

## DRAAIBOEK EXPERIMENT 6

Onderzoeker: Sofie

Facilitator: Ruth

Deelnemers: 6

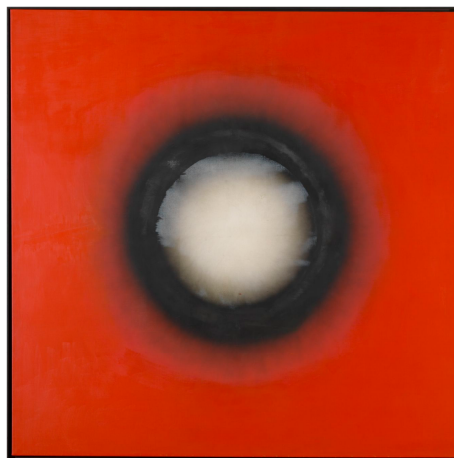
Duur: 2u

Locatie: KMSKA

1. **Introductie: 15'**
  - Sofie – onderzoeker: Kader onderzoek MKE & kunsteducatie, museumhygiëne
  - Ruth – facilitator/opsteller: Kader opstellingswerk, opstellingshygiëne
  - Voorstelronde deelnemers
2. **Korte ademhalings/mindfulness oefening: 5'.** Omdat het de uitnodiging is om in het gevoel te komen, bij een lijfelijk gewaarzijn te komen, doen we kort een ademhalingsoefening om dat te introduceren.
3. **Oefening 1; reis door het lijf bij twee kunstwerken 'Variatie' & 'Grote zon': 5' & 5'**



Variatie – Jef Verheyen (1968)



Grote zon – Otto Piene (1965)

- De deelnemers worden uitgenodigd om eerst de ruimte te verkennen en vervolgens een positie te kiezen die prettig aanvoelt om het eerste kunstwerk op een nieuwsgierige manier te ervaren. De facilitator vraagt hen op die plek te gaan staan. Ze worden uitgenodigd om te zakken in hun lichaam en te voelen wat dit schilderij met hen doet, terwijl ze het in zich opnemen. Gedachten in hun hoofd zijn niet erg, maar de bedoeling is om vanuit het lichamelijke te ervaren. Deelnemers kunnen alle kennis over het werk of de kunstenaar even loslaten en gewoon in hun lichaam voelen: Wat gebeurt er? Wat gebeurt er met de ademhaling? Wat gebeurt er met de spierspanning? Ze worden verteld dat er niets juist of fout is en dat alles oké is. Nieuwsgierigheid naar hun eigen reactie staat centraal. Vervolgens worden de deelnemers uitgenodigd om, na het voelen van hun ademhaling, spierspanning en de ervaring van het eerste kunstwerk, een woord te vinden dat past bij hun ervaring op dat moment. De facilitator luistert naar de woorden die de deelnemers kiezen en bedankt hen daarna.

De groep wandelt naar het volgende kunstwerk om een vergelijkbare oefening te doen. De deelnemers worden opnieuw uitgenodigd om te checken wat ze voelen en het verschil te ervaren bij deze nieuwe beleving. Ze krijgen even de tijd om een plek te kiezen waar ze zich goed kunnen inleven en voelen wat het schilderij in hen oproept of met hen doet. Wanneer ze hun aandacht bij het schilderij hebben en vanuit een nieuwsgierige houding onderzoeken wat het bij hen teweegbrengt, worden ze uitgenodigd om te kijken of er een woord in hen opkomt dat past bij hun huidige ervaring. De facilitator gaat opnieuw luisteren naar de woorden van de deelnemers.

- Er volgt een korte nabespreking van 5': even een eerste indruk. Hoe was dat voor hen? Hoe hebben ze dit ervaren?
4. **Oefening 2; aantrekkingskracht van een schilderij individueel, bij kunstwerk 'Vanitasportret van de schilder': 12'**



*Vanitasportret van de schilder - Antonie van Steenwinckel (1678-1685)*

- De deelnemers ontvangen opnieuw de uitnodiging om nieuwsgierig te zijn naar de aantrekkingskracht van het schilderij. Ze stellen zichzelf de vraag: Wat trekt mij hier aan? Dit kan iets visueel zijn, maar ook het materiaal, de lichtinval of een eigenschap van de schilder. Ze worden aangemoedigd om met nieuwsgierigheid te kijken, daarbij te bewegen en de tijd te nemen om dit te onderzoeken.  
Wanneer ze een bepaald aspect hebben gevonden dat hen opvalt – een beeld, een emotie, een eigenschap – worden ze uitgenodigd om dat aspect volledig te belichamen. De facilitator geeft aan dat dit misschien een vreemde vraag lijkt, maar moedigt hen aan om volledig in de beleving te gaan. Vervolgens proberen de deelnemers een positie in te nemen ten opzichte van het schilderij die klopt qua afstand, nabijheid en kijkrichting. Ze worden aangespoord om volledig in de ervaring op te gaan. Bijvoorbeeld, als iemand 'zwart' kiest, wordt die persoon volledig de kleur zwart. Ze laten hun eigen identiteit even los en worden helemaal dat gekozen aspect.  
De facilitator herinnert de deelnemers eraan dit ook in hun lichaam te voelen, te letten op hun ademhaling, spanning of tintelingen. Het lichaam kan zelfs bewegen of een bepaalde vorm aannemen als de deelnemer het gekozen aspect volledig wordt. Misschien willen ze ook bewegen in de ruimte, van afstand of nabijheid. Ze worden aangemoedigd om hiermee te spelen.  
Als iedereen zijn positie heeft ingenomen en hun nieuwsgierigheden heeft onderzocht, gaat de facilitator opnieuw langs elke deelnemer met de vraag: Wie of wat ben je? Na afloop van de oefening vraagt de facilitator de deelnemers om terug uit het aspect te stappen en zichzelf weer te worden. Het is aangewezen om na deze oefening even het lichaam op een ludieke manier los te schudden, te bewegen of even rond te lopen in de ruimte.
  - Een pauze met nabespreking volgt: 10'. Kort even checken hoe die oefening was om te doen. Hoe hebben de deelnemers dit ervaren?
5. **Oefening 3, de aantrekkingskracht van een schilderij in groep, bij kunstwerk 'Zoals de ouden zongen, piepen de jongen': 45'.**

Één van de deelnemers is de vraagsteller. (De groep krijgt even tijd om na te denken wie de vraagsteller wil zijn) De andere deelnemers zijn representanten. De vraagsteller zal zijn of haar beleving van het beeld toelichten aan de rest van de groep, terwijl de andere deelnemers vervolgens de kans krijgen om hun beleving daarop aan te vullen, zodat het een collectief proces wordt.



*Zoals de ouden zongen, piepen de jongen - Jacob Jordaens I (1638)*

- De deelnemers wordt eerst gevraagd om allemaal het schilderij eerst even te onderzoeken, ervoor te bewegen en te kijken: wat is hier voor mij de aantrekking van het schilderij? Wat valt mij op? Misschien willen ze het van verschillende kanten bekijken? Vervolgens luisteren we eerst naar de beleving van de 'vraagsteller'. De groep gaat daarbij zitten op de grond, trekt eventueel schoenen uit voor het comfort en de concentratie.

Aan de vraagsteller wordt gevraagd: 'Wat is het eerste dat je opvalt, zowel qua indrukken, emoties, beleving? Kijk maar eens'. Als de vraagsteller iets opnoemt of vertelt, wordt ook gevraagd; Waaraan zie je dat?

Nadat er een drietal elementen worden besproken met de vraagsteller, richt de facilitator zich naar de groep met de vraag: Wat gebeurt er bij jullie? Zijn de dingen die gelijkaardig zijn of iets wat totaal anders binnenkomt? Of mensen die iets willen aanvullen?

Nadat iedereen in de groep de kans heeft gekregen om iets aan te vullen, krijgen de deelnemers de kans om het schilderij tot leven te laten komen en te onderzoeken wat daarin gebeurt, zonder dat ze op voorhand zullen weten wat er gaat gebeuren. De facilitator bepaalt zes elementen uit het gesprek die opgesteld zullen worden. De vraagsteller mag telkens iemand kiezen voor de elementen die gekozen werden en kiest eerst ook een element dat hij of zij zelf wil representeren.

De facilitator verduidelijkt de rol van elke deelnemer door hen kort aan te tikken en hun rol te benoemen. Vervolgens vraagt de facilitator de vraagsteller om als eerste een plek in de ruimte in te nemen vanuit zijn of haar eigen beleving. Daarna nemen de andere deelnemers hun posities in. Het is niet verplicht om naar het kunstwerk te kijken; het gaat erom dat ze invoelen wat het element dat ze representeren met hen doet. Ze krijgen de tijd om hun positie in de ruimte en ten opzichte van elkaar te vinden en te voelen waar hun intuïtie hen heen leidt, zonder er te veel over na te denken.

Op een gegeven moment blijven alle deelnemers op hun gekozen plek staan, en komt de facilitator langs om te luisteren naar de dynamieken: Wat gebeurt er in dit systeem? Wat gebeurt er tussen de verschillende rollen? Als een deelnemer dringend iets wil zeggen, kan die zijn hand opsteken. Bij het kiezen van de posities mogen de deelnemers rekening houden met elkaar, maar ze moeten vooral vanuit hun eigen beleving handelen. Het is belangrijk dat ze zich vrij voelen om te experimenteren, ook als dat betekent dat ze dichtbij of voor iemand anders gaan staan. Als iemand zich ongemakkelijk voelt, moet dit worden gemeld aan de facilitator.

Wanneer alle posities zijn gekozen, gaat de facilitator langs bij elke deelnemer om te luisteren. De deelnemer die als eerste zijn plek vond of waar veel gebeurt, komt als eerste aan de beurt. Vragen die daarbij gesteld kunnen worden zijn: Wat gebeurt er? Hoe is het om hier te staan? Als de deelnemers de neiging voelen om te bewegen, mogen ze dat doen en wordt dit opnieuw bevestigd.

Bij het afsluiten van de oefening wordt de deelnemers gevraagd om een mentale foto te nemen van zichzelf, van elkaar en van wat er net allemaal is gebeurd. De vraagsteller mag iedereen uit de rol ontslaan door een tik op de schouder en bedanken voor hun deelname, omdat het een stukje van hun eigen beleving was. De deelnemers worden uitgenodigd om te kijken wat ze nodig hebben om weer bij zichzelf te komen.

- Een pauze met nabespreking volgt: 15'. Als eerste nabespreking vraagt de facilitator: is er nog iets vanuit uw rol dat je voelt dat blijft hier blijven hangen, dat de deelnemers eerst nog even gezegd willen hebben? Vervolgens wordt de ervaring verankerd en opnieuw aan het kunstwerk gekoppeld: is er iets uit de opstelling dat ons iets leert over het werk dat we hebben opgesteld?

#### 6. Nabespreking van het geheel – focusgesprek: 45'