

Improvisatie - Inleiding

Hallo, mijn naam is Louise Pauw en ik ben hoofd drama aan de DeMontfort Universiteit in Engeland. In het kader van het creativiteitsproject gaf ik een workshop over het gebruik van vaardigheden uit de improvisatie om jongeren te helpen spontaniteit en aanpassingsvermogen te ontwikkelen, wat kan helpen bij zowel communicatie als creativiteit. De workshop was verdeeld in drie activiteiten, waarvan de video's hieronder te vinden zijn.

Improvisatie - Activiteit één

De eerste activiteit is gericht op aanpassingsvermogen en spontaniteit. Als u met een groep werkt, gaat u in paren werken. In tweetallen noemen jullie jezelf A en B en voorlopig is A de leider. A kan fysieke gebaren maken, die B zo goed mogelijk moet proberen te imiteren. A leidt en B volgt. Als je dat een tijdje geprobeerd hebt, wissel je om zodat B de leider wordt en A de volger. De volgende fase van deze oefening is proberen het leiderschap heen en weer te geven zonder erover te praten. Gewoon herkennen wanneer een van jullie volgt en de ander leidt en hoe dat kan worden verwisseld. Het volgende onderdeel van deze activiteit is om in een grote cirkel te gaan zitten. Eén persoon maakt een actie of een gebaar, dat door de hele kring wordt doorgegeven en iedereen kan kiezen of hij de actie herhaalt of dat hij de actie verandert. Probeer het als groep zo vaak mogelijk te veranderen en aan te passen.

Als je alleen werkt, moet je naar de andere video's gaan, die we hebben verstrekt als aanwijzingen om dit soort activiteiten zelf te doen.

Improvisatie - Activiteit Twee

De tweede activiteit in deze workshop gaat over status, en we zouden status kunnen zien als de manier waarop we op andere mensen overkomen, en of ze denken dat we zelfverzekerd of nerveus zijn, of we een ruimte bezitten of dat we verlegen en ongemakkelijk lijken. En dus is deze oefening bedoeld om je aan het denken te zetten over status, en de manier waarop je je presenteert aan te passen zodat je zelfverzekerder overkomt. Dit omvat zaken als lichaamstaal, gezichtsuitdrukking, stemtonen en gebaren. Voor de eerste oefening is een stoel nodig. De persoon die de oefening doet, verlaat de kamer en komt terug om de zin "Het spijt me dat ik te laat ben" te zeggen, zodra hij bij de stoel is. Dus ze verlaten de kamer, lopen naar binnen, gaan zitten en zeggen "Het spijt me dat ik te laat ben". De manier waarop ze 'sorry, ik ben te laat' zeggen hangt af van welke status ze hebben gekregen. Als iemand de workshop leidt, kunnen ze kaarten hebben met een tot tien. Tien is een zeer hoge status, super zelfverzekerd en helemaal niet verontschuldigend, en één is de laagste status, zo nerveus en

verontschuldigend dat ze nauwelijks op de stoel kunnen gaan zitten. Voer de oefening uit met verschillende statussen en praat met elkaar over waar je op reageert en waar je op reageert, en hoe je mensen ziet als zelfverzekerd of niet zelfverzekerd.

Improvisatie - Activiteit drie

De derde activiteit in deze sessie is een interviewimprovisatie en de eerste stap van deze oefening is om in tweetallen uiteen te gaan en een lijst van vragen op te schrijven die je denkt dat in een interview gesteld zouden kunnen worden. Je kunt bijvoorbeeld beslissen of het interview voor een opleiding of voor een baan is. Neem de tijd om een gedetailleerde lijst met vragen te maken. Zodra je een lijst met vragen hebt, ga je terug naar de hoofdgroep en kies je enkele vrijwilligers die zowel de interviewer als de geïnterviewde zijn. U kunt deze oefening zo vaak doen als u wilt, waarbij u verschillende vragen beantwoordt en mensen op verschillende manieren koppelt. Maar het geeft je wel de gelegenheid om te oefenen hoe je je in een interview moet gedragen. Je kunt denken aan de statusactiviteit die je eerder hebt uitgevoerd. Dus denk aan de manier waarop je de ruimte betreedt. Denk aan de manier waarop je op de stoel zit. Denk aan de manier waarop je oogcontact maakt met de persoon die je interviewt. Je kunt dit zo vaak oefenen als je wilt, zodat je je steeds zekerder gaat voelen over hoe je je zou gedragen als je in een interview zat. Als u alleen werkt, zijn er enkele video's met vragen waarop u kunt reageren, zodat u kunt oefenen om zelf een interview af te nemen.