

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

OVER MEZELF

STADIUM VAN ACTIVITEIT

TIJD

FASE 1: Maak kennis met

20/60 minuten

MATERIAAL

Post it - Pennen

BESCHRIJVING

Elke deelnemer schrijft 3 zinnen over zichzelf, waarvan er één vals is.

Deelnemers lopen door elkaar in de ruimte. Wanneer ze iemand tegen het lijf lopen, verdelen ze zich in paren, en moeten ze van elkaar raden welke zin vals is.

1° ronde

"3 zinnen over hobby's, smaken of acties die ik graag doe, waarvan er één onjuist is. Geen vragen, alleen maar raden!"

5 minuten om de zinnen voor te bereiden en 10 minuten om te spelen.

2° ronde

"3 plekken die voor mij belangrijk zijn of die ik het leukst vind. Raad eens welke vals is. Je kunt me vragen stellen!"

5 minuten om na te denken over plaatsen en 10 minuten om te spelen.

3° ronde

"3 korte verhalen over mijn naam. Ik vertel je de verhalen, je raadt maar welke waar is. Dan moet je alle drie de verhalen vertellen aan de rest van de groep, en de groep moet raden door te stemmen wat het ware verhaal van mijn naam is."

5 minuten om de verhalen voor te bereiden en 25 minuten om te vertellen.

Voor meer rondes kan je zelf nieuwe dingen verzinnen die onwaar zijn.

DEBRIEFING ELEMENTEN

"Was het moeilijk?" - "Heb je iets nieuws over jezelf ontdekt?" - "En hoe zit het met andere mensen?"

[Deelnemers beginnen de naam aan de persoon te koppelen, dankzij persoonlijke smaak, meningen en kenmerken.]

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

INTERACTIEVE PORTRETTE

STADIUM VAN ACTIVITEIT

TIJD

FASE 1: Maak kennis met

Ongeveer 30 minuten

MATERIAAL

- Muziek en luidsprekers
- Potloden, stiften en A4 white papers voor iedereen

BESCHRIJVING

Iedereen pakt een papier en schrijft er alleen zijn naam op.

De deelnemers gaan in kleine stapjes het portret van iemand anders tekenen.

Wanneer de muziek wordt afgespeeld, worden de papieren zo snel mogelijk rondgegeven.

Als de muziek stopt heb je het papier met iemands naam in je hand en teken je een deel van het portret van die persoon. De tekening is in stappen.

Eerst alleen de vorm van het hoofd, 2e ronde alleen het haar, 3e ronde teken je alleen de oren, 4e ronde alleen de ogen..... enz. Totdat je het hele portret hebt voltooid. Uiteindelijk krijgt de persoon zijn eigen portret terug, getekend door een heleboel andere mensen.

Voor het passeren van het papier tussen de rondes door kun je verschillende opdrachten geven:

Bijvoorbeeld naar achteren, het papier met gesloten ogen passeren, onder je benen door, supersnel of in slow motion. Je kunt zelf bedenken wat er mogelijk is.

Ook kun je een muziekvideo op YouTube afspelen met 0,5x snelheid voor het slow motion-effect.

Als iedereen klaar is, mag iedereen zijn portret houden

DEBRIEFING ELEMENTEN

Als je klaar bent kun je de deelnemers vragen hoe het was.

- Wat was een uitdaging?
- Wat was makkelijk?
- Onthouden ze nu de naam van iemand beter?

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

BEELDEN

STADIUM VAN ACTIVITEIT

TIJD

FASE 2: Het thema

10/40 min.

MATERIAAL

/

BESCHRIJVING

Werk in twee of meer groepen, op basis van het aantal deelnemers. De ene groep kiest een onderwerp of situatie voor de andere groep, waardoor het met de beeldenoefening op het podium komt te staan. Elke deelnemer neemt een vaste positie in met het lichaam op basis van wat ze voelen wanneer ze over het onderwerp nadenken. Woorden, geluiden of bewegingen zijn niet toegestaan. Gewoon een pose en een gezichtsuitdrukking.

EXTRA FASE:

De facilitator zegt: "De eerste keer dat ik me buitengesloten voelde, was..." en elke deelnemer antwoordde door de positie in te nemen.

DEBRIEFING ELEMENTEN

"Wat werkte niet en maakt geen *opname* mogelijk?" - "Wat vind je van de scène?"
Na de oefening kunnen alle deelnemers op een gedeelde manier het thema kiezen.

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

ZAPPEN!

STADIUM VAN ACTIVITEIT	TIJD
-------------------------------	-------------

FASE 2: Het thema	10 min.
-------------------	---------

MATERIAAL

/

BESCHRIJVING

Deelnemers worden verdeeld in groepen van vijf leden. Elke groep vertelt een verhaal over een specifiek onderwerp. De deelnemers staan op een rij en hurken: de facilitator geeft het commando <i>zap!</i> aan een van de deelnemers die opstaat en een stukje van het verhaal vertelt, totdat de facilitator een andere deelnemer belt met de <i>zap!</i> bevelen. Het spel gaat door totdat iedereen minstens twee beurten heeft voltooid.
--

DEBRIEFING ELEMENTEN

"Wat werkte niet en maakt geen <i>opname</i> mogelijk?" - "Wat vind je van de scène?" Na de oefening kunnen alle deelnemers op een gedeelde manier het thema kiezen.

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

Het Dorp

STADIUM VAN ACTIVITEIT

TIJD

FASE 2: Het thema

10 - 30 min

MATERIAAL

Beperkte oppervlakte

BESCHRIJVING

Het dorp is een activiteit die sociaal presencing theater wordt genoemd. Het woord presencing is een combinatie van aanwezigheid en pre-sensing. Het maakt deel uit van de Theory U. Het dorp is een oefening om met alle zintuigen te luisteren en op de meest natuurlijke manier met elkaar om te gaan, zonder er te veel over na te denken. Mensen in een ruimte brengen niet alleen om los te laten, maar ook om te laten komen (wat er ook komt) Het doel is om in een groep als sociaal lichaam te ervaren, te voelen en te experimenteren. Social presencing is vooral gericht op luisteren met al je zintuigen en het nodigt deelnemers uit om een nieuwe mindset en nieuw soort verbindingen met mensen in de buurt te creëren. 1: Leg de activiteit en het concept uit

2: je kunt beginnen met een 'warming up oefening' waarbij iedereen op de grond ligt en 10 -30 seconden de tijd nemen om van liggen naar staan te gaan. Mensen moeten gefocust zijn op hun lichaam en hun geest en gedachten niet de beweging laten beheersen... gewoon doen wat het goed voelt.

2: 20 minuten sociaal presencing theater. In elke 'ronde' of fase van het dorp zijn er verschillende soorten dingen die mensen kunnen doen. In fase één is het liggen, zitten en staan (en daarbinnen in stilte of beweging zijn). Geen directe routinematige interactie (in de ogen kijken, naar elkaar glimlachen, etc.). In fase twee kunnen mensen misschien ook dansen. In fase 3 zou je de groeten kunnen toevoegen (kleine begroetingsbeweging, zoals een boog, of een kleine tik op de schouder, met direct oogcontact

3: het debriefen van de activiteit en hoe luisteren met alle zintuigen nieuwe interessante interacties creëert., het bespreken van de gevoelens, maar ook de 'uitnodigingen' die zagen/voelden en hoe we reageerden. Ook de waarnemer geeft zijn/haar observaties terug.

DEBRIEFING ELEMENTEN

Als je klaar bent kun je de deelnemers vragen hoe het was.

- Hoe was het?
- Wat was makkelijk/moeilijk?
- Wat was uw communicatie?
- Je voelde je opgenomen/buitengesloten?
- Wat is er gebeurd?

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

OMGEKEERDE VERHALEN

STADIUM VAN ACTIVITEIT	TIJD
-------------------------------	-------------

FASE 2: Het thema	10 min.
-------------------	---------

MATERIAAL

/

BESCHRIJVING

De deelnemers, verdeeld in groepen, vertellen een sprookje of een bekend verhaal waarin echter enkele elementen veranderd zijn ten opzichte van het thema (bullisme, LGBTQIA+, racisme, vervuiling ecc...).

DEBRIEFING ELEMENTEN

"Wat blijft hangen en maakt geen <i>opname</i> mogelijk?" - "Wat vind je van de scène?" Na de oefening kunnen alle deelnemers op een gedeelde manier het thema kiezen.

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

HET PAD VAN DE PERSONAGES

STADIUM VAN ACTIVITEIT	TIJD
-------------------------------	-------------

FASE 3: Personages	40 min.
--------------------	---------

MATERIAAL

Pennen - Vellen papier

BESCHRIJVING

Deelnemers schrijven een lijst met personages met verschillende kenmerken: leeftijd, geslacht, seksuele geaardheid, sociale klasse, enz. De personages zijn geschreven op kleine vellen: elke deelnemer tekent er willekeurig een, zonder deze aan de anderen te onthullen. Daarna komt iedereen op een lijn. De facilitator zegt een reeks acties en elke deelnemer, op basis van zijn/haar karakter, als hij/zij die specifieke actie kan uitvoeren zet een stap vooruit, anders blijft hij/zij stil.

DEBRIEFING ELEMENTEN

Aan het einde van de acties begint de discussie over de posities van elk personage:
"Hoe voel je je?" - "Waarom zijn je personages zo?" - "Wat zijn de verschillen tussen personages?"

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

Foto storytelling

STADIUM VAN ACTIVITEIT

FASE 3: Personages

TIJD

Ongeveer 45 minuten

MATERIAAL

- Enkele interessante, mystieke, rare of grappige foto's (3 of 4), waarbij het volstrekt onduidelijk is wat er op de foto staat of waarom de foto is gemaakt.
- Computer met een projector om de foto's of foto's meerdere keren (één voor elke groep of persoon) op papier te laten zien.
- Pennen en papier om voor iedereen te schrijven

BESCHRIJVING

Deze activiteit kan in paren of individueel worden gedaan. De facilitator kan dit beslissen op basis van de groep, of de deelnemers kunnen dit zelf bepalen.

Toon een van de foto's op de projector of geef de personen/groepen de afgedrukte foto.

Geef elke persoon / groep pennen en papieren en vraag hen om in 5-10 minuten een kort verhaal te schrijven over wat er op de foto staat. Vraag ze om hun creativiteit te gebruiken. Als hulp kun je de deelnemers vertellen dat de foto misschien het einde van een verhaal, het begin of de climax is. Stimuleer ze om te denken aan iets magisch dat rond dit beeld gebeurt, zodat ze niet iets te rationeel schrijven.

Herhaal dit met meer foto's. Het is mogelijk om tussendoor van groep te wisselen, zodat deelnemers ook met andere mensen kunnen samenwerken.

DEBRIEFING ELEMENTEN

Als je klaar bent kun je de deelnemers vragen hoe het was om de activiteit te doen.

- Was het makkelijk of moeilijk?
- Vonden ze zichzelf creatief of niet?
- Wat was iets op de foto dat hen de eerste aanzet gaf voor een nieuw verhaal?
- Kunnen ze iets van verhaaltheorie verbinden met hun verhaal?

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

PHOTO STORYTELLING (BASISVERSIE)

STADIUM VAN ACTIVITEIT

TIJD

FASE 4: Locaties

40 min.

MATERIAAL

Foto's (digitaal of bedrukt) - Pennen - Vel papier

BESCHRIJVING

Deelnemers zien enkele foto's van verschillende plaatsen. De taak van de deelnemers is om een kort verhaal en een titel te maken, uitgaande van de suggesties die de foto hen geeft.

Een nuttige suggestie is om zoveel mogelijk details te observeren, ze kunnen helpen bij de uitvinding van het verhaal.

Elke plaats bevat fundamentele elementen die een verhaal kenmerken: het suggereert een *sociale context*, een *chronologische tijd* en een *geografische positie* (realistisch of fantastisch).

Interessant om te beginnen met een foto die een persoon van achteren of niet erg herkenbaar presenteert, zodat hij meer personages kan worden, afhankelijk van het standpunt van de deelnemer: een menselijke figuur of iets dergelijks in een foto kan de constructie van een verhaal gemakkelijker maken. Om deze reden kan de tweede foto een plaats zijn die geen tekens heeft, maar alleen objecten of omgeving. Op deze manier kan het maken van een verhaal lastiger zijn, maar heeft de deelnemer nog meer vrijheid van interpretatie.

DEBRIEFING ELEMENTEN

"Waarom heb je die plek gekozen?" - "Welke elementen in de foto suggereerden precies die context / tijd / tekens? Waarom?" - "Als deze foto een kader uit je film was, waar zou het dan in de tijdlijn van je verhaal staan?"

Leg elk interessant element van het verhaal van de deelnemers vast om een discussie over de "plaats" te creëren: in feite bevat een plaats al veel nuttige informatie over *sociale context*, *chronologische tijd* en *geografische positie* (realistisch of fantastisch).

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

Photovoice Verhalen vertellen

STADIUM VAN ACTIVITEIT

TIJD

FASE 4: Locaties

Ongeveer 60 minuten

MATERIAAL

- Een paar verschillende speelgoedfiguren. Genoeg voor iedereen om een goede keuze te hebben
- Iedereen of elke groep moet een camera hebben (normale of smartphonecamera)
- Projector om de foto's later te presenteren.

BESCHRIJVING

Deze activiteit kan individueel of in paren worden gedaan. Deelnemers kunnen zelf bepalen wat hun voorkeur heeft.

Vraag elke persoon of elk paar personen om een of meer speelgoedfiguren te kiezen die ze voor de activiteit willen gebruiken.

Vertel de deelnemers om de speelgoedfiguur te gebruiken om nieuwe locaties, interacties en perspectieven te creëren. Misschien is iets heel klein, maar als je er een kleiner figuur naast zet, wordt het iets groots. Vertel ze ook dat ze kunnen kijken naar hoe hun figuur kan interageren met de omgeving of hoe de aanwezigheid van de figuur de omgeving verandert. Vertel ze om echt met een 'creatief' oog te kijken en op zoek te gaan naar verhalen in een foto die ze zien.

Vraag de deelnemers om vervolgens een foto te maken van deze setting of interactie. Je kunt ze de opdracht geven om één foto, meer foto's of zelfs een verhaal te maken in een serie foto's. Of geef deelnemers gewoon de vrijheid om zelf te kiezen.

Vraag deelnemers om je de foto's te sturen. U kunt een galerij met afgedrukte foto's maken, een diavoorstelling maken van de foto's op een projector of de foto's afdrukken voor de deelnemers.

Je kunt beslissen of je de deelnemers wilt vragen om het verhaal van de foto te delen of het gewoon voor ieders verbeelding wilt laten.

DEBRIEFING ELEMENTEN

Als je klaar bent kun je de deelnemers vragen hoe het was om de activiteit te doen.

- Was het makkelijk of moeilijk?
- Hoe voelden ze zich om het te doen?
- Zijn ze op zoek gegaan naar verhalen of hebben de verhalen ze gevonden?
- Hoe veranderden de cijfers de locaties of omgeving?
- Hoe beïnvloedt locatie of omgeving hun verhalen?

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

HET MAGISCHE OBJECT

STADIUM VAN ACTIVITEIT	TIJD
-------------------------------	-------------

FASE 5: Objecten	10 min.
------------------	---------

MATERIAAL

Een of meer veelvoorkomende objecten

BESCHRIJVING

Generiek magisch item - Elke deelnemer neemt hetzelfde gemeenschappelijke object en probeert het gebruik ervan op een creatieve manier na te bootsen, terwijl de anderen proberen te raden wat het is.

Thematisch magisch item - Elke deelnemer neemt hetzelfde gemeenschappelijke object en probeert het gebruik ervan op een creatieve manier na te bootsen, terwijl de anderen proberen te raden wat het is.

DEBRIEFING ELEMENTEN

"Het was moeilijk?" - "Waarom?" - "Wie zou de eigenaar van het object kunnen zijn?" - "Hoe kun je dit object in het echte leven gebruiken?"

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

MAGISCHE OBJECTEN & SUPERKRACHT IMPROV

STADIUM VAN ACTIVITEIT

TIJD

FASE 5: Magisch Object & Superkrachten

Ongeveer 60 minuten

MATERIAAL

- Een mooie ruimte voor beweging met voldoende ruimte voor alle mensen
- Enkele voorbereide warming-up improvisatie activiteiten
- Muziek en luidspreker

BESCHRIJVING

Eerst begin je met wat improvisatie warming-up activiteiten. Er zijn veel van deze kleine activiteiten die je alleen kunt vinden. Het kunnen activiteiten zijn met bewegingen, energie krijgen in de groep, elkaars bewegingen volgen, objecten of bepaalde omgevingen afbeelden.

Normaal gesproken is het goed om ongeveer 30 minuten aan verschillende kleine activiteiten te hebben die niet veel acteerwerk vereisen. Dit kan mensen die een beetje verlegen zijn of niet echt van improviseren houden echt helpen.

Als je echt opgewarmd bent, vraag je de groep om in een grote cirkel te gaan staan. Vraag één persoon om in de cirkel te stappen en aan een normaal object te denken en uit te voeren wat het is. De andere deelnemers moeten raden wat het is. De persoon die goed gokt, gaat vervolgens de cirkel in.

De volgende stap zijn magische objecten en superkrachten. Vraag een persoon om in de cirkel te stappen en te zeggen: "Ik heb een magische en dat doet het" of "Ik heb een magische kracht die" . Nadat hij het heeft gezegd, handelt de persoon met behulp van dit magische object. Dan stapt een ander de cirkel in en zegt: "Ja, maar je kunt alleen", een beperking geven aan het object of de superkracht en dan beginnen dit uit te voeren. Iemand heeft bijvoorbeeld een emmer die onbeperkt water geeft. De volgende persoon stapt in en zegt: "Ja, maar als je het gebruikt spuit je altijd het water in je eigen gezicht" en doet dan hoe dit eruit ziet.

Nadat iemand "Ja, maar.....", heb gezegd, stop je en begint iemand nieuw met een nieuw object of superkracht. Ga door totdat iedereen de kans heeft gehad om een object / superkracht en een beperking uit te voeren.

DEBRIEFING ELEMENTEN

Als je klaar bent kun je de deelnemers vragen hoe het was om de activiteit te doen.

- Was het makkelijk of moeilijk?
- Vonden ze zichzelf creatief of niet?
- Hoe was het om iets voor de groep na te spelen?

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

HET STANDPUNT VAN HET OBJECT

STADIUM VAN ACTIVITEIT	TIJD
-------------------------------	-------------

FASE 5: Objecten	30 min.
------------------	---------

MATERIAAL

-

BESCHRIJVING

Deelnemers vertellen het verhaal vanuit het oogpunt van een object door te werken aan theatrale improvisatie. Een van de deelnemers speelt een personage gekoppeld aan het thema (beter als het personage zich in een slechte of vastzittende situatie bevindt), die roerloos op het podium blijft staan. Eén deelnemer tegelijk stapt in en vertelt het verhaal van dat personage vanuit het oogpunt van een object, zonder de identiteit van het object te onthullen.

DEBRIEFING ELEMENTEN

"Hebben jullie allemaal begrepen welke objecten zich in de scène bevonden?" - "Wat als het object met het personage kon spreken?" - "Wat voor soort magie zou het object kunnen helpen bij het oplossen van de situatie van het personage?"

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

OP ZOEK NAAR DE SPECIALE KAART

STADIUM VAN ACTIVITEIT	TIJD
FASE 6: Speciale kaart	30 min.

MATERIAAL

Kaarten voor personages, locaties en objecten

BESCHRIJVING

De deelnemers worden verdeeld in groepjes van 4. Elke groep tekent 2 tekens, 1 object en twee plaatsen. Elke groep creëert een verhaal en vertelt het. Belangrijke regels: het verhaal moet een duidelijk begin en een einde hebben en elk van de deelnemers moet een stukje van het verhaal vertellen.

DEBRIEFING ELEMENTEN

Aan het einde van de eerste verhaalronde: *"Wat kan je helpen het verhaal beter te ontwikkelen? Welke speciale kaart kan worden gebruikt?"* Voorbeelden: Moeilijkheidskaart [verschillende talen, fysieke belemmeringen, superkrachten], gebeurteniskaart [milieurampen, speciale momenten zoals bruiloft of verlating] of actiekaart [gewelddaden, nieuwe wetten, spreuken]. Elke groep kan het verhaal opnieuw vertellen met de speciale kaart. *"Wat verandert er na het gebruik van de speciale kaart?"*

BENAMING VAN DE ACTIVITEIT

Wat is er gebeurd?

STADIUM VAN ACTIVITEIT

TIJD

FASE 6: Speciale kaarten

Ongeveer 45-60 minuten

MATERIAAL

- Computer en projector
- 1 of meer korte (animatie) filmpjes klaar op YouTube (er staan er veel op YouTube)
- Pen en papier om voor elke deelnemer te schrijven

BESCHRIJVING

Deelnemers kunnen deze activiteit individueel of in paren doen

Toon een kort filmpje op de projector.

Vertel de deelnemers (en geef enkele voorbeelden) van plotwendingen in verhalen. Meestal is dit een gebeurtenis waarbij er iets gebeurt dat het verhaal volledig verandert en iedereen verrast.

Vraag de deelnemers om de korte film te gebruiken en een specifieke gebeurtenis te creëren en te bedenken, die heeft geleid tot het verhaal van de korte film of begint met het einde van de korte film.

De gebeurtenis moet een plotwending creëren zodat het verhaal dat ze bedenken niet voorspelbaar is.

Vraag de deelnemers om de verhalen van hun evenementen te delen

U kunt besluiten om dit nog een keer te herhalen met een of meer korte films.

DEBRIEFING ELEMENTEN

Als je klaar bent kun je de deelnemers vragen hoe het was om de activiteit te doen.

- Was het makkelijk of moeilijk?
- Hoe voelden ze zich om het te doen?
- Hoe ben je tot je plotwending / evenement gekomen?
- Ken je voorbeelden van andere verhalen waarbij één gebeurtenis het hele verhaal kan veranderen?
- Heb je zo'n gebeurtenis in je eigen levensverhaal gehad?