

# Dr Louise Peacock - Stand Up Comedy Workshop (5)

## Doelstellingen van Stand-up Comedy Sessie:

Deze sessie maakt gebruik van technieken uit de stand-up comedy-lessen om deelnemers aan te moedigen verhalen te ontwikkelen op basis van hun leven en ervaringen. De oefeningen moedigen hen aan om een duidelijke houding te ontwikkelen ten opzichte van de dingen die ze zeggen, wat hen helpt om hun zelfvertrouwen en hun communicatievaardigheden te verbeteren.

## Leerresultaten

Nagaan hoe het putten uit ons eigen leven en onze ervaringen ons in staat kan stellen nieuwe informatie over onszelf te delen.

nieuwe manieren ontwikkelen om onszelf en onze identiteit te promoten

Nagaan hoe lachen, komedie en reageren op een publiek onze 4C-vaardigheden ontwikkelen.

## 4C vaardigheden:

Kritisch denken

Creativiteit

Communicatie

## Benodigde materialen:

Pen

Papier

Tijd	Activiteit	Aanvullende instructies
20 minuten	<b>Opwarmen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Inleiding tot het doel van de zitting</li><li>• <b>Stel jezelf voor (werk in tweetallen) en vertel je partner over een eenvoudig ding dat je vanmorgen is overkomen.</b></li><li>• <b>Vertel het nu opnieuw en verhoog de houding</b></li></ul>	<p>De deelnemers moeten opstaan en zich aan hun partner voorstellen alsof ze hem of haar voor het eerst ontmoeten. U kunt de deelnemers ook aan de hele groep laten voorstellen als u dat liever doet.</p> <p>Stel vragen over wat ze boeiend vonden, welke details ze zich vooral herinneren.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Als luisteraar wat is het verschil</b></li> </ul>	
35 minuten	<p><b>Rant en Rave</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Schrijf 5 onderwerpen op waar je een sterke mening over hebt (love or hate)</li> <li>● Kan ook worden gedaan met werkgerelateerde onderwerpen: uitdagingen/ervaringen/dingen die ze graag doen of dingen die ze haten om te doen.</li> <li>● Lees je 5 onderwerpen voor aan een (andere) partner. Laat ze er één kiezen</li> <li>● Doe hetzelfde voor hen</li> <li>● Rant voor 2 minuten</li> <li>● <b>Schrijf een drie minuten durende tirade over een van je onderwerpen. Telefoon computer, pen en papier</b></li> <li>● <b>Deel je woede met je partner</b></li> <li>● <b>Groepsgesprek:</b></li> </ul>	<p>De vijf onderwerpen kunnen van alles zijn, maar u kunt suggesties doen zoals dingen die hen irriteren, hobby's waar ze gepassioneerd over zijn, dingen die ze wel of niet graag eten.</p> <p>Dit zijn slechts verdere voorbeelden van ideeën die u hen zou kunnen geven.</p>
5 min.		<p>Het is goed om de stemrecorder op je telefoon aan te zetten. Als de ideeën aan het eind van de 2 minuten nog steeds binnenkomen, ben je in de juiste zone. Als je vastloopt, herhaal dan het onderwerp hardop. Dit zou je moeten helpen meer dingen te bedenken om te zeggen.</p>
15 min.		<p>De deelnemers moeten terugluisteren naar wat ze hebben opgenomen en zoveel mogelijk daarvan opschrijven. Vervolgens kunnen ze hierop voortbouwen om een stuk te schrijven dat ongeveer 3 minuten duurt.</p>
10 min.		<p>Als u dat wilt, kunt u elk individu aan de hele groep laten spreken. Het hangt ervan af hoe zelfverzekerd uw deelnemers zijn en hoe groot uw groep is.</p> <p>Voorgestelde vragen:</p> <p>Wat heb je ontdekt tijdens het schrijven?  Wat heb je ontdekt tijdens het luisteren?  Aandachtspunten:  Het belang voor het werk om op een interessante manier over je ervaringen te kunnen praten. Dit is een oefening in inhoud opbouwen en overdrijven, maar het creëert een proces waardoor meningen en</p>

		houdingen kunnen worden ontwikkeld en verfijnd.
35 minuten	<p><b>Vragen om een grap/een snelle reactie uit te lokken</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In groepen van 4 of 5</li> <li>• Reageer op open vragen (wat doe je graag? Wat haat je om te doen? Wat is het moeilijkste dat je ooit hebt gedaan? Wat is je favoriete eten/sport/team/boek/film? Waar ben je het meest trots op?</li> <li>• Wijs een notulist aan om alles bij te houden wat mensen aan het lachen maakt, wat bijzonder belangrijk voelt.</li> <li>• Moedig enige discussie aan over hoe deze activiteit was om te doen.</li> </ul>	<p>Afhankelijk van de groep kunt u dit doen als een hele groep, kleine groepjes of zelfs met z'n tweeën, maar met z'n tweeën is een uitdaging voor de vragensteller.</p> <p>Besteed ten minste 10 minuten aan het genereren van vragen, zodat de vragenstellers goed voorbereid zijn om de vragen snel te laten doorstromen. Zij kunnen onderweg extra vragen toevoegen als er nieuwe dingen in hen opkomen.</p> <p>Iedereen in de groep moet om de beurt ondervraagd worden. Afhankelijk van de groepsgrootte kunt u 10 tot 20 minuten besteden aan dit deel van de oefening.</p>
20 minuten	<p>Het redactieproces Neem een van de onderwerpen en werk het uit tot een stuk van 300 woorden. Besteed tijd aan woordkeuze en denk na over houding en duidelijkheid.</p> <p>Oefen het vertellen van dit verhaal. Vertel het aan iemand - vraag hun mening</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Is het duidelijk?</li> <li>• Bevat het alle belangrijke details</li> <li>• Is het interessant.</li> </ul> <p>Dit kan iets zijn wat leerlingen opnemen in een portfolio, gebruiken bij een sollicitatie of gebruiken als voorbereiding op een sollicitatiegesprek.</p>	

## Verdere middelen

## Websites

Stand up comedy voor spreken in het openbaar: <https://colinjamesmethod.com/comedy-tips-improve-publicspeaking/>

Hoe schrijf je een grap: <https://www.youtube.com/watch?v=itWxXyCfW5s>

De basis van stand up: <https://www.openingjoke.com/Stand-Up-Comedy-Writing.html>

## Boeken

Cavalli, Simon. *How To Be A Stand Up Comedian: The Beginners Guide Towards Becoming A Successful Stand-up Comedian*. 2013

Cooper, John. *Presenteer jezelf: Een geïllustreerde gids voor spreken in het openbaar en het opbouwen van zelfvertrouwen*. (2018)