

AUDIOTRANSRIPTIE INTERVIEW KATRIJN D'HAMERS – 8 MEI 2024

Sofie [00:00:08] Katrijn, ik ben voor de master Kunsteducatie bezig met een onderzoek waarbij ik zelf een methodiek ontwerp die zou kunnen passen in de slow art beweging zou ik het zo maar noemen. En dat is een methodiek waarbij ik familieopstellingen gebruik. Ken je dat, die methode?

Katrijn [00:00:33] Ik heb er net wat over gelezen, maar het is wel nieuw voor mij.

Sofie [00:00:38] Ah ja, dat is dus een therapeutische methode waarbij we bepaalde aspecten van een werk in de ruimte gaan opstellen door die te representeren. Het zou nogal zweverig kunnen klinken, maar ik heb een aantal experimenten kunnen doen waarbij we eigenlijk bezoekers meenemen in een reis door het lichaam om vanuit dat lichaam te gaan kijken naar kunst en ook de wijsheid van ons lichaam meebrengen om te kunnen kijken naar kunst. Omdat ik eigenlijk zelf vaak nogal heel erg overspoeld wordt door de informatie die musea ons graag willen meegeven. En dat ik ook merk dat er heel veel, want ik wil ook meer volwassen bezoekers, volwassen bezoekers niet per sé het vertrouwen hebben dat ze ook iets mogen zelf vinden over kunst of met hun eigen ogen en wijsheid die zij hebben om die in te zetten. En dat is waarom ik die methodiek gemaakt heb, in een poging dat dat mensen zou empoweren om vanuit hun eigen vertrouwen in kennis, het gevoel eerder, intuïtieve gevoelens hebben bij kunst hebben dat dat ook waardevol is. En daarbij maak ik wel best de radicale keuze door geen rekening te houden met kunsthistorische informatie, dat koppel ik daar niet aan. En dat doet mij soms wel een beetje wiebelen omdat ik niet weet of dat het dan wel kunsteducatief genoeg is.

Katrijn [00:02:30] Uiteraard. Bij slow art gaat het helemaal niet om het overbrengen van iets kunsthistorisch, al wordt daar soms wel naar gevraagd. Maar er bestaan zoveel verschillende mengvormen van. Dus ja, dat past helemaal? Kan je mij nog eens zo wat concreter vertellen hoe dat juist gebeurt?

Sofie [00:02:54] We hebben drie oefeningen, waarbij we van een individueel naar een groepsproces gaan. Eerst gaan we, ken je het KMSKA, ik bedoel, ken je daar een beetje de werken en de ruimtes en zo? want dan kan jou daar even in meenemen, ik heb het in het Middelheim museum en in het KMSKA uitgetest. De laatste was in het KMSKA bij werken van Jef Verheyen, waar we gewoon vragen om daar voor te gaan staan, een positie in de ruimte in te nemen die passend is en dan eens te kijken van wat voelen we als we naar dat werk kijken? Warm, koud, afstand, nabijheid. Ja, wat gebeurt er dan? Dat is voor mensen soms al een uitdaging om echt te landen in dat lichaam. En dan gaan we naar een contrasterend werk. Een beetje verder in die zaal is er een werk van Otto Pine. Die witte zon met die rode achtergrond. En dan vragen we om daar opnieuw dezelfde oefening te doen. En dan vragen we telkens om in één woord te zeggen wat er in hem opkomt uit die beleving. Dat is eigenlijk al een eerste manier om te landen. Dan gaan we naar een volgend werk, waarbij we vragen om een bepaald aspect van een kunstwerk, iets dat hen fascineert in het werk, eens te gaan invoelen, bijvoorbeeld de kleur blauw of een gezichtsuitdrukking en dat is dan voor veel mensen ook al een stap, want het gaat niet over een rollenspel. Ook wat er bij familieopstellingen gebeurt is dat je eigenlijk een bepaald, soms is dat een familielid, maar dat kan ook een abstract gegeven zijn, bijvoorbeeld vriendschap, dat je dat gaat belichamen en representeren. Maar dat is geen rollenspel. Dat is geen toneeltje dat je speelt. Je werkt eigenlijk alleen maar met de informatie die komt uit uw lichaam en die proberen we dan te bevragen. Wat gebeurt er als je nu zo helemaal inleeft in de kleur blauw? Wat komt er? Wat gebeurt er dan? Wat voel je in uw lichaam? En dan gaan we naar een collectief proces. Weer een ander kunstwerk, waarbij we eigenlijk samen kijken naar wat is nu zo... wat zijn de aspecten uit dat werk? Of wat is de aantrekkingskracht van dat werk in een meer collectief gegeven? welke elementen halen we daaruit die ons fascineren? En die gaan we dan representeren. Dus we hadden dat nu bij de laatste keer bij Zo de Oude Zongen Piepen de Jongen gedaan, waarbij dat we dan de moederfiguur representeren. Iemand was de kunstenaar, iemand was het eten op tafel en dan kiezen de deelnemers opnieuw zelf een positie in de ruimte die voor hen op dat moment passend is, ook ten opzichte van elkaar. En mogen zij... worden zij ook opnieuw telkens bevraagd van wat gebeurt er hier? En het bijzondere is dat mensen op die manier.... Dat dat werk echt tot leven komt en dat de mensen op die manier veel andere dingen in het werk beginnen zien dan dat we er oorspronkelijk in gezien hadden. En dan doen we op het einde een terugkoppelmoment van hoe dat die ervaring is geweest. En daar heb ik dus van zes experimenten data verzameld. En de dingen die daaruit komen is uiteraard een groot gevoel van verbondenheid en veiligheid. Dat is dan wel absoluut nodig omdat je wel best uit je comfortzone gaat. Maar dus mensen ervaren verbondenheid ook een heel andere connectie met het werk. Niet in die mate dat ze dat werk nu nog belangrijk zouden vinden nadien, maar wel dat ze die ervaring niet meer vergeten, dat ze op een nieuwe manier naar dat werk hebben kunnen kijken, dat er ook heel persoonlijke informatie uit dat werk wordt gehaald die voor hen persoonlijk belangrijk is. En dan natuurlijk het gegeven van te vertragen, met heel veel aandacht te kunnen kijken. Want we doen wel 2,5 uur over die hele sessie met drie werken. Dat zijn de dingen die daarin naar boven komen.

Katrijn [00:08:04] En dat is met families dat dat dan gebeurt, want je gaat geen mensen die mekaar nog niet kennen bijeen zetten.

Sofie [00:08:11] Jawel, dat lijkt wel te werken. Maar het is natuurlijk.... Ja, zo'n dingen zijn niet voor iedereen, zoals slow art. Daar kan je een bepaald publiek op af.

Katrijn [00:08:25] Dus mensen weten wel op voorhand goed wat er gaat gebeuren en wat er van hen verwacht wordt. En heb je zelf mensen gezocht of is dat....

Sofie [00:08:37] Dat is nu een van de dingen in mijn experiment die nog verder zouden kunnen onderzocht worden. Ik heb op dit moment altijd mensen uit mijn eigen netwerk gerekruteerd en die hadden sowieso al een affiniteit met mindfulness en lichaamswerk, met opstellingswerk zelf bijvoorbeeld. Of met kunsteducatie.

Katrijn [00:09:03] Ja, die staan er voor open.

Sofie [00:09:06] Ja. En inderdaad een heel grote openheid naar die experimenten. Maar dus niet per sé, al wisten zij op voorhand wat er juist ging gebeuren. Dat kreeg ik niet zo goed uitgelegd op voorhand. Maar ik heb het ook wel gedaan met mensen die toch ook wel wat cognitiever aanwezig zijn, die halen daar dan niet per sé uit wat mijn bedoeling is, maar vinden het toch wel een heel bijzondere ervaring. Dus het werkt op verschillende manieren. En dan heb ik het in Noord Macedonië in Skopje ook gedaan met een groep die ik dus niet kende. Maar ja, dat bleken allemaal mensen te zijn die ervaren waren in opstellingswerk. Ik had gehoopt dat ik daar een kritische groep ging tegenkomen.

Katrijn [00:09:53] Maar die waren snel mee.

Sofie [00:09:55] Dus ik denk dat ik mij wel in het welzijnsgericht erfgoedwerk bevind daarmee door de verbondenheid die mensen voelen ook, ja, eigenlijk wat alle effecten van slow art zijn. Dat vind ik dan ook wel bij mij terug.

Katrijn [00:10:25] En is er al onderzoek gebeurd naar de.... Wetenschappelijk onderzoek naar de effecten van opstellingswerk, eventueel binnen een artistieke context.

Sofie [00:10:41] Ja, Dat is een hele lastige. Ik vind geen wetenschappelijk onderzoek naar opstellingswerk in deze context.

Katrijn [00:10:52] Dat is hetzelfde met mindfulness. Dus je vindt heel wat wetenschappelijk onderzoek over mindfulness, zeker bij mensen die dat regelmatig beoefenen, maar eigenlijk nog niet binnen een museum. Al wil dat niet zeggen dat je dan alles van tafel moet vegen.

Sofie [00:11:13] Klopt. Want zelfs het wetenschappelijk onderzoek naar de effecten van opstellingswerk an sich, los van de context of meer in de therapeutische context, daar is ook echt weinig wetenschappelijk onderzoek, vooral Duitstalig, dus het beperkt zich heel erg. Dat is niet de internationale markt op . Er is wel iemand in Nederland die dat meer wetenschappelijk wil onderbouwen, maar die zit in de fase van een definitie maken en dus nog zeker niet naar de effecten. Er zijn wel kleinschalige studies gebeurd, maar die zijn totaal niet representatief. Maar het is wel. In de praktijk wordt het enorm veel toegepast.

Katrijn [00:12:02] Dus de vraag is ook van hoe je zoiets marketinggewijs gaat delen. Als je het gaat delen als een soort van therapeutische sessie of welzijnsgericht, dan spring je misschien al te ver. Maar als het gaat om eens een andere ervaring aan te bieden dan lijkt het mij wel realistisch.

Sofie [00:12:28] We hebben ook wel van de deelnemers teruggekregen dat die therapeutische context toch wel wat afschrikt, toch wel echt een hele hoge drempel wordt. Dus ik zou zeker al het woord opstellingswerk niet meer gebruiken. Op dit moment is het wel gefaciliteerd door iemand die professioneel onderlegt is in opstellingswerk en ook therapeutisch. Dat zijn allemaal dingen die ik zou weglaten. Ik heb ook met opleiders in opstellingswerk gepraat en we hebben eigenlijk een methodiek kunnen maken die perfect overdraagbaar is op, laten we zeggen, een gids die interesse heeft om dat te begeleiden. Dus ik ga ook aanbevelingen daarrond opschrijven hoe dat dan zou kunnen. Maar mijn bedoeling is zeker niet om de therapeutische laag die daarop zit nog mee te geven aan mensen.

Katrijn [00:13:23] Nee, ik denk als ik kijk naar de musea die ook wel gebruik maken van slow art, doen dan niet omwille van de onmiddellijke effecten op het welzijn, hoewel dat ze dat zeker wel meenemen. Dat dat voor hen een interne motivatie is van we willen onze collectie in dienst zetten van het welzijn. Maar zij gaan dat eigenlijk naar hun bezoekers niet zo echt vermelden. Maar dan gaat het meer om vertragen, op een andere manier van kunst genieten, dus die welzijnsfoot, die laten ze ook een beetje los omdat ze ook niet allemaal zich richten tot kwetsbare groepen. Er zijn wel musea die dat doen die hun aanbod richten tot mensen met een kwetsbare achtergrond en werken dan wel samen met die organisaties om dan een slow art moment in te boeken. Maar vaak is het een open aanbod van musea van kijk, we hebben die activiteiten. Kom meedoen, vertraag en geniet op een andere manier van kunst. Uh, want zelfs het woord slow art is al een hele moeilijke, dat schrikt ook mensen af. Dat merken we ook met de slow artday, dat dat elk jaar stilaan toch wel een beetje bekender wordt in Vlaanderen. Maar ja, Slow art schrikt af omwille van het feit wat je zegt van moeten we dan zo zweverig gaan zijn? Dus verschillende musea kiezen daar ook andere woorden voor of gaan heel duidelijk omschrijven van wat gebeurt er in zo'n sessie? Want het is ook niet voor iedereen.

Sofie [00:15:22] Klopt, wat je bijvoorbeeld ook zegt over kwetsbare groepen. Ik denk ook niet dat ik met mijn methodiek heel specifiek wil richten op kwetsbare groepen. Bij mij gaat het inderdaad ook over mensen die graag in de een of andere manier kijken en misschien.....

Katrijn [00:15:48] Dat is het ding ook, van wie begeleidt zo'n sessie? En hoe betrouwbaar is de begeleider? Waarmee ik bedoel zeker naar kwetsbare groepen toe wil je wel iemand hebben die zeer vertrouwd is met die groep om zaken te kunnen oppikken en wat ligt er voor een gids weg en vaak kunnen gidsen in de meeste musea ook wel aangeven van ik ben wat bedreven in dit of ik wil deze expertise verder ontwikkelen en dat zijn dan eigenlijk de mensen die een beetje de voortrekkersrol hebben en die zeggen ja deze methodiek ligt mij, ik volg hier opleiding rond. Maar dat is zeker niet voor elke gids ook weggelegd en dat vraagt eigenlijk ook wel wat ondersteuning vanuit het museum om die kansen te geven.

Sofie [00:16:51] Zeker, Ja, want het vraagt zeker al een groot lichaamsbewustzijn, bijvoorbeeld van de gids zelf om mensen daar ook in te kunnen meenemen. Of een heel vertragende houding.

Katrijn [00:17:04] Wat mij opvalt is dat musea ook vaak externe specialisten inschakelen om dan een slow art event te begeleiden. Dus therapeuten, of mindfulness coaches of yoga coaches enzovoort. Het zijn zeker niet altijd de gidsen of de educatieve medewerkers zelf die al die activiteiten zelf begeleiden omdat ze er zelf niet bedreven in zijn en omdat het soms wel wat tijd kost om je zoiets eigen te maken. Mindfulness? Hetzelfde, het is niet omdat je een dag volgt dat je de volgende dag meteen een begeleiding kan doen van een groep. Dat vraagt dat je er zelf met je twee voeten middenin staat. Dus dat is wel een spanningsveld dat ik zelf voel tussen enerzijds inschakelen van externe specialisten en anderzijds van de medewerkers van een museum die zelf slow art begeleiden. En wanneer ze het zelf begeleiden moeten ze natuurlijk ook hun grenzen wat bewaken van wat kan ik zelf en wat is voor mij een brug te ver. En daar wordt nog veel mee geëxperimenteerd, zo die twee polen, iemand inschakelen of zelf iets uitproberen. En bij degene die dan toch zelf iets doen, dat zijn dan echt wel de mensen die zelf opleidingen hebben gevolgd of vaak gedurende lange tijd.

Sofie [00:18:51] Dat brengt mij ook naar het volgende punt dat zo'n methodiek natuurlijk ook wel kostenintensief is. Enerzijds omdat het arbeidsintensief is om het te begeleiden of je daarin te bekwamen, maar ook omdat het maar voor kleine groepjes toegankelijk is. Ik werk met zes deelnemers.

Katrijn [00:19:09] Ja, en dan 2,5 uur maal minstens € 70 per gids. Dan zit je al aan een hoge kostprijs, los van een opleiding om zoiets te kunnen begeleiden ook.

Sofie [00:19:26] Maar denk je dat dat wel vaker voorkomt bij slow art, dat dat zo is, of als musea zich willen richten op dat welzijn, het meer welzijnsgerichte erfgoedwerk, dat dat sowieso kosten intensiever is?

Katrijn [00:19:44] Ja en nee. Ik merk wel bij bepaalde evenementen dat musea wel een inspanning doen om slow art activiteiten zo laagdrempelig mogelijk aan te bieden. En dan denk ik vooral aan de slow art day dat een hele belangrijke kapstok is en daar gaan musea een beetje verschillend mee om. Bij de ene is een inkomticket voldoende, de andere vragen daar vaak ook nog een extra bijdrage bij, € 10 of een vrije bijdrage. Maar ja, dat verhoogt de kostprijs sowieso voor veel mensen, maar het is nog betaalbaar. Er zijn natuurlijk nog wel andere welzijnsprojecten die zich niet zozeer afspelen in de galerijen zelf, object handling bijvoorbeeld. Maar dat is

dan vaak een samenwerking tussen een museum en een instelling uit de buurt waarbij het museum zich eigenlijk echt ook engageert in tijd en budget om samen een workshop te doen. Een museum, wanneer er een activiteit in de galerij is, zal dat museum vaak wel proberen om die kosten te recupereren. Vandaar vaak van een expert inschakelen, dat wordt dan vaak wel verhaald op de deelnemers. En van € 10 bijvoorbeeld, op voorhand inschrijven, ook al steekt het museum daar soms wel iets in. Maar ja, mijn punt is, is dat dat vaak wel occasioneel is van dit is nu een belangrijke activiteit of slow art. We doen mee en we doen iets speciaal. Er zijn er andere die maandelijks iets aanbieden of bij de start van een nieuwe expo, maar dan..., bijvoorbeeld als ik denk aan Ieper Museum. Daar zijn het de educatieve medewerkers zelf die het begeleiden en die doen dan een combinatie van VTS met mindfulness, maar echt van die uitgebreide activiteiten, zoals dan dat opstellingswerk, ja, minder eigenlijk. Ik ben dat zelf zo nog niet tegengekomen. Wel die intensieve samenwerkingen rond welzijn. Want we hebben net ook een.. ik zal het zometeen in de chat delen. We hebben net ook een een nieuwe vormingsreeks opgezet over erfgoed en welzijn. Samen met publiek, ik ga snel een even kijken? En daar komt dat ook aan bod. Maar buiten de muren eigenlijk. Vijf Methodieken voor Verbinding, en dan gaat het. Dat gaat dan over... Wat staat erop, gezondheid? Wat zit er nog in? Object handling, Kunsten en ambacht, Reminiscentie. En dan hebben we er nog eentje over storytelling en samenlezen. En dan eentje over mindfulness. Dus ja, eigenlijk speelt het lichaam daar ook overal wel een rol, en dat is dan vooral vorming. Maar ja, kijk, als je ziet staan reminiscentie, dan is dat natuurlijk ook voor beperkte groepen.

Sofie [00:23:56] Maar dan zit je wel met die kwetsbare groepen en dan snap ik dat musea daarvoor specifiek zich willen inzetten. Bij mij is dat dan niet zo. Als musea dan gaan door rekenen, dan wordt dat ook wel ineens een heel exclusief product, ben ik bang.

Katrijn [00:24:15] Ja, dat klopt. Plus je zit ook echt wel met de uitdaging hier om.... stel dat dat.... Kijk, er zijn nog activiteiten die musea doen. En denk aan creatief schrijven in de musea. Die organisatie gaat ook verschillende musea af en dan kan je ook inschrijven voor een een halve dag gaan schrijven over een kunstwerk, daar betaal je ook voor, daar betaal je € 25 voor, zoiets. En wie trek je dan aan? Vooral mensen die graag met schrijven bezig zijn. Dus ik denk met dit dat je ook, wanneer dat dat in een open aanbod komt, dat je ook mensen aantrekt die al bezig zijn met mindfulness, die ergens al vertragen in hun leven. En dan zou het natuurlijk wel kunnen in een open aanbod. De uitdaging is wel om het, kijk schrijven, dat weet iedereen wat dat is, maar hoe ga je dat goed verwoorden dat de verwachtingen ook duidelijk zijn? Omdat slow art an sich, ik zei het, is al vaak een een moeilijke en er is vaak veel uitleg bij nodig. Dus ja, dat lijkt mij een grote uitdaging te zijn. En misschien is dat model van creatief schrijven wel interessant. Die doen bij verschillende musea workshops, vaak ook in het weekend. Die hebben dat bij de Krasse Koppen gedaan in het KMSKA ook. Ik denk twee of drie keer en dat is misschien wel interessant. Het duurt ook een halve dag.... Het idee is ook van wat brengt het het museum op? Ik denk bij het schrijven zelf, mensen kiezen ook allemaal andere invalshoeken, dus dat levert het museum ook iets meer stemmig op. Hetzelfde bij dit. Eigenlijk zijn het bijna twee poten van hetzelfde. Is het op een andere manier naar kunst kijken of kunst beleven?

Sofie [00:26:38] Ja want dat was inderdaad ook één van mijn vragen die ik aan jou wilde stellen van waarom zou mijn methodiek interessant kunnen zijn voor musea, los van het feit dat ze dan een haakje hebben naar slow art op die speciale momenten? Waarom zou dat dan interessant kunnen zijn? Wat levert het het museum op?

Katrijn [00:27:00] Wat ik merk is dat musea het moeilijk vinden om slow art een structurele plek te geven in hun werking. Bij de meeste musea is het één keer per jaar op slow art day. Er zijn een aantal die proberen om toch ook op verschillende momenten in te zetten, het FOMU bijvoorbeeld met hun Slow Focus of Ieper museum met de goudvismomenten op verschillende momenten. Anderzijds zijn er ook wel gidsen die gewoon tijdens hun rondleiding wel gebruik maken van VTS, van mindfulness, maar zo slow art activiteiten als such programmeren, dat zie ik eigenlijk bijna niet gebeuren, en ik denk dat dit misschien eerder een plek kan hebben in een programma an sich, dus dat mensen er ook bijvoorbeeld voor inschrijven of de dag zelf, als er plaatsen zijn kunnen deelnemen. Maar het vraagt wel wat tijdsbesteding. En het is niet dat iemand zomaar eens even komt aansluiten.

Sofie [00:28:08] Maar je zegt van het zou iets meer stemmig kunnen opleveren. Dat is ook wel één van de bevindingen die ik daar net vergeten te vertellen ben, die wel heel belangrijk is, is dat de deelnemers aangeven dat ze veel meer perspectieven hebben gekregen op een werk om naar elkaar te luisteren, door te voelen van oeh, hier komt iets naar boven.

Katrijn [00:28:33] Ja, daar ben ik helemaal in mee dat dat zo is. Dat is ook bij VTS. Is dat ook één van de zaken die altijd terugkomt van.. Ik denk, eigenlijk alle programma's rond mindfulness pakken dat eigenlijk wel een stuk mee. Enerzijds zeker dingen in groep van je steekt heel veel op van elkaar en anderzijds heb je ook die verbondenheid met het lichaam, een verbondenheid met het lichaam of met elkaar, of een plek waar je niet zozeer tot rust komt, maar dat je meer bewust bent. Dus ik denk dat dat wat gemeen heeft met al die andere methodieken rond de slow art. Nu, we hebben net ook in ons tijdschrift een dossier gemaakt over het lichaam.

Sofie [00:29:30] Ja, ik heb het gelezen.

Katrijn [00:29:31] En je hebt gelezen..

Sofie [00:29:31] Uiteraard, Katrijn

Katrijn [00:29:35] Goed, uw huiswerk gedaan en ik kwam ook tot de vaststelling van eigenlijk zijn er inderdaad geen onderzoeken over mindfulness in musea, maar er is wel veel onderzoek over mindfulness tout court. En eigenlijk leidt dat een beetje tot de conclusie van ja, we moeten dat meer doen en structureler, eigenlijk zonder dat dat daarom benoemd moet worden. En nu gaat jouw amygdala krimpen of groeien. En dat is fijn om te weten en voor mensen die het begeleiden wat er met het lichaam gebeurt. Wat ik heel interessant vind, en ik zal ook nog een link sturen, dat is om musea zover te krijgen dat... Eigenlijk is dat niet jou opdracht om slow art echt op de agenda te krijgen van musea op een structurele manier. Maar er zijn wel wat voorbeelden, het IMA in Dublin heeft eigenlijk slow art en welzijn tot structureel beleid toegevoegd. En eigenlijk is dat interessant, want zij werken voor heel wat bijzondere doelgroepen, maar eigenlijk ook voor iedereen. Ik ga eens even kijken, Horizons heet het, en zij leiden hun eigen personeel continu op om slow art mee in te brengen. Maar ook andere musea bijvoorbeeld, Horizons. Ik heb al met veel musea gesproken over hoe ze slow art gebruiken en eigenlijk is zo dat... Het lichaamswerk zit daar eigenlijk altijd in. Dat zit er in bij mindfulness, bij VTS ook maar wat minder, soms vaak, maar dat wordt vaak gecombineerd, maar lichaamswerk zit er eigenlijk altijd in. Ook vaak bij gewone rondleidingen en inchecken met het lichaam of een checkout met het lichaam.

Sofie [00:32:06] Ja, dat zie je ook wel gebeuren in gewone rondleidingen. Dat dan meer en meer....

Katrijn [00:32:10] Ja, even een rustmoment zoeken van zit je goed? Sta je goed? Wisselen van perspectief waar je staat, de ademhaling. Niet bij iedereen, het is dus weggelegd voor specifieke gidsen. En zo zien musea dat eigenlijk zelf ook van het is niet voor iedereen en als er een vormingsaanbod is, het wordt opengesteld. Maar het zijn altijd dezelfde mensen die erop intekenen eigenlijk.

Sofie [00:32:45] Het gaat ook over hoe authentiek kan je dat brengen. Want als je als gids er totaal geen affiniteit mee hebt, komt dat ook heel raar over. Dan gaat dat ook niet pakken bij deelnemers en dan worden die ook heel ongemakkelijk daarvan.

Katrijn [00:32:59] Dat is zo. Dus als gids of als begeleider moet je er authentiek staan. Je moet dat vertrouwen uitstralen, dat je die veiligheid kan garanderen. Sommige gidsen kunnen dat bij sommige methodieken, maar ik zeg het, anders huren musea ook wel eens een externe specialist in, maar dat is dan vaak eens één keer per jaar of misschien twee keer. Het SMAK heeft dat, denk ik, twee of drie keer een sessie te geven. Dus de vraag is van wie gaat dat doen? Zoiets? Of langs de andere kant, misschien ook een goeie vraag, van wat kunnen gidsen uit die methodiek van het opstellingswerk gebruiken? Wat kunnen ze zich toch eigen maken? Kunnen ze elementen eruit mee integreren in een gewone rondleiding? Dat lijkt mij ook wel een goeie vraag.

Sofie [00:34:14] Ik heb een experiment gedaan met een aantal gidsen en publieks werkers. Die gidsen zeiden ook direct van ja, ja, maar ik ga dat gebruiken. Ik kan dat zeker gebruiken, maar dan gaat het inderdaad meer over neem eens een andere positie in, kijk eens vanuit een andere kant. Dat was ook mijn cognitieve groep, ik zal hem zo noemen, waarbij dat ik voelde dat die methodiek niet werkte zoals ik de intentie had, maar op een andere manier bij hen wel heel veel heeft gebracht. Die waren daar even enthousiast over. Maar ik denk ook vooral over die radicale keuze om niet met informatie aan het museum te werken, maar te kijken wat komt er nu uit de deelnemers, en door van perspectief te veranderen komen daar ook wel heel veel inzichten, door gewoon eens op een andere plek te staan als een bepaald aspect. Want iemand was dan bijvoorbeeld de kunstenaar, die vond eerst dat ze heel dicht bij dat werk moest gaan staan en dan zei die Oh nee, ik moet eigenlijk super ver gaan staan. En dan kwamen er allemaal inzichten over hoe dat een kunstenaar zou kunnen omgaan met zijn werk op het moment dat dat in een museum terecht komt. Dus ik vond dat op zich ook heel boeiend, maar dat is een klein beetje een ander accent.

Katrijn [00:35:39] Ja. Het is dus een beetje de keuze ook die of de weg die je wil inslaan van zie het inderdaad als een geheel of zie je het als iets van het kan een vorming zijn voor gidsen waarbij ze er allemaal een beetje kun, Ja dan moet je daar heel eerlijk in staan of neem je er gewoon wat elementen uit die voor jou veilig aanvoelen. Langs de andere kant denk ik ook van het is misschien inderdaad nog wat experimenteel werk en dat het wel de moeite loont om zoiets als such te ontwikkelen. Ik zie er wel wat in om zoiets als activiteit eens te kunnen aanbieden, maar ik vraag me dan af wie begeleidt dat dan?

Sofie [00:36:38] En daar ben ik dus nu nog in de ontwikkelfase van een hele goede... te kijken van wat verwachten we nu van een begeleider om dat te kunnen doen. Hoe kunnen we het ook voor begeleiders zo laagdrempelig mogelijk maken dat je niet per sé die therapeutische achtergrond moet hebben? Ja, dus dat is nog in de ontwikkelfase. Maar jij hebt ook geen wetenschappelijke bronnen waar je van weet over de effecten van slow art?

Katrijn [00:37:13] Nee, die zijn er eigenlijk niet. Ja, ik heb heel wat publicaties zitten doorspitten. En die context van musea is zo specifiek, plus bijkomend dat wetenschappelijk onderzoek zich eigenlijk ook maar kan uitspreken over de effecten van mindfulness, als je dat regelmatig doet. En het is dus vooral ook mindfulness dat wetenschappelijk onderzocht is. En dan ja, klinisch eigenlijk. Je hebt wel ook die experimenten gehad in, waar was het, Canada zeker, waar een aantal dokters museumbezoeken voorschreven aan hun patiënten om sneller te re-integreren in de samenleving, vaak mensen die wel te kampen hadden gehad met eenzaamheid en dergelijke. Men heeft dat ook overgenomen in Brussel, maar daar is heel veel commentaar opgekomen omdat dat helemaal nog niet bewezen was. Ik vraag mij af hoe het dan in Canada staat, dus ja, daar is weinig over te vinden.

Sofie [00:38:28] Dat werd toch wel vaak gebruikt als publiciteitsstunt, denk ik. Waarom denk jij dat het dan aan populariteit nog wat mist? Zowel de musea die er dan voorzichtig in zijn als de mensen die er toegang toe vinden, je zegt enerzijds van het klinkt nogal zweverig, anderzijds merk ik zo'n grote nood in de samenleving om toch meer mindful bezig te zijn. Ik vind dat heel raar dat die elkaar niet vinden dan.

Katrijn [00:39:13] Ja, ik weet het ook niet zo goed hoe dat komt. De weg is vaak makkelijker als het een stukje geïntegreerd zit. Anderzijds hebben groepen ook wel verwachtingspatronen. Scholen die afkomen, die verwachten wel dat bijna het hele museum bekeken wordt, dat er een rondleiding wordt gegeven. Ook vaak groepen als De Gulden Passers die dan dat kunsthistorische belangrijk vinden. Hoe komt dat? Mensen denken misschien dat het iets niet voor hen is.

Sofie [00:40:01] Wat ik ook wel denk ik, is zo van die lange sessies, dat dat misschien niet voor iedereen is, dat je er ook wel veel tijd voor moet vrijmaken.

Katrijn [00:40:11] Dat is niet voor iedereen. En dat is iets dat je echt apart als activiteit moet aanbieden, dat denk ik ook. Waar musea nog wel verder ook mee experimenteren dat is de occasionele bezoeker kijktips geven. Bozar heeft dat ook gedaan bij één van hun expo's, daar konden mensen zo een blaadje meenemen waar een vijftal kijktips op stonden, van ga eens dicht staan, ga eens wat verder staan, hoe voelt jouw lichaam, enzovoort. En daar gingen ze tijdens de slow art day ook wel eens wat mee experimenteren. En ik zou het eens moeten allemaal terug oprakelen hoe dat is gegaan. Maar ook dat kan iets zijn. Eigenlijk zou je kunnen kijken hoe je op verschillende niveaus iets kan doen, gaande van 1. een specifieke sessie geprogrammeerd. Gaande van een aantal kijktips die wat te maken hebben met dat opstellingswerk maar waarvoor je geen begeleider nodig hebt en dan eventueel een opleiding bijvoorbeeld voor gidsen waarbij ze zelf een beetje inspiratie kunnen opdoen en kijken van wat kan ik in mijn eigen praktijk overnemen? Wat we ook hebben is onze erfgoed wijzer bij Faro, een dossiertje over slow art dat geactualiseerd moet worden en daar zou bijvoorbeeld ook een stukje kunnen staan over dat opstellingswerk. Een kwestie van een beetje duiding te geven van wat slow art allemaal kan zijn. Dus daar is zeker info welkom om zoiets ermee op te zetten.

Sofie [00:42:18] Ja, van zodra mijn onderzoek, ik moet dat 23 mei nu indienen met alle conclusies en theoretische kaders die ik daaraan verbind, dan zal ik dat jou zeker eens doorsturen, de link en dan kan je kijken of daar misschien iets interessants in zit.

Katrijn [00:42:37] Ja en waar ik aan denk. Wij hebben een collega groep slow art, dus dat zijn dan eigenlijk wie Wie neemt deel? Vooral musea die al wel eens slow art programmeren, de ene wat meer dan de andere, om jou daar ook eens bij uit te nodigen en dan kan je dat ook eens uitleggen en eventueel pitchen of of een stukje mee beleven, bijvoorbeeld, geen drie uur, dus dat proberen we wel om elke vergadering op een andere plek te doen en dan ook van iets te proeven daar. Dus dat kan bijvoorbeeld ook om het meteen te pitchen, ja, bij een aantal musea die hier misschien wel oren naar hebben. Maar dan is het denk ik inderdaad wel belangrijk om heel duidelijk te zijn van wie begeleidt zoiets? Hoe lang duurt dat? welke feedback geven gebruikers?

Sofie [00:43:52] Ik vraag mij nog af of jij misschien nog tips hebt rond publicaties rond slow art die voor jou eigen onderzoek belangrijk waren of waar je echt veel hebt kunnen uithalen?

Katrijn [00:44:13] Ja, ze staan denk ik bij het artikel ook, vooral rond mindfulness is er het boek van Mark Williams en de boeken van Steven Laureys. Ja, en dat is een neurochirurg, zeker, een neuroloog?

Sofie [00:44:33] Die staan hier in mijn boekenkast.

Katrijn [00:44:34] Die heb je ook al. Ja, qua onderzoek vond ik die wel interessant. Wat heb ik hier nog staan? het boek van Edel Maex. Maar eigenlijk is dat een beetje dezelfde opzet als Mark Williams. Daarin staat het acht- weken-model rond mindfulness. Edel Maex gebruikt eigenlijk hetzelfde. En dan is er nog zo'n boek, ik ga het eens even nemen. Ja, het boek van Christa van der Ree, Mindfulness twenty five ways to live in the moment through art. Maar eigenlijk maakt dat niet echt gebruik van lichaamswerk en dat gaat meer om het kijken en op een andere manier kijken. Ik vind het meer VTS.

Sofie [00:45:48] Dan ga ik dat ook eens bekijken want dat had ik nog niet gelezen.

Katrijn [00:45:58] En dan nog specialisten. En ze hebben op hun website ook wel wat staan is de Manchester Art Gallery. Die hebben een paar jaar geleden ook een expo over mindfulness gedaan, dus ik vermoed dat je daar nog wel een stukje online zal terugvinden. Misschien de moeite om ook eens te bekijken hoe ze daar met het lichaam hebben gewerkt. En dan herinner ik mij ook, maar dat staat ook op onze Erfgoed Wijzer, een video van dat we in Middelheim ooit ook een opleiding Hold body Focusing met Ria Saegers

Sofie [00:46:34] Ja, die heb ik gezien.

Katrijn [00:46:38] Maar eigenlijk, de technieken die daarin aan bod komen zijn eigenlijk degene van de mindfulness.

Sofie [00:46:44] Ja, want het heeft soms verschillende namen, maar inderdaad uiteindelijk komt dat op dezelfde technieken neer.

Katrijn [00:46:53] Maar ik denk bij het merendeel van de slow art sessies worden toch heel vaak externe specialisten ingeschakeld, behalve als het VTS is of een checkin en een checkout, dat doen gidsen vaak wel zelf of de educatieve medewerkers, maar vanaf dat het wat meer vergt schakelen ze toch externe specialisten in.

Sofie [00:47:20] Ja, dat is natuurlijk ook heel heel strikt qua methodiek en heel, ik zou niet zeggen meteen heel eenvoudig om ook echt juist te begeleiden, maar in principe wel toegankelijk om als gids mee aan de slag te gaan.

Katrijn [00:47:37] Ja.

Sofie [00:47:41] Dan ben ik heel blij eigenlijk met dit gesprek. Het geeft me wel wat kader over hoe ik het zou kunnen communiceren naar... of wat belangrijk is rond die communicatie waar ik rekening mee moet houden. Ik ben nog even aan het kijken of ik nog andere vraagjes had opgeschreven, maar ik denk het niet. Ik denk dat we alles besproken hebben.

Katrijn [00:48:14] Ja, als je nog vragen hebt kan je ze altijd mailen of bellen.

Sofie [00:48:18] Ja, ik denk vooral aan... Ik moet dat dan vooral ook zo'n theoretisch kader rond meegeven. En ik denk dat ik heel erg veel van wat jullie schrijven rond welzijnsgericht erfgoedwerk en slow art ga meenemen. Maar ja, ik vind het moeilijk om daar nog.... Ik heb nog niet echt de juiste publicaties rond Slow Art in internationaal of zo gevonden, maar daar ga ik wel.... Ik kan al aan de slag met wat jij mij hebt meegegeven en die Horizons interesseert mij ook.

Katrijn [00:48:58] Ja ja. Mocht je daar ook eens een gesprek willen doen en je hebt een contactpersoon nodig, dan laat het mij maar weten en dan geef ik wel naam en e-mail en telefoon door.

Sofie [00:49:12] Ja oké. Super! Dank je wel!

Katrijn [00:49:16] Graag gedaan! Veel succes nog, Sofie.

Sofie [00:49:19] Die fijne dag.

Katrijn [00:49:21] Daag.