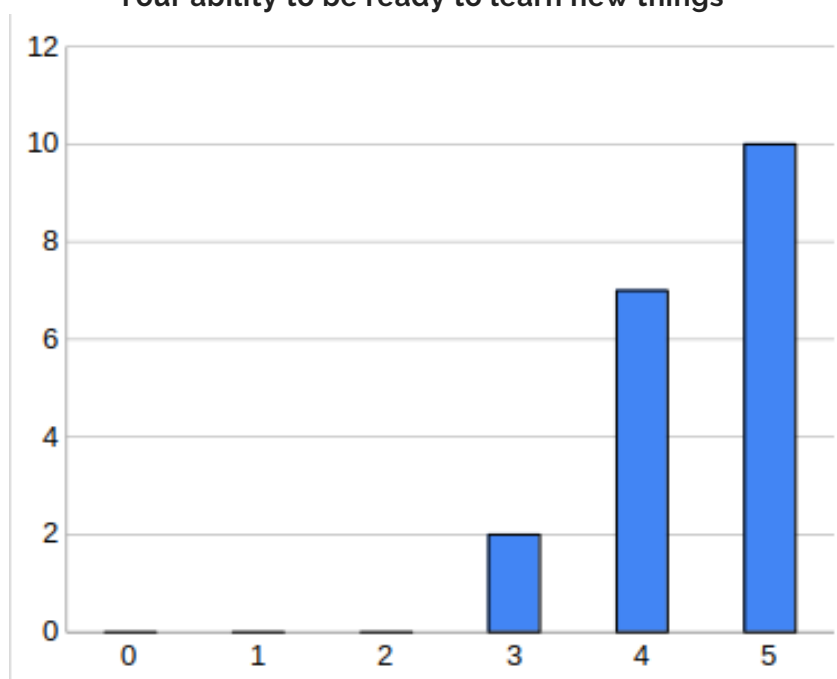
## 7.4 Resultaten van Spanje

**12- How much did the training work on:  
Your awareness of your technical skills**



12: Juist omdat het project niet gericht was op het aanbieden van specifieke technische hulpmiddelen voor elk gebied, is de score voor deze vraag de enige lage. Omdat wij met zo'n grote groep en met zulke verschillende vakgebieden werken, waren wij van mening dat een focus op een technisch niveau en op slechts één vakgebied zou hebben betekend dat sommige deelnemers en ook andere vakgebieden zouden zijn uitgesloten. Daarom hebben wij besloten activiteiten te ontwikkelen die de diversiteit aan expressies en artistieke talen van alle deelnemers omvatten.

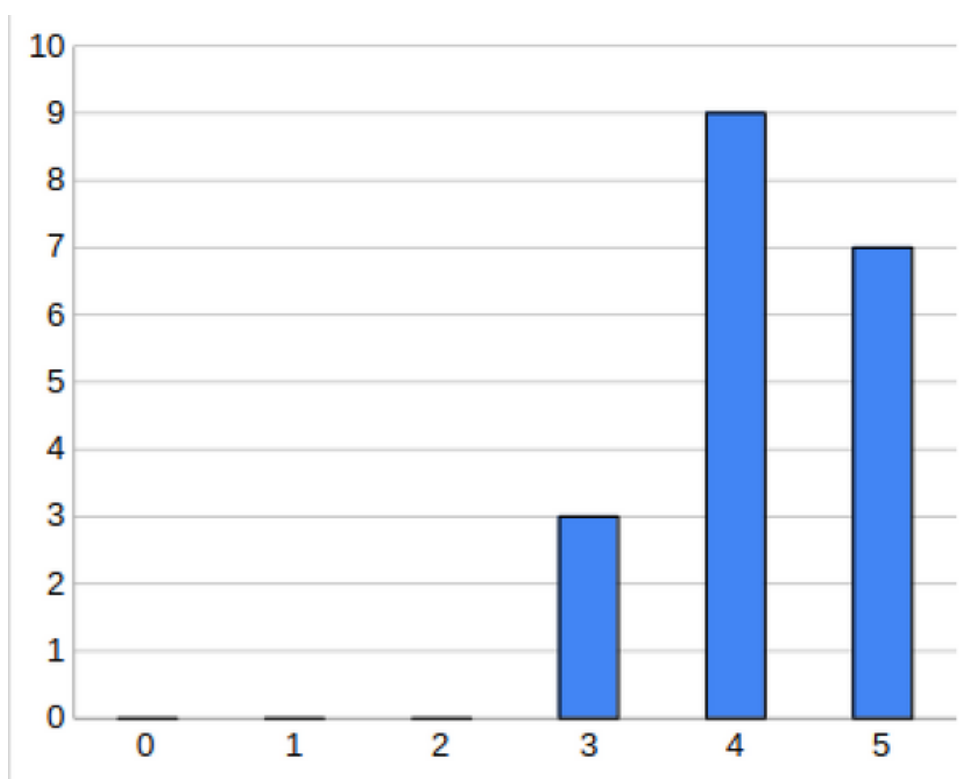
**13- How much did the training work on:  
Your ability to be ready to learn new things**



# 7.4 Resultaten van Spanje

13: Onze trainingsmethode heet Leren leren, wat betekent dat we niet een specifieke vorm of taal leren, maar trainen om het lichaam vrij te maken om expressiever en opener te worden, en ook werken aan de plasticiteit van de hersenen, zodat we klaar zijn om allerlei activiteiten te volbrengen. Klaar ook voor de arbeidsmarkt. We gebruiken verschillende soorten oefeningen en praktijken uit verschillende disciplines die verband houden met podiumkunsten en het lichaam, die nuttig zijn om dit "leren leren" te ontwikkelen, deze voortdurende mogelijkheid om opnieuw uit te vinden, om leren te beschouwen als een essentieel onderdeel van ons transformatieproces.

**14- How much did the training work on:**  
**Your awareness of the artistic/cultural sector in your**  
**territory**



14: Alle deelnemers hebben deze vraag met ja beantwoord, en voor ons is het van grote waarde dat er zo'n grote groep mensen bij betrokken was. Naast het materiële bewijs van deze evaluatie, en samen met de uitvoering van de succesvolle training (die inderdaad ondersteunende netwerken heeft gecreëerd), hebben we het bewijs van het succes van de workshop met de activiteiten die nu worden ontwikkeld in het Match Making Program.

# 8. Partnership

**135**

**SCT\_COREP**

**139**

**NORDISK  
TEATERLABORATORIUM**

**136**

**ZID THEATER**

**149**

**ASOCIACIÓN CULTURAL  
INTEGRA**

**137**

**RESIDUI TEATRO**

# 8.1 SCT\_COREP

Het Sociaal en Gemeenschapstheatercentrum van de Universiteit van Turijn (SCT Centre | UNITO) is een onderzoekscentrum over Sociaal en Gemeenschapstheater (SCT).

SCT Centre voert de volgende activiteiten uit: interdisciplinair en sector overschrijdend wetenschappelijk onderzoek, projecten van culturele innovatie en sociale impact, opleiding en capaciteitsopbouw en evaluatie/supervisie via de SCT-methodologie. SCT Centre verhoudt zich tot het Italiaanse culturele en artistieke erfgoed - dat gebaseerd is op **creativiteit, onderzoek en relaties** - en begeleidt het door middel van zijn methodologie naar de **ontwikkeling van inclusieve samenlevingen en pluralistische gemeenschappen**.

De innovatieve en multidisciplinaire methodologie van SCT is begin 2000 ontwikkeld aan de universiteit van Turijn door Alessandro Pontremoli en Alessandra Rossi Ghiglione. Ze is gebaseerd op de doeltreffendheid van **theater en podiumkunsten in de ontwikkeling van de mens** en van de relaties die ontstaan in alle persoonlijke, professionele en maatschappelijke levensomstandigheden. Het maakt deel uit van een innovatieproces dat te maken heeft met **maatschappij, burgerij en gezondheidsbevordering**.

Volgens SCT is **diversiteit een bron van creativiteit en welzijn**, zowel voor individuen als voor gemeenschappen. SCT beschouwt de ervaring van de mens als een combinatie van fysieke, emotionele en cognitieve ervaringen, in een constante relatie met andere mensen, de omgeving en de cultuur. In het andragogische perspectief van SCT vertegenwoordigen theatertraining en het artistieke proces ervan een zeer educatieve, culturele en sociale ervaring van empowerment en integratie.

Het intergenerationele team van het SCT Centre combineert wetenschappelijke, culturele, artistieke en bestuurlijke expertise dankzij een breed netwerk van samenwerkingsverbanden met wetenschappers, professionals en operators met een masterdiploma in SCT.



Het professionele team van het centrum leidt gemeenschapstheaterprojecten en creëert voorstellingen met lokale gemeenschappen waarbij professionele acteurs, muzikanten en visuele kunstenaars betrokken zijn. In samenwerking met de universiteit van Turijn heeft het SCT-centrum een specifieke methodologie ontwikkeld om de sociale en welzijnsimpact van culturele projecten te evalueren. In samenwerking met de Internationale Organisatie

voor Migratie en andere NGO's, ontwikkelt het centrum theater- en capaciteitsopbouwprojecten in nood- en ontwikkelingssamenwerkingscontexten in Afrika, het Middellandse-Zeegebied en Italië.

Het **partnernetwerk** van het SCT Centre bestaat uit nationale en internationale universiteiten, stichtingen, organisaties met en zonder winstoogmerk, theatergezelschappen en verenigingen. Dit is een belangrijke bron van culturele innovatie, sociale impact, interdisciplinair onderzoek, multilaterale projecten en internationale knooppunten.

## 8.2 ZID THEATER

**ZID Theater - City Arts & Performance Centre is een culturele organisatie, gevestigd in Amsterdam, Nederland.**

In de Balkan betekent het woord "zid" "de muur". Voor ons betekent het het doorbreken en afbreken van de muren tussen mensen door middel van theater.

ZID produceert het jaarlijkse internationale ExploreZ Festival, maakt multidisciplinaire voorstellingen en organiseert projecten samen met kunstprofessionals en nieuw podiumkunsten talent. Het is ook een ontwikkelingscentrum waar theater- en dansopleidingen en een podium voor nieuwe makers, nieuwe performancevormen en eigen producties worden geboden. Een inclusieve aanpak is een streven om kunst en sociale kwesties met elkaar te verbinden. ZID werkt in verschillende domeinen: kunst & cultuur, zorg, sociaal ondernemerschap en onderwijs. Dit is het kader waarbinnen ZID met verschillende doelgroepen projecten produceert waarin urgente maatschappelijke vraagstukken worden aangepakt. Deze werkwijze zet actuele maatschappelijke vraagstukken om in artistieke processen met een brede groep deelnemers uit verschillende doelgroepen. In samenwerking met de kunstenaars leidt dit tot succesvolle resultaten en mooie producties.

### Prijzen

ZID heeft verschillende prijzen ontvangen, waaronder Het Appeltje van Oranje, een jaarlijkse prijs van de Koninklijke Nederlandse Stichting in 2013 en De Gouden Caleidoscoop in 2018 voor het verbinden van kunst, cultuur en samenleving. Karolina Spaic, directeur van ZID, is in 2020 benoemd tot Ridder in de Orde van Oranje-Nassau.

### Internationaal

ZID hecht veel belang aan internationaal werken en ervaringen uitwisselen en heeft getoerd in verschillende landen in Europa, Zuid-Amerika, VS, Rusland, Marokko en het Midden-Oosten. Sinds 2016 organiseert ZID jaarlijks het internationale ExploreZ festival. ([www.explorez.nl](http://www.explorez.nl)).

### Artistiek werk

ZID Theater wil vooral de creatieve kracht van de verborgen stedelijke talenten, migranten en vluchtelingen zichtbaar maken. Met deze stedelijke talenten onderzoeken we ook nieuwe internationale theatertalen.



ZID maakt fysiek, visueel en muzikaal theater met performers met wortels in verschillende landen en culturen. Gezamenlijke training vormt hiervoor de basis, waarbij authenticiteit en de ontwikkeling van een eigen artistieke taal van de makers centraal staan. De voorstellingen komen tot stand door co-creatie, zijn associatief en interdisciplinair, en bestaan uit authentieke ervaringen van de performers. Door de hoeveelheid en diversiteit van de culturele invloeden van de makers zijn de voorstellingen intercultureel, met uitwisseling van theater-, dans- en muziekstijlen.

### Samenwerkingsverbanden

ZID heeft een groot netwerk opgebouwd van culturele partners in Europa en daarbuiten. Elk jaar richten we ons op een aantal partners die inhoudelijk bijdragen aan bijvoorbeeld het internationale ExploreZ festival. Sociale partners zijn ook belangrijk voor ZID, omdat ZID via hen mensen bereikt die niet automatisch met kunst en cultuur in aanraking komen. Het ZID werkt ook samen met verschillende instellingen voor kunstonderwijs.

### Organisatie

De organisatie is opgericht en wordt geleid door theatermakers Karolina Spaic en Sebo Bakker. Sinds 2015 is theatermaker Daan Bosch toegetreden tot het artistieke kernteam. ZID heeft een ensemble van 8 acteurs met wortels in Nederland, Marokko, Indonesië, Colombia en Suriname. De zakelijk leider is Susanne Hazen en er is een team van medewerkers in de organisatie. ZID is gehuisvest in een eigen ruimte in Amsterdam, waar ook het theater en de kantoren zijn.



## 8.3 RESIDUI TEATRO

### 22 jaar onderzoek

**"Eerst de leegte. De val was toen heel hard. We leerden we op te staan en beetje bij beetje te lopen. Nu kunnen we de vlakke, de aarde en de lucht zien en soms zelfs vliegen. Vliegen lijkt zo makkelijk, maar je moet oppassen dat je niet valt en als je valt... eerst de leegte... de val was erg hard".**

Laboratorio internacional Residui Teatro werd in 2000 in Rome opgericht. Het enthousiasme van de leden van het gezelschap voor andere culturen en landen en hun nomadische impulsen brachten hen in 2007 naar Spanje. Het gezelschap produceert shows en voorstellingen voor een publiek van alle leeftijden en welzijn. Ze hebben ook twee internationale opleidings centra geopend, Artigianato Teatrale in Italië en Centro de Artesanía de las Artes Escénicas in Spanje. Ze hebben hun eigen pedagogische methodiek ontwikkeld via workshops en masterclasses, gebaseerd op fysiek theater, zang, dans, zintuiglijk theater en speelse interactie.

Residui creëert en werkt samen in internationale netwerken van kunstenaars die betrokken zijn bij dit idee van kunst als instrument voor transformatie en dialoog. Onder andere: "La paz es una obra de arte", Peace is a Work of Art, Magdalena Project, "Playing the difference", "Un Puente entre dos mundos" - A Bridge Between Two Worlds. Het biedt artist-in-residence programma's en heeft haar voorstellingen opgevoerd en workshops voltooid, in meer dan 25 landen in Europa, Amerika, Afrika en Azië.

Het gezelschap heeft theaterprojecten gecreëerd in niet-conventionele ruimtes, in conflictgebieden en ook in plattelandsgebieden; het co-produceert en werkt samen met internationale kunstenaars en groepen; ze werken mee aan samenwerkingsprojecten in de Sahrawi-vluchtelingenkampen en in kwetsbare gebieden in Spanje, Italië, Mexico, Peru, Colombia, Argentinië, Uruguay, Nicaragua, Salvador en India.

Met haar jarenlange ervaring heeft Residui Teatro meer dan twintig toneelstukken en talrijke voorstellingen geproduceerd. Als thema voor haar artistieke creaties kiest zij de scenische transformatie van hedendaagse gebeurtenissen, verzwegen conflicten en problemen die de interesse van een gemeenschap opwekken, of als ze van maatschappelijk belang zijn. Het is een theater van en voor het holistische lichaam van de persoon en voor de gemeenschap, dat herinnering, behoefte en verlangen met elkaar verbindt.



Een lichaam klaar voor theater dat verhalen vertelt uit het kwetsbare, alledaagse leven. Een theatraal discours om met de kleine en grote tegenstellingen van vandaag de confrontatie aan te gaan, met als doel persoonlijke en maatschappelijke transformatie. Residui Teatro positioneert en promoot een theater dat wil deelnemen aan het proces van creatie, inclusie, bewustwording, menselijke samenwerking en persoonlijke en sociale ontwikkeling. Residui Teatro definieert zichzelf als "een groepstheater" en kiest ervoor haar werk te wijden aan het creëren/samenwerken met verschillende artistieke en sociale gemeenschappen. De inzet van haar leden, medewerkers, vrienden en collega's is georganiseerd op verschillende gebieden: productie van voorstellingen en festivals, pedagogie en leerprocessen, onderzoek/schrijven en sociaal-culturele projecten. Alle activiteiten worden ontwikkeld voor mensen van alle leeftijden, achtergronden en welzijn. De organisatie is momenteel gevestigd in Madrid en beheert het Centro de Artesanía de las Artes Escénicas: een ruimte voor artistieke en persoonlijke groei, voor reflectie, creatie, onderzoek en de ontwikkeling van kritisch denken, waardoor het individu zijn/haar weg kan vinden in de kunst als motor voor persoonlijke en sociale transformatie; een ruimte die open en toegankelijk is voor iedereen. Residui Teatro steunt het idee dat podiumkunsten een persoonlijke en gemeenschapstransformatie inhouden en in de praktijk bijdragen aan de vorming, genezing, veerkracht en verzoening van het individu en de gemeenschap. De naam RESIDUI TEATRO is geïnspireerd op een kort verhaal, "Text in a Notebook" van Julio Cortazar. Het is een idee uit Cortazars universum, van dingen die onder onze ogen veranderen, soms zelfs zonder dat we het beseffen, en wat overblijft na de transformatie is het residu, het tastbare bewijs dat de dingen wel degelijk veranderen.



## 8.4 NORDISK

# TEATERLABORATORIUM

**Nordisk Teaterlaboratorium/ Odin Teatret werd in 1964 opgericht in Oslo, Noorwegen, en verhuisde in 1966 naar Holstebro (Denemarken), waar de naam veranderde in Odin Teatret/Nordisk Teaterlaboratorium.**

Vandaag zijn de 40 leden afkomstig uit elf landen en vier continenten. De activiteiten van Odin Teatret/Nordisk Teaterlaboratorium omvatten eigen producties van Odin die ter plaatse en op tournee in Denemarken en daarbuiten worden gepresenteerd; "barters" met diverse milieus in Holstebro en elders; organisatie van ontmoetingen voor theatergroepen; het ontvangen van andere theatergroepen en ensembles; onderwijsactiviteiten in Denemarken en daarbuiten; het jaarlijkse Odin Week Festival; publicatie van tijdschriften en boeken; productie van didactische films en video's; onderzoek naar theaterantropologie tijdens de sessies van ISTA (de Internationale School voor Theaterantropologie); periodieke voorstellingen met het multiculturele Theatrum Mundi Ensemble; samenwerking met het CTLS, Centre for Theatre Laboratory Studies van de Universiteit van Århus; de Festuge (feestweek) in Holstebro; het driejaarlijkse festival Transit gewijd aan vrouwen in het theater; OTA, het levend archief van het geheugen van Odin Teatret; WIN, Workout for Intercultural Navigators; artists in residence; coproducties; kindervoorstellingen, tentoonstellingen, concerten, rondetafelgesprekken, culturele initiatieven, transformatieve processen en gemeenschapswerk in Holstebro en de omliggende regio.

De 54 jaar van Odin Teatret als laboratorium hebben geleid tot de groei van een professioneel en wetenschappelijk milieu dat wordt gekenmerkt door interdisciplinaire inspanningen en internationale samenwerking. Een onderzoeksgebied is ISTA (International School of Theatre Anthropology) dat sinds 1979 is uitgegroeid tot een performersdorp waar acteurs en dansers samenkomen met wetenschappers om de technische grondslagen van hun scenische aanwezigheid te vergelijken en onder de loop te nemen. Wij tellen 40 permanente medewerkers, 24 voltijdse equivalenten, voor administratie, uitvoering en productie van festival en nieuwe evenementen, 20 kunstenaars in residentie, 20 vrijwilligers uit lokale gemeenschappen. Gastonderzoekers en een beurs uit alle delen van de wereld die Odin Teatret Archives (OTA) bezoeken voor onderzoek in theaterantropologie.

**N O R D I S K  
T E A T E R  
L A B O R A T O R I U M**



**Contraria Sunt Complementa**



# 8.5 INTEGRA ASOCIACIÓN CULTURAL

Integra werd in 2004 opgericht in A Coruña als een initiatief van jongeren die geïnteresseerd zijn in sociale integratie en Europese samenwerking. Integra gelooft dat persoonlijke en sociale ontwikkeling niet mogelijk is zonder kennis en organisatie van andere sociale en culturele realiteiten in de landen van de Europese Unie. De doelstellingen van Integra zijn het verbeteren van de kennis van de Europese Unie en van de instrumenten die de jongsten ter beschikking staan, om zo meer begrip en sociale cohesie te bevorderen. Wij willen ook de mobiliteit tussen landen vergroten, internationale samenwerking en wederzijdse culturele verrijking bevorderen en vrijwilligerswerk stimuleren.

Wij zien vrijwilligerswerk als een interculturele activiteit gebaseerd op solidariteit en gelijkheid. Om deze doelstellingen te bereiken, werkte en werkt Integra via verschillende mobiliteitsprogramma's zoals Erasmus+, het programma Erasmus voor jonge ondernemers, Grundtvig en andere internationale projecten en het sociale project "Lernen und Arbeiten in Europa" van de Duitse Bondsrepubliek.

Meer in het bijzonder bevordert Integra de internationale mobiliteit van jongeren en volwassenen.

Asociación Cultural Integra werkt op lokaal, regionaal en nationaal niveau samen met centra voor volwassenenonderwijs en vakbonden, scholen, ondernemingen, overheidsinstanties en diverse partnerorganisaties op het gebied van onderwijs en beroepsopleiding. Het partnerschap erkent de sociale waarde van transnationale mobiliteit en garandeert een positief lokaal resultaat.

Daarom beschikt Integra over een sterk netwerk van partners met ruime ervaring in de uitvoering van succesvolle onderwijs- en werkgelegenheidsprogramma's op Europees niveau. Integra biedt ook administratieve/logistieke ondersteuning voor het beheer van de stages (certificeringen, leerovereenkomsten, opleidingssessies in beroepsonderwijs en -opleiding, enz. We ondersteunen ook andere ngo's en verenigingen die een Europees project willen indienen op het gebied van mobiliteit, jeugd en cultuur.



# 9. Credits

## **ZID Theater - City Art & Performance Centre, Nederland**

**Artistiek directeur:** Karolina Spaic

**Coördinator/ trainer:** Sebo Bakker

**Trainers:** Daan Bosch, Naima Baraka

**Tekst:** Karolina Spaic, Sebo Bakker

**Fotografie:** Maria Morales, Karolina Spaic, Ibrahim Selek

**Video:** Rodolfo Vejar

**Zakelijk leider:** Susanne Hazen

**Office manager:** Sofia Aranguena

**Vertaling:** Maria Mihaela Lungu

**Deelnemers aan de opleiding/ training:** Abdulkadir Tufan, Andrina Omar, Aya Bini, Nivin Baranbo, Talal Nashawi, William Simonyan, Issam Zemmouri, Bboy TheShadow, Zaher Hamzat, Kim Herman, Odai Alhayek, Semere Welday, Marthe van Brankhorst, Kiki Raya, Alan Hasan, Muhammad Husein, Delal Yuce, Margelo Tsjitahjan, Sevde Yildirim, Fifi Alafchari, Ibrahim Ahmed, Rosa Maria Id.

[www.zidtheater.nl](http://www.zidtheater.nl)

## **COREP - Social Community Theatre Centre, Italië**

**Methodologisch supervisor:** Alessandra Rossi Ghiglione

**Projectleider:** Maurizio Bertolini

**Coördinator en trainer:** Elena Cangemi

**Trainer:** Viola Zangirolami

**Tekst:** Maurizio Bertolini, Elena Cangemi

**Video:** Marcos Dornelez

**Fotografie:** Marcos Dornelez, Sayed Mahamoud Elnafrawy, David Mihaescu

**Deelnemers aan de opleiding:** Abdelrahman Sayed Mahamoud Elnafrawy, Arduino Beata Enrico, Dorneles Marcos, Doumbia Siaka, Konate Saluma, Mihaescu David, Rahmati Saeid, Tarahomi Leyla,

[www.socialcommunitytheatre.com](http://www.socialcommunitytheatre.com)

## **Laboratorio Internacional Residui Teatro, Spanje**

**Artistiek directeur en administratie:** Gregorio Amicuzi

**Coördinator/ trainer/ projectmanager/tekstschrijver:** Viviana Bovino

**Trainers:** Gregorio Amicuzi, Eirini Sfyri

**Onderzoekers:** Denis Lavie, Viviana Bovino

**Fotografie:** Andre Roldan, Eirini Sfyri, Belen Monterroso Barrado

**Video:** Gregorio Amicuzi, Eirini Sfyri, Audrey Sánchez Elliott

**Realisatie van interviews, analyse van data, contact met organisaties:** Denis Lavie

**Vertaling:** Celia de Juan

# 9. Colophon

**Deelnemers aan de opleiding:** Mariel Martinez, Katherine López Becerra, Andreina Salazar, Eva Losada, Norma Del Rosario, Jorge horacio Moncada, Beski Salem, brahim Alhaaj, Xiomara Suarez, Andre Roldán Arango, Suzanne Dakdouk, Nancy Cinseros, María Luisa Bringas Campos, Ulises Amado Vargas Gamboa, Astrid Yohana Parra Ospina, Cristina Fernández, Sol Díaz Chaparro, Marta Cavassa Martínez, Bella Aboulafia, Ilaria Errigo, Santiago Claramonte, Carlotta Storelli, Nur Cali, Giulia Varotto.

[www.residuiteatro.com](http://www.residuiteatro.com)

**Nordisk Theater Laboratorium, Denemarken**

**Artistieke coördinatie:** Carolina Pizarro en Luis Alonso

**Projectmanager:** Barbara Manighetti

[www.ntl.dk](http://www.ntl.dk)

**ASOCIACIÓN CULTURAL INTEGRAL, Spanje**

**Projectleider:** Almudena Fernandez Martinez

**Ontwerp handboeklay-out:** Giulia Pititto

[www.integracoruna.com](http://www.integracoruna.com)



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

