

Storytelling toolkit



Co-funded by
the European Union



Erasmus+

inhoud

INLEIDING	3
DE KRACHT VAN STORYTELLING	4
HOE DEZE STORYTELLING TOOLKIT TE GEBRUIKEN?	7
HOE KIES JE DE JUISTE WORKSHOP?	8
STORYTELLING VOOR BEGINNERS, EENVOUDIGE WARMING-UPS ...	10
KIES JE DISCIPLINE	13
METROKAART MET WORKSHOPS	14
BEELDENDE KUNST	15
CREATIEF SCHRIJVEN	23
MUZIEK	34
DRAMATISCHE EXPRESSIE	42
CONCLUSIE	50
COLOFON	51

inleiding

Door middel van een innovatieve aanpak wil het GUTS-project een methode ontwikkelen die helpt om recidive onder jonge delinquenten te verminderen. We willen hen helpen doelen te stellen voor hun toekomst en hen instrumenten aanreiken om betere en actievere burgers te worden.

Het GUTS-project richt zich op verteltechnieken en het schrijven van rapsongs om gedetineerden te helpen na te denken over hun situatie en hun daden, waardoor ze de kans krijgen hun probleemoplossende vaardigheden en hun verantwoordelijkheidsgevoel te vergroten en zich een toekomst zonder criminaliteit voor te stellen.

De storytelling toolkit is ontworpen in samenwerking met alle partners van het GUTS-project om een nuttig hulpmiddel te bieden aan alle organisaties die geïnteresseerd zijn in het ondersteunen van jongeren en volwassenen binnen verschillende gemeenschappen.

De toolkit bevat verschillende methodieken die elke organisatie kan gebruiken om workshops te organiseren voor volwassenen en jongeren, om nieuwe vaardigheden te ontwikkelen, bruggen te bouwen en hen te helpen een krachtiger stem te krijgen in hun gemeenschap.



De kracht van storytelling

STORYTELLING WORKSHOPS VOOR GEDETINEERDEN: EEN REIS NAAR REHABILITATIE EN GROEI

In het complexe landschap van detentie krijgen innovatieve benaderingen op het gebied van rehabilitatie steeds meer erkenning vanwege hun potentieel om positieve veranderingen teweeg te brengen. Een voorbeeld van zo'n aanpak zijn de storytelling workshops voor gedetineerden.

Onderzoek toont aan dat deze workshops diepgaande therapeutische, communicatieve en gemeenschapsvormende effecten hebben, die bijdragen aan het algemene welzijn van mensen in detentie en daarbuiten.



1. Therapeutische voordelen: emoties ontsluiten via het vertellen van verhalen

Het vertellen van verhalen is een krachtig medium voor mensen om hun emoties te uiten. In deze zoektocht naar persoonlijke verhalen wordt het mogelijk trauma's beter te verwerken.

2. Communicatieve vaardigheden verbeteren: verandering stimuleren door het schrijven van verhalen

Door deel te nemen aan storytelling workshops kunnen de deelnemers hun gedachten en ervaringen verwoorden, wat de onderlinge communicatie verbetert.

3. Empathie en begrip bevorderen: het delen van verhalen

Begrip en empathie zijn essentiële componenten van herstel. M. H. Davis definieert empathie als *'de reacties van het ene individu op de waargenomen ervaringen van een ander'**

In een detentiecontext bevordert het delen van persoonlijke verhalen het wederzijds begrip tussen de gedetineerden, wat bijdraagt aan een meer empathische en ondersteunende omgeving.

*Davis, M.H. (1980). Een multidimensionale benadering van individuele verschillen in empathie. JSAS-catalogus van geselecteerde documenten in de psychologie, 10, 85.

4. Bevordering van rehabilitatie en persoonlijke groei: verhalen in een ander kader plaatsen en herformuleren

Het proces stelt gedetineerden in staat hun levensverhalen opnieuw vorm te geven, positieve veranderingen voor ogen te hebben en de weg vrij te maken voor persoonlijke transformatie.

5. Community Building: verbindende verhalen

Detentie leidt vaak tot gevoelens van isolement en vervreemding.



6. Creativiteit en verbeelding: het vertellen van verhalen als middel tot zelfexpressie

Storytelling in gevangenissen wordt gezien als een middel om de creativiteit en verbeeldingskracht te vergroten. Gedetineerden leren zich via deze workshops beter uit te drukken en zichzelf persoonlijk verder te ontwikkelen

“Het creëren van verhalen draagt bij aan zowel de individuele als de collectieve identiteit en bevordert het gevoel van samenhang onder gedetineerden.”

Het delen van verhalen versterkt niet alleen de band binnen de gemeenschap, maar ook het gevoel van ergens bij te horen.”

** Senehi J. (2002) Constructieve verhalen vertellen: een vredesproces, Universiteit van Manitoba

7. Re-integratievaardigheden: mensen in detentie voorbereiden op een nieuwe start.

Verbeterde communicatie, empathie en creatieve expressie dragen bij aan de bereidheid van een individu om de uitdagingen van re-integratie het hoofd te bieden.

Verhalenverteller en schrijver Gary Green zegt dat *“het delen van verhalen over levenservaringen niet alleen waardevol is voor het bevorderen van begrip – het kan ook helpen belangrijke informatie te onthouden die onze toekomstige handelingen kunnen sturen.”*

8. Persoonlijke getuigenissen: verhalen over verandering en groei

Het Pen Project, een initiatief om creativiteit in gevangenen te bevorderen, bundelt persoonlijke getuigenissen van gedetineerden. Deze persoonlijke verhalen bieden boeiende inzichten in de transformerende impact van storytelling en creatief schrijven op individuen.



Concluderend

Hoewel kwantitatieve statistieken over de impact van storytelling-workshops misschien beperkt zijn, schetst de combinatie van kwalitatief onderzoek, persoonlijke getuigenissen en bewijsmateriaal uit bestaande onderzoeken een overtuigend beeld. Storytellingworkshops in detentie bieden individuen een kans op zelfontdekking, het opbouwen van een gemeenschapsgevoel, het uiten van hun emoties en een pad naar positieve verandering.

***C. Hennebury,(2020) Storytelling is niet alleen entertainment. Het is een fundamenteel onderdeel van het mens zijn

Hoe deze storytelling toolkit te gebruiken?

Deze storytelling toolkit biedt 'kant-en-klare' workshops die direct toepasbaar zijn in de praktijk met mensen binnen je organisatie of gemeenschap.

Elk lesplan bevat gedetailleerde informatie om je te begeleiden bij een effectieve voorbereiding en uitvoering van de workshops.

De workshops in deze toolkit dienen als krachtig instrument om zowel volwassenen als jongeren te inspireren en te stimuleren om hun verhalen te vertellen. Door hun eigen ervaringen te integreren, te delen en te versterken, worden ze aangemoedigd om hun stem te laten horen.



Hoe kies je de juiste workshop?

Het organiseren van een goede storytelling workshop in een gevangeniscontext is vanwege de specifieke doelgroep en de lastige omgeving geen gemakkelijke opgave. Je moet met allerlei factoren rekening houden voordat je met je workshop van start gaat.

Voor een succesvolle workshop moeten enkele basisvoorwaarden vervuld zijn

01 Grootte van de groep

Het aantal mensen in je groep is belangrijk zodat je een workshop kunt kiezen die past bij de grootte van je groep. Het is aan te raden het aantal te beperken om een veilige omgeving te creëren waar de deelnemers zich op hun gemak voelen.

02 Workshopduur

Als je op de hoogte bent van de duur van de workshop, kun je deze beter plannen, deelnemers informeren over het tijdschema en de trainingsruimte op het juiste moment reserveren.



03 Vereiste materialen

Als je weet wat de vereiste materialen zijn voor de workshop, kun je vooraf voldoende en geschikte materialen aanschaffen. Het gebruik van een checklist kan ervoor zorgen dat je alles in huis hebt voordat de workshop begint. We adviseren om de voorbereidingen de dag voor de workshop af te ronden.

04 Ruimte

Het is van essentieel belang om de omvang van de ruimte af te stemmen op het aantal deelnemers, de ruimtelijke opstelling en de beschikbaarheid van benodigde apparatuur, zoals projectoren, whiteboards en internetverbindingen. Zorg er tevens voor dat er voldoende bewegingsruimte is.

05 Doelstellingen

De doelstellingen geven aan wat van jonge gedetineerden verwacht wordt te bereiken na deelname aan de workshop. Deze doelen kunnen worden ingezet om de workshop te promoten, verwachtingen aan het begin van de training te introduceren en jongeren te begeleiden naar de gewenste resultaten.

06 Presentatie

Deze stappen presenteren een nauwkeurig plan voor het uitvoeren van de workshop. Dit omvat het starten van de workshop, het begeleiden van de deelnemers en het geven van instructies, het opvolgen en reflecteren van de activiteiten, en het plannen van de benodigde tijd voor elke stap.

07 Creëer een veilige ruimte

Het creëren van een veilige en respectvolle omgeving is van groot belang, zodat deelnemers zich comfortabel voelen om hun verhaal te delen, met respect voor ieders privacy en vertrouwen.



08 Uitdagingen

Er zijn diverse uitdagingen waarmee rekening gehouden moet worden, zoals:

Beperkte toegang: Middelen, materialen, technologie en internet kunnen beperkt beschikbaar zijn.

Beperkte tijd: Gedetineerden kunnen vanwege hun dagelijkse routines beperkte tijd hebben om aan activiteiten deel te nemen.

Beperkte deelname: Sommige jonge gedetineerden zullen terughoudend zijn om deel te nemen aan activiteiten vanwege een gebrek aan zelfvertrouwen, eerdere negatieve ervaringen, of andere factoren.

Beperkte betrokkenheid: Het kan nodig zijn om de activiteit op een zeer interactieve, visueel aantrekkelijke en emotioneel meeslepende manier te presenteren om hun betrokkenheid te vergroten.

Beperkte privacy: Gedetineerden kunnen binnen de penitentiaire inrichting beperkte privacy ervaren, wat het moeilijk kan maken om zich vrij te uiten.

Storytelling voor beginners: eenvoudige warming-ups

HELP! 'IK KAN HELEMAAL NIETS...'



Een leuke "icebreaker" met je groep: knip gelijke stroken papier en geef elk lid van de groep er één. Iedereen zet voor zichzelf een zin op papier die begint met '*Ik kan helemaal niet...*' of '*Ik ben helemaal niet...*'; en vouwt vervolgens het papiertje dicht. Je leest dan telkens een strook voor en de groep moet raden wie deze heeft geschreven. Het gaat natuurlijk vooral om het gesprek dat volgt.

PRATEN MET JE LICHAAM

Storytelling gaat niet alleen over woorden, maar ook over hoe je het overbrengt. Over de non-verbale elementen. Deze oefening helpt hierbij. Kies een goede beat (van freemusicarchive.org/genre/hip-hop_beats) en creëer individueel een rap waarin jij een bijzonder verhaal van de groep vertelt. Een luchtig liedje, waarin je de struggles en het succes van de groep toejuicht. Maak er een wedstrijd van: wie heeft de beste rap- en matching moves? Gebruik dus niet alleen je stem, maar ook je handen en je heupen.

EN TOEN...

Een leuke energizer als oefening voor je hersenen:
Je begint met een zin over een willekeurig voorval
en de persoon naast je vervolgt het verhaal met:
'En toen..'; en dan de persoon naast je
enzovoort...

*'We gingen naar het strand...en toen...waren er
grote vliegtuigen...en toen...viel er een vliegtuig in
de zee...';*

Dit zorgt voor een onzinnig, maar ook redelijk
rechttoe rechtaan verhaal. Het wordt boeiender als
je steeds mag kiezen tussen het verbindingswoordje
'maar...'; en '... en daarom'.

*'We gingen naar het strand...maar...de zee was
leeg...en daarom haalden we water bij een
benzinstation...'*

GEDEELD DOOR DRIE

Beschrijf je verhaal in minimaal 21 en
maximaal 27 woorden.

Kies vervolgens maximaal 9 afzonderlijke
woorden die de kern van je verhaal vormen
en schrijf ze op.

Bespreek dit vervolgens in duo en wis zes
woorden totdat je drie
sleutelwoorden overhoudt. Deze drie
woorden gebruik je dan als sluitstuk
voor je persoonlijke verhaal, verhaal van
de groep of organisatieverhaal.

HINTS ZONDER HANDEN...

Deze mooie energizer voor een storytelling sessie is een soort van 'hints', maar dan zonder je handen en lichaam te gebruiken. Je moet een woord omschrijven in woorden, zonder het woord te noemen. En doe dat binnen 30 seconden.



WIJ ZOUDEN..

Deze oefening doe je met meerdere mensen. Het doel is om de overeenkomsten en verschillen in jullie (groep)droom te ontdekken. Je verzint een speciale gebeurtenis en begint te fantaseren in de 'dan zouden we' vorm.

Bijvoorbeeld: *'Als we de loterij zouden winnen, zouden we een jacht kopen'*. De tweede persoon volgt dit op met *'..Dan zouden we de oceaan over zeilen'*, de volgende met *'..Dan zouden we op walvissen gaan vissen, en weer de volgende'..Dan zouden we Moby Dick ontmoeten'*, enzovoort.

Kies je discipline

beeldende kunst

Workshops waarin diverse beeldende technieken centraal staan, zoals schilderen, collages, tekenen, fotografie.

creatief schrijven

Een reeks workshops waarin een scala aan schrijftechnieken wordt onderzocht, zoals poëzie, vrij schrijven, het creëren van verhalen en meer.

muziek

Een scala aan workshops waarin muziek wordt gecombineerd met diverse schrijftechnieken. Een levendige ontdekkingsstocht van creatieve en muzikale expressie bij het vertellen van verhalen.

dramatische expressie

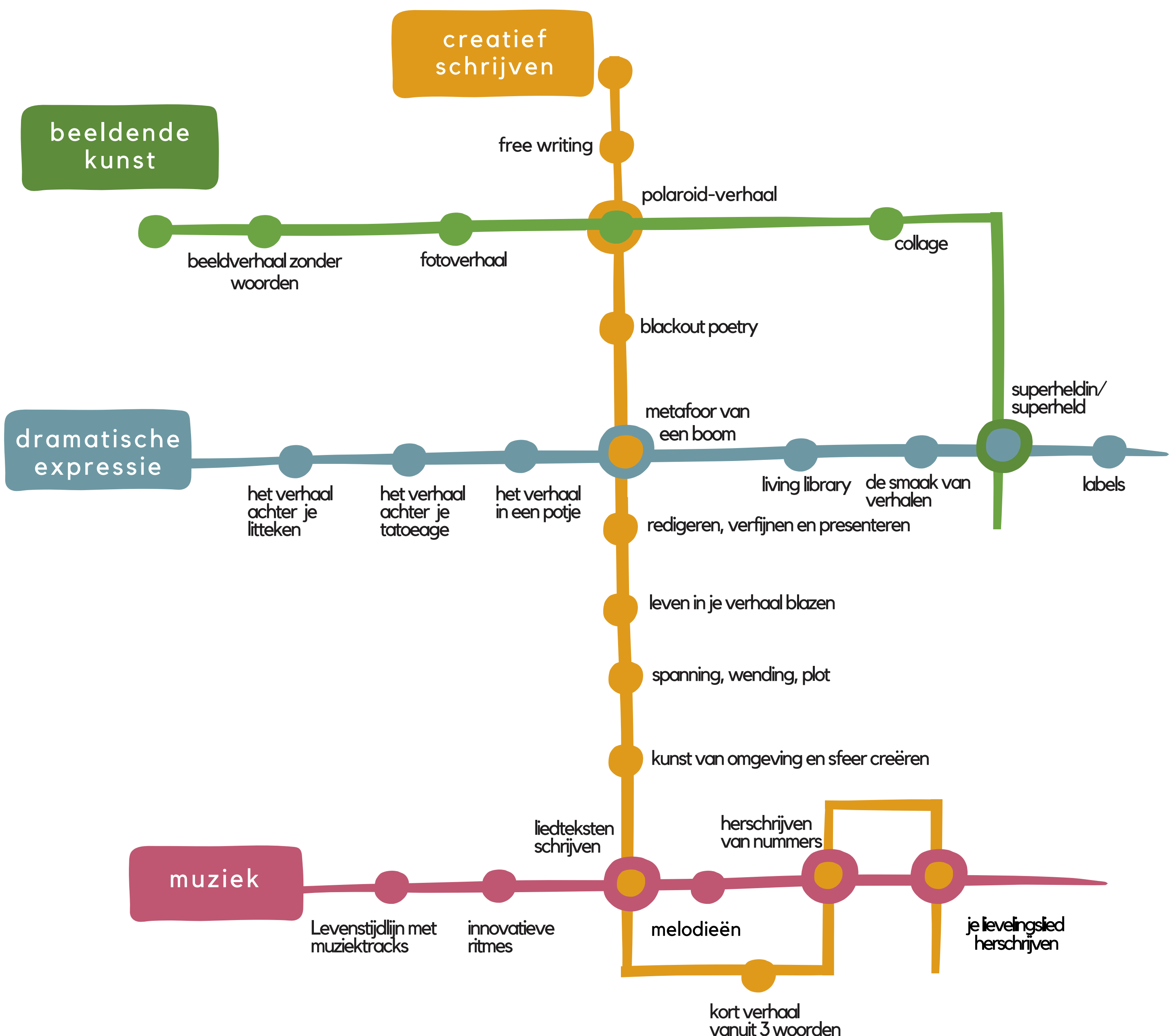
Boeiende workshops die de synergie tussen theater en fysieke uitingsvormen benutten en een dynamisch platform bieden voor zelfexpressie

Metrokaart met workshops

In storytellingworkshops worden vaak verschillende creatieve vormen, zoals o.a. schrijven, beeldende kunst, muziek, theater gecombineerd. Bij veel activiteiten lopen de disciplines naadloos in elkaar over en vormen zo een dynamisch geheel.

Om door dit gevarieerde landschap te navigeren, hebben we een workshop 'kaart' gemaakt, een soort metro kaart, een visueel hulpmiddel om je te helpen bij het verkennen en kiezen van de meest geschikte workshops voor jouw groep.

LATEN WE BEGINNEN AAN EEN REIS MET VERHALEN WAARIN SCHRIJVEN, BEELDDE KUNST, MUZIEK EN ANDERE ARTISTIEKE EXPRESSIEVORMEN SAMENKOMEN OM ZO GRENZELOZE CREATIEVE MOGELIJKHEDEN TE ONTDEKKEN.



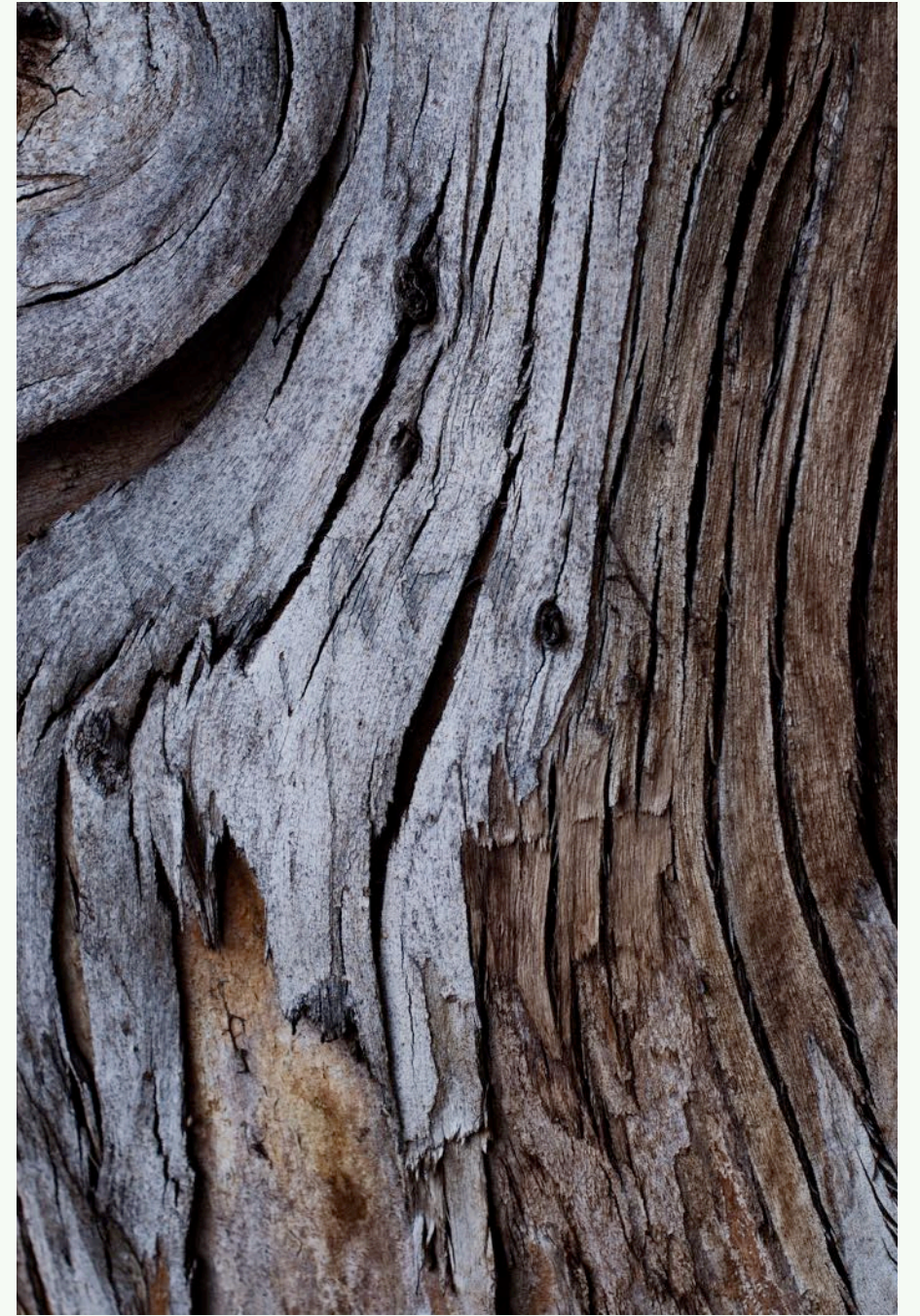
Beeldende kunst



**BEELDVERHAAL
ZONDER
WOORDEN**



**METAFOOR VAN
EEN BOOM**



**POLAROID
VERHAAL**



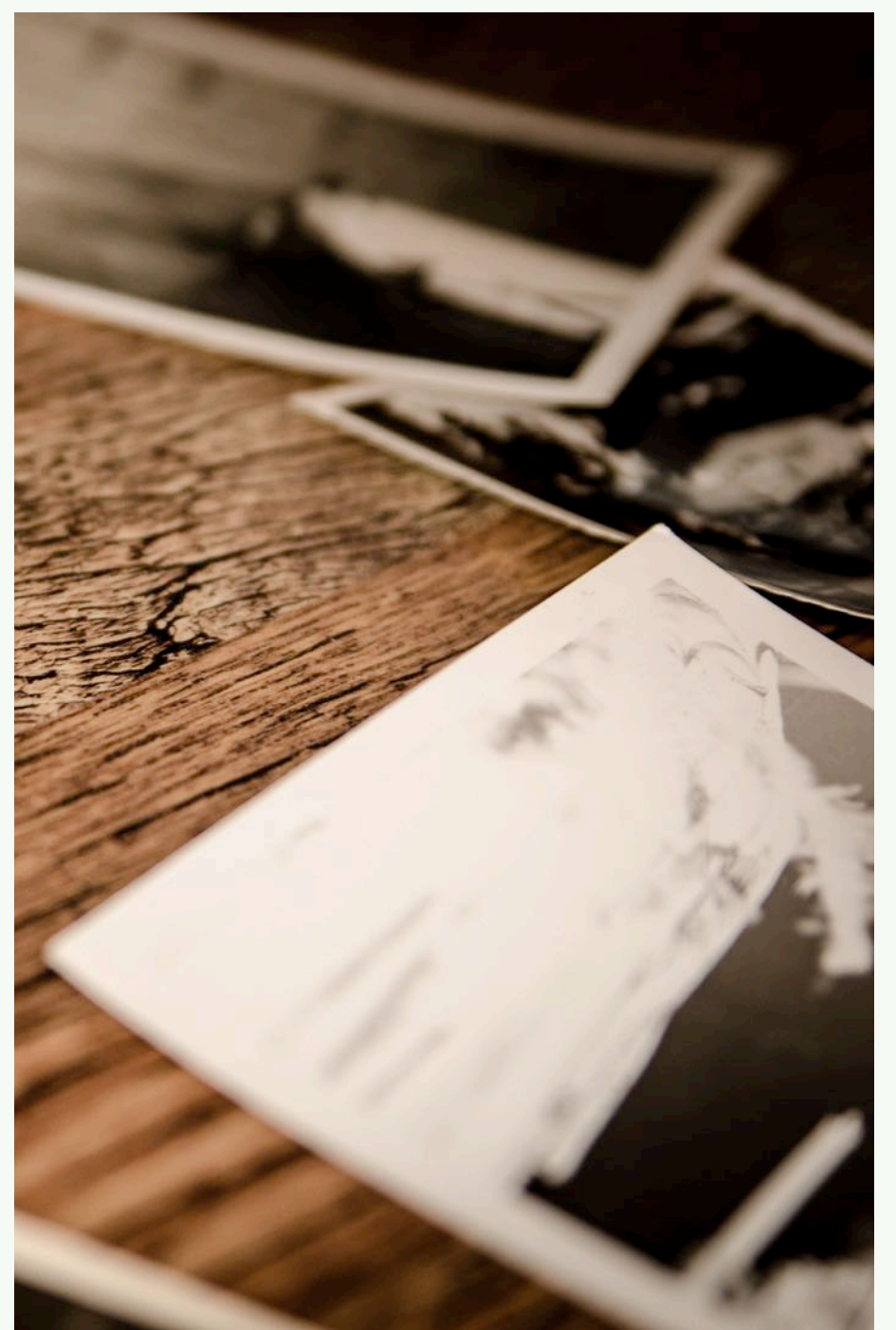
COLLAGE



**SUPERHELDIN /
SUPERHELD**



FOTOVERHAAL





BEELDVERHAAL ZONDER WOORDEN

DOELSTELLINGEN

- Een verhaal maken zonder taalkundige belemmeringen
- Workshops die geen specifieke vaardigheden vereisen om de inhoud te kunnen ontwikkelen

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Moeite om de groep stil te houden.

Tip: Vermijd het luisteren naar muziek of het door elkaar spreken van andere talen

PRESENTATIE

We beginnen met het principe: "Communicatie vereist geen woorden."

De begeleider legt uit dat er gedurende de workshop niet gesproken zal worden.

Het proces bestaat uit drie stappen:

- Zoek afbeeldingen en bevestig ze op een ondergrond.
- Hang een draad op en hang de afbeeldingen één voor één op.
- Verplaats de vellen totdat de definitieve positie is gekozen.

De begeleider geeft alleen aanwijzingen voor de volgende taken, zonder te spreken, maar met behulp van drie borden die de drie stappen vertegenwoordigen.

De groep wordt verdeeld in twee of drie, afhankelijk van het totaal aantal deelnemers. Ze krijgen stapels kranten en tijdschriften (sport, mode, muziek, enz.) en moeten een iconische afbeelding kiezen, zoals een paraplu, een bal, een gitaar of een bloem.

Elke deelnemer ontvangt wit papier en één rode marker. Ze mogen maximaal drie iconen kiezen en deze in het midden van het vel plakken of in gestileerde vorm tekenen.

Nadat de wasdraden zijn geïnstalleerd, hangt elke deelnemer zijn eigen papier op en deelt zijn keuzes met de groep. De groep wordt gevraagd de vellen te verwisselen als een andere volgorde beter resoneert, maar zonder woorden te gebruiken.

Tot slot wordt de groep gevraagd om hun ervaringen te delen: het werken in stilte, de emoties die de beelden oproepen, maar ook wat ze dachten dat ze communiceerden, enzovoort.

DEELNEMERS: min. 6

RUIMTE:

Buiten, met bomen in de buurt om draden te bevestigen die worden gebruikt voor het ophangen van de vellen

DUUR: 30 minuten

MATERIAAL:

vellen papier, rode stiften, tape, lijm, schaar, wasknijpers.

METAFOOR VAN EEN BOOM

DOELSTELLINGEN

- Moedig de deelnemers aan om na te denken over hun positieve eigenschappen, vaardigheden en interesses.
- Stimuleer zelfinzicht door te vragen naar persoonlijke doelen en dromen.
- Bevorder saamhorigheidsgevoel door het erkennen en waarderen van relaties met dierbaren
- Maak het mogelijk persoonlijke groei op een creatieve manier uit te drukken via de metafoor van een boom.
- Help hen hun sterke punten, patronen en ambities visueel in kaart te brengen.

UITDAGINGEN&TIPS

Uitdaging: Deelnemers kunnen het een uitdaging vinden om persoonlijke gedachten en aspecten van zichzelf openlijk te delen.

Tip: Het creëren van een veilige, respectvolle en niet-oordelende omgeving is cruciaal om deze uitdaging te kunnen aangaan.

PRESENTATIE

Neem drie vellen papier.

- Op het eerste blad schrijf je positieve eigenschappen over jezelf, zoals verantwoordelijkheid, kameraadschap, intelligentie, vrijgevigheid, netheid, enzovoort, samen met de activiteiten die je graag doet, zoals lezen, schrijven, hardlopen, spelletjes, voetbal, wandelen, koken, enzovoort.
- Op het tweede blad noteer je je dromen, doelen en wensen, groot of klein.
- Op het derde blad schrijf je de namen van de mensen van wie je houdt of die van jou houden.

Teken nu een boom met wortels, stam en takken, en kleur hem in zoals je wilt. Vervolgens zet je in de wortels de vaardigheden en activiteiten die je graag doet (van het eerste blad). In de stam zet je de namen van diegene die je ondersteunen die je op het derde vel hebt geschreven. In de takken zet je je doelen en dromen.

Zoals je misschien hebt gemerkt, vertegenwoordigt de boom jou en vertelt hij iets over jouw levensverhaal. Maar hij is onvolledig omdat hij blijft groeien en veranderen door de seizoenen heen. Als je daar zin in hebt, deel je je boom met de groep en geef je met één woord aan hoe je boom eruitziet of welke emotie hij bij je oproept.

DEELNEMERS: maximaal 15

RUIMTE:

De ruimte moet deelnemers een comfortabele omgeving bieden om op hun verhaal op papier te schrijven of te tekenen

DUUR: 1 uur

MATERIAAL:

vellen papier, potloden, kleurpotloden



POLAROID- VERHAAL

DOELSTELLINGEN

- Stimuleer creativiteit en verbeelding door een kunstzinnige benadering.
- Bevorderen van samenwerking en vertelkunst bij de deelnemers.
- Het aanmoedigen van emotionele expressie en reflectie met het oog op persoonlijke groei.
- het overwinnen van de barrières die iemand kan hebben voor een leeg vel papier

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdagingen: Sommige deelnemers kunnen in het begin moeite hebben met het bedenken van een creatief idee.

Uitdagingen: Het kan voor sommigen lastig zijn om hun foto's op een waardevolle manier met anderen te verbinden.

Tips: Zorg als begeleider voor een niet-oordelende en ondersteunende omgeving waarin deelnemers zich op hun gemak voelen om hun ideeën en emoties te delen.

Tips: Bied begeleiding bij het vertellen van verhalen door verbanden tussen polaroids te suggereren.

Tips: Bevorder communicatie en samenwerking in kleine groepen.

PRESENTATIE

De workshop omvat het maken van een verhaal met polaroids en gerecyclede materialen.

Elke deelnemer krijgt een kartonnen polaroidkaart en wordt uitgenodigd om een foto te maken met beschikbare materialen - zoals een plek, personage, situatie, object of dier. Vrijheid van verbeelding is essentieel.

Daarna delen deelnemers hun polaroids op tafel en maken gezamenlijk een verhaal, begeleid door het ophangen van de foto's in de gewenste volgorde. Het verhaal kan vervolgens mondeling of schriftelijk worden verteld.

Na afloop is er een kringgesprek om ervaringen, emoties en gevoelens te delen.

DEELNEMERS: 4-8

RUIMTE:

Zoek een veilige plek om persoonlijke verhalen te delen

DUUR: 1 uur

MATERIAAL:

kartonnen kaart, wit papier, kleuren, lijm, tijdschriften, touwtjes, wasknijpers, scharen, verf



DOELSTELLINGEN

- Ontdek de combinatie van beeldende en geschreven verhalen door middel van collagetechnieken.
- Stimuleer creatieve uitdrucksvaardigheid door de gebruikelijke manieren van verhalen vertellen te doorbreken, vertel verhalen vanuit een ander perspectief en op een visueel stimulerende manier.
- Ontwikkel een sterkere verbinding tussen emoties, beelden en woorden, waardoor de totale beleving van storytelling verbetert.

DEELNEMERS: 4-8

RUIMTE:

Zoek een veilige plek om persoonlijke verhalen te delen

DUUR: 1 uur

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Een collage en een verhaal maken binnen de afgesproken tijd kan een uitdaging zijn.

Uitdaging: Deelnemers kunnen zich onder druk gezet voelen om een "perfecte" collage te maken, wat hun creatieve creativiteit kan belemmeren.

Tip: Moedig deelnemers aan om zich te concentreren op de belangrijkste aspecten die zorgen voor een samenhangende en betekenisvolle vertelervaring.

Tip: Benadruk dat collages altijd gevarieerd en niet perfect zijn en stimuleer een gevoel van vrijheid en acceptatie

MATERIAAL:

kartonnen kaart, wit papier, kleuren, lijm, tijdschriften, touwtjes, wasknijpers

PRESENTATIE

Geef een inleiding bij deze workshop en de diverse materialen, zoals tijdschriften, scharen, lijm, kleuren en andere voorwerpen zoals stof en karton, ter ondersteuning van het creëren van collages.

Benadruk de vrijheid om creatieve uitdrucksvormen te gebruiken die verder gaan dan de traditionele vertelmethode. Deelnemers worden aangemoedigd om collages te maken die hun verhalen vertellen door afbeeldingen en woorden te combineren op een manier die bij hen past. Stimuleer de deelnemers om te experimenteren met symbolen, kleur en structuur om emoties en verhaallijnen over te brengen. Vraag de deelnemers om na te denken over hun eigen collages en het verhaal dat ze hebben gecreëerd te duiden. Stel vragen om de deelnemers te helpen het verhaal achter hun collage te verwoorden.

Aan het einde van de activiteit worden de deelnemers uitgenodigd om hun collages en de verhalen die ze hebben gemaakt met de groep te delen. Stimuleer open discussie en feedback en benadruk de verschillende interpretaties en unieke elementen van elke collage.



SUPERHELDIN / SUPERHELD

DOELSTELLINGEN

- Moedig creativiteit en out-of-the-box-denken aan voor het bedenken van unieke superhelden, inclusief speciale kenmerken, krachten en uiterlijk.
- Bevorder teamwerk met diverse vaardigheden en ontwikkel kritisch denken door deelnemers te begeleiden bij het brainstormen en aanpakken van uitdagingen voor hun personages.
- Versterk communicatievaardigheden door groeps-presentaties en bouw storytelling-vaardigheden op door het bedenken van verhalen met uitdagingen, tegenstanders en oplossingsmethoden.

UITDAGINGEN&TIPS

Uitdaging: Deelnemers kunnen onbedoeld in clichés vervallen. Stimuleer het uitproberen van ongebruikelijke ideeën en het vermijden van stereotypen.

Tip: Prijs de eigenheid door deelnemers aan te moedigen hun unieke creatieve talenten te omarmen en persoonlijke waarden tot uitdrukking te brengen in hun superheld/superheldin-ontwerpen.

Tip: Bied hulp bij het overwinnen van uitdagingen en het leren omgaan met het creatieve proces en zorg voor een stimulerende leeromgeving.

PRESENTATIE

Het tekenen van je superheld/superheldin.

Deelnemers krijgen sjablonen, strips en tekenmateriaal om het uiterlijk van hun superheld/superheldin te schetsen. Stimuleer hen om unieke kenmerken, symbolen en kleuren te kiezen. Ze moeten ook de unieke krachten van hun superheld/superheldin kiezen en deze op het vel tekenen.

Verbind de eigenschappen van de superheld met zijn/haar rol in de samenleving en stel vragen om ideeën of discussies op gang te brengen: Hoe ziet jouw superheld eruit? Welke superkrachten heeft hij/zij? Met welke problemen wordt hij/zij geconfronteerd? Hoe lost hij/zij deze problemen op?

Deelnemers kiezen een naam voor hun superhelden en stellen ze aan het einde van de workshop aan de groep voor, samen met hun missie.

Als de workshop wordt voortgezet, worden deelnemers verdeeld in groepen van maximaal 4 personen. Verschillende uitdagingen worden gepresenteerd om de groepen aan te moedigen gezamenlijke oplossingen te bedenken, rekening houdend met verschillende vaardigheden en achtergronden. Deelnemers worden gestimuleerd om creatief na te denken over hoe hun superhelden/heldinnen uitdagingen kunnen overwinnen. Elke groep presenteert aan het einde van de activiteit zijn superhelden, krachten, team, uitdagingen en oplossingen.

DEELNEMERS: +/- 10-20

RUIMTE:

Ruimte met tafels, stoelen en voldoende ruimte voor deelnemers om te bewegen tijdens presentaties.

DUUR: 60/120 minuten

MATERIAAL:

Papier, potloden, stiften of ander tekenmateriaal. Whiteboard of flip-over voor groepsbrainstorming.



FOTOVERHAAL

DOELSTELLINGEN

- Geef emoties en een beeld van jezelf door middel van fotografie
- Bepaal en formuleer een thema of onderwerp voor het maken van een beeldend verhaal.
- Ontwikkel vaardigheden bij het plannen en uitvoeren van een effectieve fotoshoot.
- Leer foto's selecteren die een samenhangend verhaal vertellen en ontwikkel vaardigheden in de creatieve presentatie van beeldende verhalen.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Het vertalen van ideeën naar een beeldverhaal kan moeilijk zijn, en deelnemers vinden het soms lastig om hun boodschap effectief over te brengen via beelden.

Tip: Benadruk het belang van het selecteren van beelden die het verhaal het beste samenvatten. Feedback geven over hoe goed de afbeeldingen het gekozen thema overbrengen kan deelnemers helpen bij het ontwikkelen van hun vertelvaardigheden en het creëren van een beeldend verhaal met meer impact. Ze kunnen ook kleine notities of tekst toevoegen onder de foto's.

PRESENTATIE

Elke deelnemer kiest een onderwerp voor een beeldverhaal, zonder goede of foute keuzes, zolang het onderwerp hen interesseert. Maak plannen om het onderwerp te fotograferen, variërend van eenvoudigweg een camera pakken en naar een locatie gaan tot het bouwen van sets en plannen van meerdere shoots.

Creëer vervolgens het verhaal door de genomen foto's te selecteren en te beslissen welke het sterkst zijn en het verhaal het beste vertellen. Dit kan variëren van één enkele foto tot maximaal vijf. De deelnemers hebben de vrijheid om hun verhaal te presenteren op hun eigen creatieve manier, mondeling, met tekst onder de afbeeldingen of door de interpretatie aan het publiek over te laten.

DEELNEMERS: 2-8

RUIMTE:
Foto's kunnen binnen of buiten worden gemaakt op plaatsen met goed licht. Voor verhaalvoorbereiding en presentatie wordt een binnenlocatie aanbevolen.

DUUR: 2-3 uur

MATERIAAL:
camera's, laptops, printer, fotopapier, papier, pennen en stiften

Creatief schrijven



**FREE
WRITING**



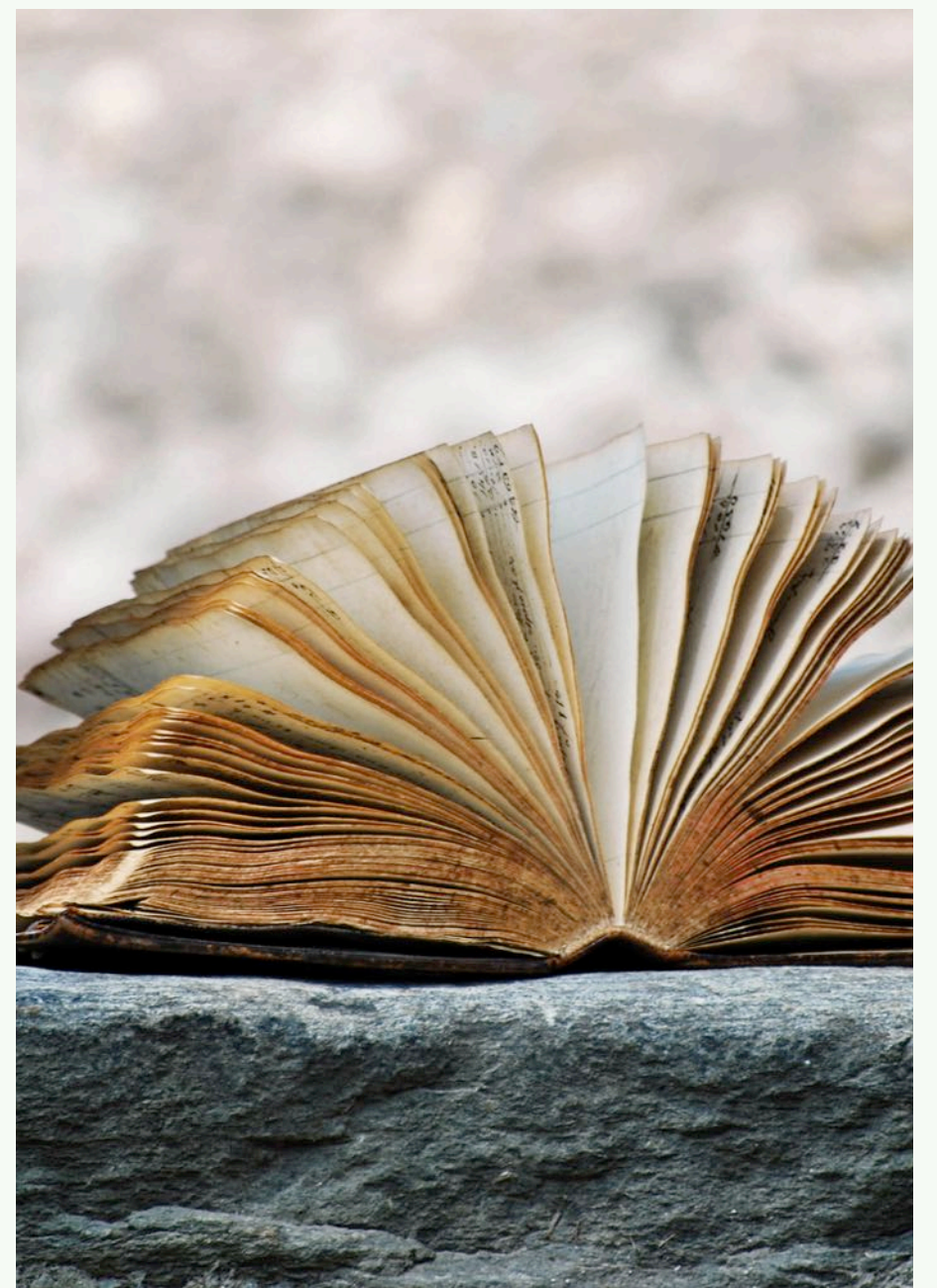
**BLACKOUT
POETRY**



**KORT VERHAAL
VANUIT
3 WOORDEN**



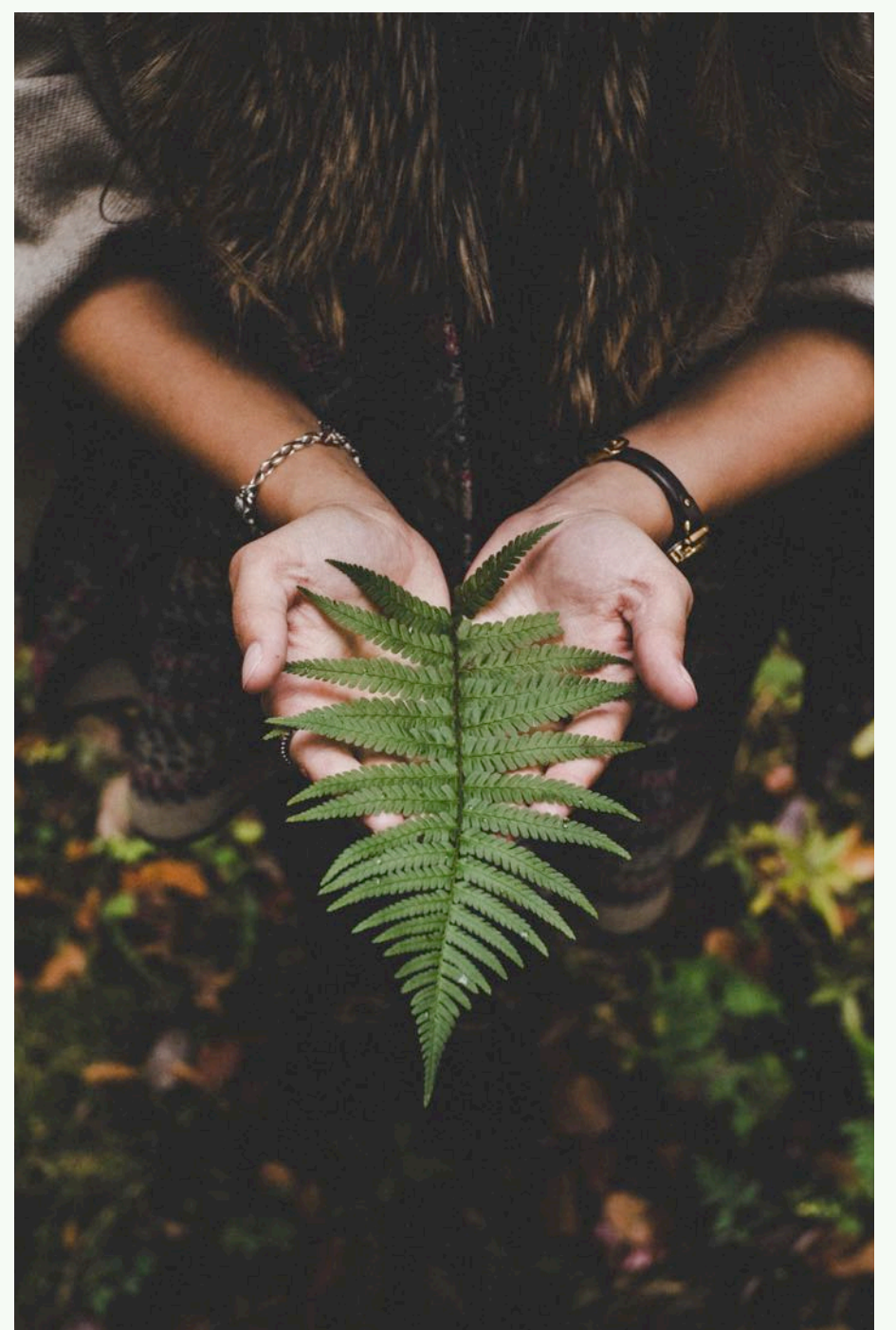
**VERHALEN
CREËREN**

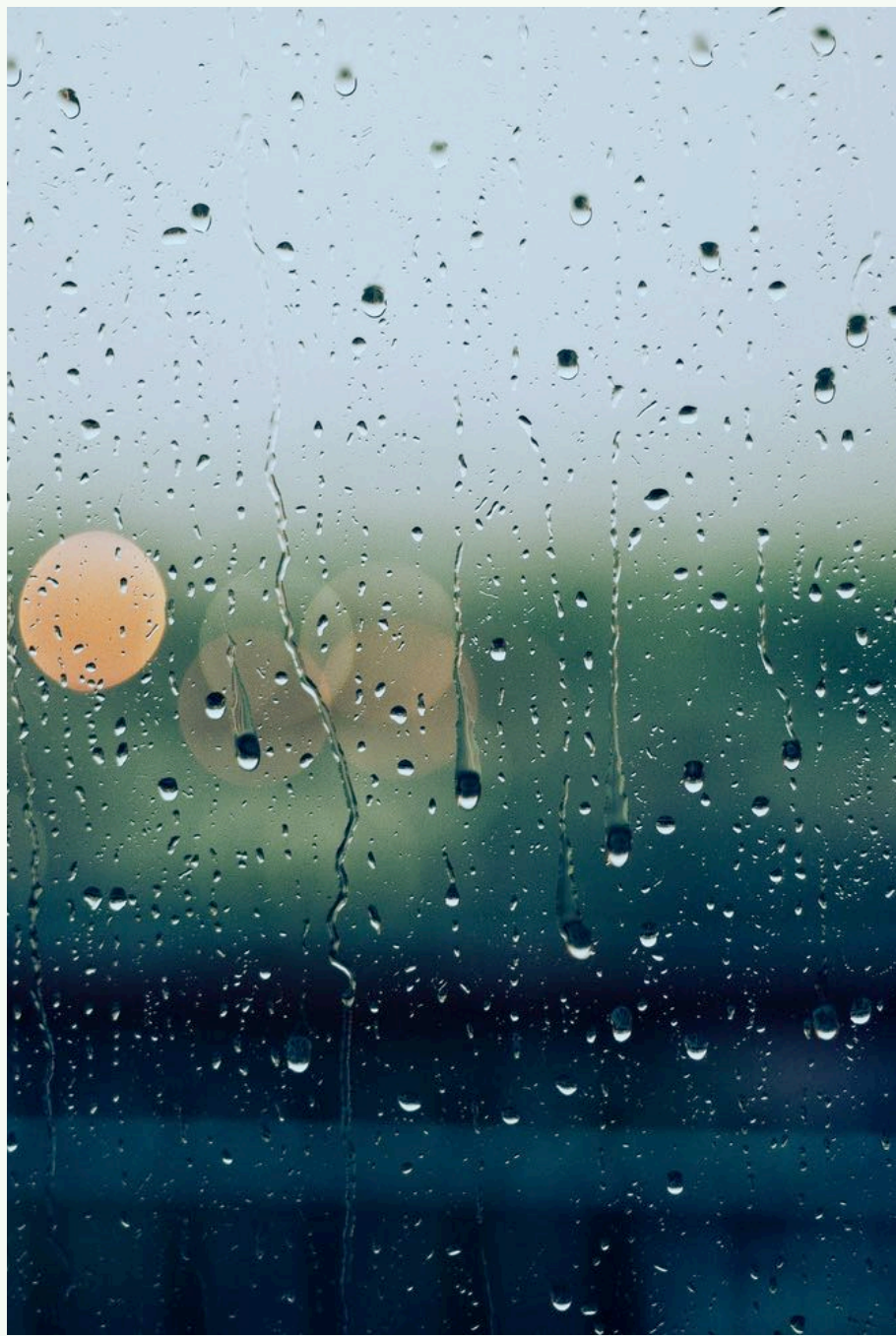


**LEVEN IN JE
VERHAAL BLAZEN**



**REDIGEREN,
VERFIJNEN &
PRESENTEREN**

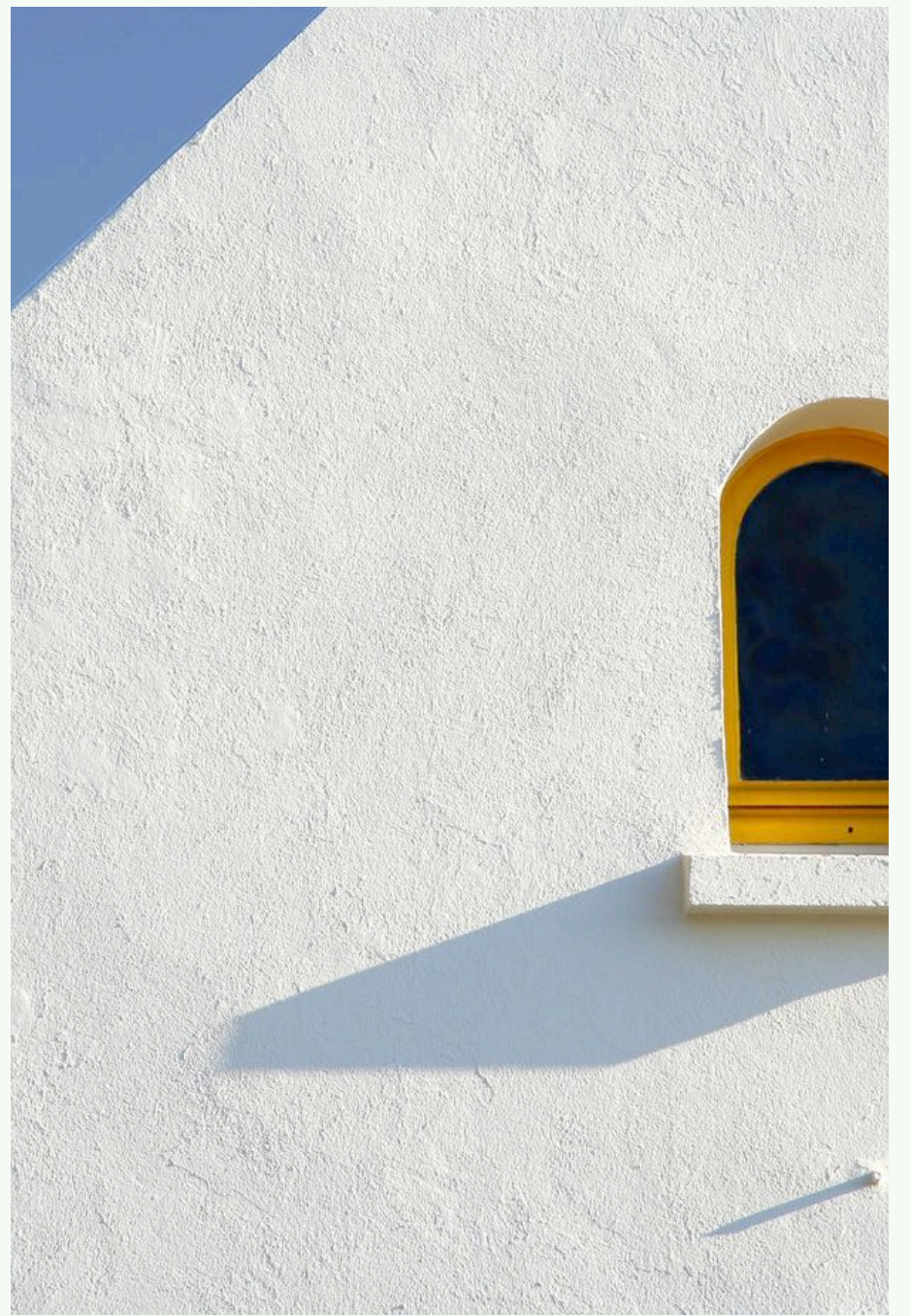




**SPANNING,
TWIST,
BESLUIT**



**DE KUNST VAN
OMGEVING &
SFEER CREËREN**





FREE WRITING

DOELSTELLING

- Het doel is om de gedetineerde te helpen met het schrijven van teksten over zijn/haar eigen situatie.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Sommige gedetineerden zullen deze vorm van schrijven nieuw en vreemd vinden.

PRESENTATIE

Bij free writing richt je je op het genereren van tekst. Zet je innerlijke criticus uit en weersta de drang om te herschrijven of te perfectioneren. Laat je gedachten vrij stromen en schrijf alles op wat in je opkomt. Het schrijven wordt plezieriger en het proces verloopt vlotter wanneer de angst om perfecte zinnen, alinea's of eindproducten te produceren verdwijnt.

Metafoor: Bij het schrijven hebben we vaak twee 'vogels' op onze schouders. Eén vogel is kritisch en moppert over alles wat we doen: die zin is slecht, dit is cliché, de grammatica klopt niet, enzovoort. Dit is de kritische vogel. De andere vogel probeert ons gerust te stellen, zodat onze intuïtie en creativiteit vrijelijk kunnen stromen. Dit is de creatieve vogel.

Bij het begin van een storytellingproject is het essentieel om jezelf te bevrijden van de kritische vogel. Hoewel deze nodig is, komt hij pas later in het proces van pas wanneer het verhaal vorm begint te krijgen.

Bij 'Free writing' zet je jezelf achter de computer of pak je een schrift. Je kiest een onderwerp en begint te schrijven zonder te stoppen, om te voorkomen dat je gaat nadenken over je tekst. Als je vastloopt, kun je simpelweg opschrijven 'ik weet niets' of 'er komen even geen woorden'. De begeleider zet een stopwatch op bijvoorbeeld 10 minuten.

Het doel is om niet te herschrijven. Dit proces is bedoeld om in de 'schrijfmood' te komen en je creativiteit aan te wakkeren. Het kan tevens helpen bij het verkrijgen van nieuwe inzichten en het ontdekken van nieuwe aspecten van jezelf.

DEELNEMERS:

Schrijfdocenten en studenten

RUIMTE: Klaslokaal

DUUR:

Er kunnen verschillende tijdsperiodes worden gebruikt voor de techniek. (bv. 4 x 90 min.)

MATERIAAL:

Een computer met een tekstprogramma of een schrift



BLACKOUT POETRY

DOELSTELLINGEN

- Het stimuleren van creativiteit door het ontdekken van verborgen poëzie.
- Het overwinnen van blokkades die een blanco vel papier kan oproepen
- Initieren van poëzie zonder vaste structuren
- Door je eigen proces te delen met de groep leer je je denken, emoties en woordkeuzes bewust te worden en te sturen/controleren.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Selecteren en verbinden van woorden kan lastig zijn.

Uitdaging: Voor enkele deelnemers kan het lastig zijn om hun tijd in de verschillende aspecten van de activiteit te beheren vanwege een gebrek aan vertrouwen in het schrijven van poëzie.

Tip: Benadruk dat er geen goede of foute manier is om poëzie te schrijven.

PRESENTATIE

Caviardage (blackout poetry) is bedacht door Tina Festa. Het is een creatieve oefening die verschillende poëtische schrijftechnieken omvat. Deelnemers krijgen pagina's uit een oud boek en worden uitgedaagd om een gedicht te maken van deze pagina's.

De deelnemers bewerken de pagina's uit een oud boek met kleuren en viltstiften of knippen afbeeldingen uit. Ze worden aangemoedigd om de poëzie die zowel in de pagina als in henzelf verscholen ligt naar boven te halen door eenvoudigweg de woorden te kiezen die hen het meest aanspreken (ongeveer 8 tot 10 woorden). Deze woorden worden omcirkeld terwijl alle andere tekst wordt doorgehaald/uitgegumd. Vervolgens verbinden ze deze woorden in een willekeurige volgorde door middel van lijntjes, waarbij ze tussenliggende woorden, lidwoorden of voorzetsels kunnen toevoegen. Op deze manier ontstaat er een gedicht door de verbinding van geselecteerde woorden.

Zodra de woorden zijn verbonden, kan het gedicht op de witte rand rondom de pagina van het boek worden geschreven. Deelnemers worden aangemoedigd om de pagina verder te versieren met kleuren, foto's, of andere creatieve elementen.

Tenslotte delen de deelnemers het gecreëerde gedicht door het voor te lezen aan de groep, uit te leggen waarom ze bepaalde woorden hebben gekozen en welke emoties ermee verbonden zijn. Het delen van het ontstane gedicht is een kans om naar binnen te luisteren en de eigen creatieve expressie te delen met anderen.

DEELNEMERS: aantal vrij te kiezen

RUIMTE:

Een ruimte met tafels en stoelen, een veilige plek om poëzie en emoties te delen

DUUR: 30-40 minuten

MATERIAAL:

pagina's uit een oud boek of kranten en tijdschriften, stiften, afbeeldingen, aquarelschaar, lijm



KORT VERHAAL VANUIT 3 WOORDEN

DOELSTELLINGEN

- Spontane creativiteit: ontwikkel het talent om ter plekke met creatieve ideeën te komen zonder te lang na te denken.
- Flexibiliteit en flow: stimuleer het aanpassingsvermogen door te schrijven binnen specifieke regels en tijdslimieten, waardoor een gevoel van creatieve flow ontstaat.
- Observatie en expressie: ontwikkel snelle observatie- en expressievaardigheden en waardeer diverse interpretaties binnen een kort tijdsbestek.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Als je wilt schrijven, moet je vooral NIET nadenken! Als je goede stukken wilt schrijven, moet je snel schrijven en dat doe je met de 'schrijfmachine'.

Tip: Als je denkt dat je eerste verhaal van topkwaliteit moet zijn, zal het niet goed zijn. Als je denkt: 'Ik moet snel schrijven', dan is het kwaliteit!

PRESENTATIE

Begin met drie willekeurige krachtige woorden die absoluut niets met elkaar te maken hoeven te hebben. Woorden met een betekenis, werkwoorden of zelfstandige naamwoorden. Woorden die gelijk beelden oproepen.

De deelnemers volgen allemaal deze regels tijdens de workshop:

- Schrijf zo snel mogelijk
- Na 5 minuten moet je stoppen, ook als de zin nog niet is. Typ of schrijf dan "...";
- Schrijf achter elkaar door, NIET denken
- Je mag NIET verbeteren
- Je begint je verhaal met één van de 3 krachtige woorden
- De overige 2 woorden moeten in de eerste alinea voorkomen.

Je zet je stopwatch op vijf minuten. Als de timer afgaat stoppen alle deelnemers met schrijven, ook al hebben ze nog iets te zeggen en is het 'verhaal' of de 'tekst' nog niet klaar. Leg de tekst opzij en strek even de benen. Pak daarna je tekst weer op. Iedere deelnemer leest de tekst voor. Luister naar elkaar en sta versteld van wat je in 5 min. kunt schrijven!

DEELNEMERS:

kan individueel of in groepen

RUIMTE:

rustige, veilige en comfortabele werkplek

DUUR: geen duur, zolang je wilt

MATERIAAL:

Schrijfmateriaal, pennen, potloden, digitaal, voor het maken van aantekeningen, Stopwatch



VERHALEN CREËREN

DOELSTELLINGEN

- Krijg inzicht in de belangrijkste elementen van een boeiend verhaal.
- Creëer geloofwaardige personages en onderbouw hun motieven.
- Creëer intrigerende situaties die het verhaal versterken
- Maak goed opgebouwde plots met duidelijke verhaallijnen.
- Integreer emotie en conflict om de aandacht vast te houden.
- Pas de vaardigheden toe op persoonlijke of professionele verhalen.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Zoek balans tussen informatie en actie

Tip: Gebruik de 'show, don't tell'-benadering om de lezer mee te nemen in het verhaal.

Uitdaging: De lezer blijven boeien tijdens het hele verhaal.

Tip: Breng onverwachte wendingen aan en houd het tempo erin

Uitdaging: Creëer voor elk personage een eigen identiteit

Tip: Concentreer u op verschillende spraakpatronen, woordenschat en perspectieven.

PRESENTATIE

Begin met het begroeten van de deelnemers en leg de workshop uit.

Leg de belangrijkste onderdelen van een verhaal uit, zoals personages, setting, plot, conflict en oplossing.

Introduceer ook de verhaalstructuur van de zogenaamde 'reis van de held'. Bespreek het belang van herkenbare personages en neem deel aan een brainstormsessie om een personage met drijfveren en angsten te creëren.

Ontdek de rol van de omgeving bij het vertellen van verhalen en begeleid deelnemers bij het beschrijven van een levendige omgeving met behulp van zintuiglijke details.

Verder introduceren we de structuur van een verhaal in drie bedrijven en leggen we de verschillende soorten conflicten uit. We ontdekken hoe emoties betrokkenheid en karakterontwikkeling stimuleren.

Vat de belangrijkste punten uit elke stap samen en motiveer deelnemers om hun inzichten samen te brengen in een persoonlijke toolkit. Beantwoord vragen en zorgen van deelnemers en creëer mogelijkheden voor vrijwilligers om hun karakterschetsen of verhaallijnen te delen. Sluit af met een samenvatting van de doelstellingen en hoogtepunten van de workshop, waarbij de nadruk wordt gelegd op de pas ontdekte vertelvaardigheden van de deelnemers.

DEELNEMERS: 15-20 met verschillende niveaus van vertelervaring.

RUIMTE: Een rustige, goed verlichte ruimte met zitplaatsen die groepsdiscussies en activiteiten mogelijk maken. Indien virtueel, zorg dan voor toegang tot een videoconferentie-platform met breakoutroom functionaliteit.

DUUR: 120 minuten

MATERIAAL:

Notitieboekjes, timer, schrijfmateriaal, projector, scherm, whiteboard en stiften.

Hand-outs met samenvatting & oefeningen.



LEVEN IN JE VERHAAL BLAZEN

DOELSTELLINGEN

- De lagen van karakterontwikkeling begrijpen, inclusief achtergrondverhaal en persoonlijke groei.
- Creëer dynamische en authentieke karakterrelaties.
- Gebruik dialoog en acties om karaktereigenschappen te onthullen.
- Onderzoek welke rol de personages spelen in de plot van het verhaal
- Gebruik geavanceerde technieken om personages memorabel en geloofwaardig te maken

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Zoek een balans tussen personage- en plotgedreven verhalen.

Tip: Zorg er bij een boeiend verhaal voor dat de beslissingen van personages in lijn zijn met hun motivaties.

Uitdaging: Creëer diverse en veelzijdige personages.

Tip: Ontdek en benader karakters verschillen met respect en authenticiteit.

Uitdaging: Ontwikkel personages die beklijven.

Tip: Bedenk innerlijke conflicten en wendingen voor spannende verhaallijnen.

PRESENTATIE

Begin met het belang van personages in verhalen en bespreek kort de workshopdoelen. Ga vervolgens in op de gelaagdheid van personages, inclusief hun achtergrond, verlangens en zwakheden, en laat deelnemers brainstormen over personage-achtergronden.

Onderzoek hoe relaties tussen personages conflicten en emoties veroorzaken en bespreek het creëren van betekenisvolle verbindingen tussen personages. Leg uit hoe dialoog en acties karaktertrekken onthullen en geef voorbeelden van subtekst (dat wat er niet letterlijk staat) en indirecte karakterisering (spraak, acties, reacties van andere personages en uiterlijk).

Help deelnemers met de ontwikkeling van personages en hun betekenis voor het verhaal, inclusief het beschrijven van groei- of veranderingsprocessen. Introduceer nieuwe technieken zoals 'foils' (contrasterend met het hoofdpersonage) en anti-helden, en deel tips voor het maken van memorabele en sympathieke personages. Beantwoord vragen en stimuleer de uitwisseling van inzichten in personageontwikkeling.

Tot slot, vat de belangrijkste punten van de workshop samen en benadruk de rol van goed uitgewerkte personages in het creëren van boeiende verhalen.

DEELNEMERS: 15-20 met verschillende niveaus in vertellen van verhalen.

RUIMTE: Een comfortabele en rustige omgeving, fysiek of virtueel, die interactieve discussies en activiteiten mogelijk maakt.

DUUR: 120 minuten

MATERIAAL:

Notitieboekjes, schrijfmateriaal, projector, scherm, whiteboard en stiften, Timer of klok

Hand-outs met samenvatting & oefeningen.



REDIGEREN, VERFIJNEN & PRESENTEREN

DOELSTELLINGEN

- Inzicht krijgen in de invloed van de context op het verhaal als geheel.
- Het creëren van meeslepende en levendige werelden met behulp van zintuiglijke details.
- Culturele, historische of fantasievolle kaders voor je verhalen ontwikkelen.
- Gebruiken van situaties die karakterontwikkeling en spanning versterken.
- Toepassen van sfeerbepalende schrijftechnieken.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Objectief je eigen werk evalueren tijdens het schrijfproces.

Tip: Neem pauzes tussen het schrijven en bewerken om een frisse kijk te kunnen krijgen.

Uitdaging: Het vinden van een balans tussen het zelf corrigeren en het ontvangen van feedback.

Tip: Combineer het zelf corrigeren met feedback van een betrouwbare persoon.

Uitdaging: Bereid je voor op presentaties of lezingen in het openbaar.

Tip: Oefen met voorlezen en pas het tempo aan voor een grotere impact.

PRESENTATIE

Benadruk het belang van de context bij het vertellen van verhalen en introduceer kort de opzet van de workshop. Bespreek hoe een bepaalde setting van invloed is op toon, stemming en interacties tussen personages, en geef voorbeelden van bekende verhalen met een sterke context.

Onderzoek het gebruik van bepaalde zintuiglijke details om een spannende context te creëren. Begeleid deelnemers bij het brainstormen over het beschrijven van de leefwereld. Leg daarna het belang uit van culturele, historische of fantasierijke elementen. Bespreek de wisselwerking tussen het creëren van een eigen wereld en achtergronden van personages.

Laat vervolgens zien hoe een bepaalde setting kan bijdragen aan de opbouw van verhaal en de groei van personages. Geef de deelnemers tips om de context als dynamisch onderdeel van hun verhaal te zien. Bespreek de rol van sfeer in een verhaal. Discussieer over het gebruik van taal om specifieke emoties op te roepen en bespreek vervolgens hoe ze met taal een specifieke wereld kunnen oproepen. Geef tips om context en sfeer te gebruiken in teksten.

Ga in op vragen van deelnemers en moedig het delen van inzichten in het creëren van een nieuwe wereld aan. Vat tot slot de belangrijkste punten van de workshop samen en benadruk het belang van het creëren van boeiende settings bij het maken van verhalen.

DEELNEMERS: 15-20

RUIMTE: Een prettige omgeving, zowel fysiek als virtueel, die actieve deelname en groepsdiscussies bevordert.

DUUR: 120 minuten

MATERIAAL:
Notitieboekjes, potloden en pennen
Projector, scherm, whiteboard en
stiften. Timer of klok
Hand-outs met samenvatting &
oefeningen.

SPANNING, WENDING & PLOT

DOELSTELLINGEN

- Inzicht krijgen in het belang van spanning en conflict in verhalen.
- Creëer effectieve plotstructuren met een goede dynamiek.
- Creëer meeslepende plotwendingen die lezers boeien en uitdagen.
- Ontwikkel bevredigende oplossingen die de losse eindjes aan elkaar knopen.
- Pas schrijftechnieken toe om de complexiteit en de diepgaadheid van het plot te vergroten.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: De spanning en betrokkenheid in het verhaal vasthouden.

Tip: Zorg voor obstakels en uitdagingen die de personages scherp houden.

Uitdaging: Zorg voor plotwendingen zonder de verhaallogica te verliezen.

Tip: Geef subtiele aanwijzingen en zorg ervoor dat de plotwendingen overeenkomen met de motieven van de personages.

Uitdaging: Bedenk oplossingen die zowel bevredigend als geloofwaardig zijn.

Tip: Los belangrijke conflictsituaties op en laat toch ruimte

PRESENTATIE

Benadruk het belang van spanning, wendingen en oplossingen bij verhalen vertellen en geef een overzicht van de workshopdoelen.

Definieer spanning en bespreek hoe het het verhaal voortstuwt, inclusief verschillende conflicttypen. Leg de verhaallijn en zijn componenten uit en help deelnemers een basisplotstructuur te schetsen. Bespreek het doel van plotwendingen en leid een brainstormsessie voor mogelijke wendingen. Ontdek de elementen van een bevredigende oplossing en begeleid deelnemers bij het schetsen van een oplossing voor grote conflicten. Introduceer geavanceerde technieken zoals subplots en meerdere gezichtspunten en deel tips voor het integreren van complexiteit.

Bespreek hoe deelnemers plottechnieken op hun projecten kunnen toepassen en bied advies over het balanceren van spanning, wendingen en beslissingen. Beantwoord vragen en stimuleer het delen van inzichten in plotontwikkeling.

Vat de belangrijkste inzichten samen en benadruk de impact van een goed ontworpen plotdynamiek op het vertellen van verhalen.

DEELNEMERS: 15/20 met verschillende niveaus in het schrijven van verhalen

RUIMTE: Een comfortabele en rustige omgeving, fysiek of virtueel, die interessante discussies en activiteiten mogelijk maakt.

DUUR: 120 minuten

MATERIAAL: Notitieboekjes, potloden en pennen, projector, scherm, whiteboard en stiften. Timer of klok.

Hand-outs met samenvatting & oefeningen.

DE KUNST VAN OMGEVING & SFEER CREËREN



DOELSTELLINGEN

- Begrijp de impact van de omgeving op het verhaal als geheel.
- Creëer meeslepende en levendige werelden door middel van zintuiglijke details.
- Ontwikkel culturele, historische of fantasierijke kaders voor je verhalen.
- Gebruik een omgeving om de ontwikkeling van personages en spanningsvelden te versterken.
- Gebruik vaardigheden om stemming en sfeer te creëren in je teksten.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Een evenwicht vinden tussen het opbouwen van het verhaal en de ontwikkeling van de plot.

Tip: Bouw je wereld zorgvuldig op in de interactie tussen verschillende personages en verhaallijnen.

Uitdaging: Creëer unieke en geloofwaardige fictieve omgevingen.

Tip: mix inspiratie uit de echte wereld met fantasierijke elementen om een originele sfeer te creëren.

Uitdaging: Breng sfeer geloofwaardig over.

Tip: Experimenteer met beschrijvende taal om specifieke gevoelens op te roepen.

PRESENTATIE

Leg de nadruk op het belang van bewerken, verfijnen en presenteren in je verhaal.

Bespreek de doelen en werkwijze van de workshop en de rol van redigeren in het verbeteren van verhalen.

Ontdek typische fouten in grammatica, interpunctie en structuur en deel strategieën om ze op te sporen en te corrigeren. Bespreek duidelijkheid, samenhang en consistentie en laat deelnemers een alinea bijwerken voor betere leesbaarheid.

Onderzoek opties voor het organiseren van voordrachten en betrekken van verschillende soorten publiek.

Ontdek de waarde van positieve feedback en geef tips voor het ontvangen en gebruiken ervan.

Bespreek de laatste stappen voor presentatie of publicatie en benadruk het belang van herlezing en laatste controles.

Moedig deelnemers aan een kort fragment te delen en stimuleer opbouwende feedback.

Vat de workshop samen en benadruk het belang van voortdurende ontwikkeling en verbetering.

DEELNEMERS: 15/20 met verschillende niveaus van vertelervaring.

RUIMTE: Een gunstige omgeving, zowel fysiek als virtueel, die actieve deelname en groepsdiscussies bevordert.

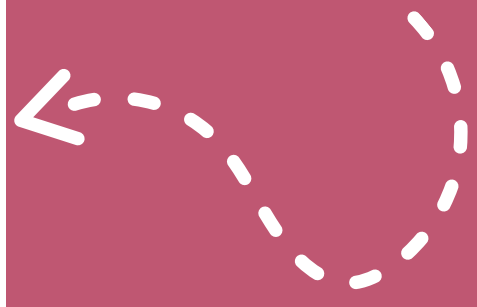
DUUR: 120 minuten

MATERIAAL: Notitieboekjes, potloden en pennen, projector, scherm, whiteboard en stiften. Timer of klok. Hand-outs met samenvatting & oefeningen.

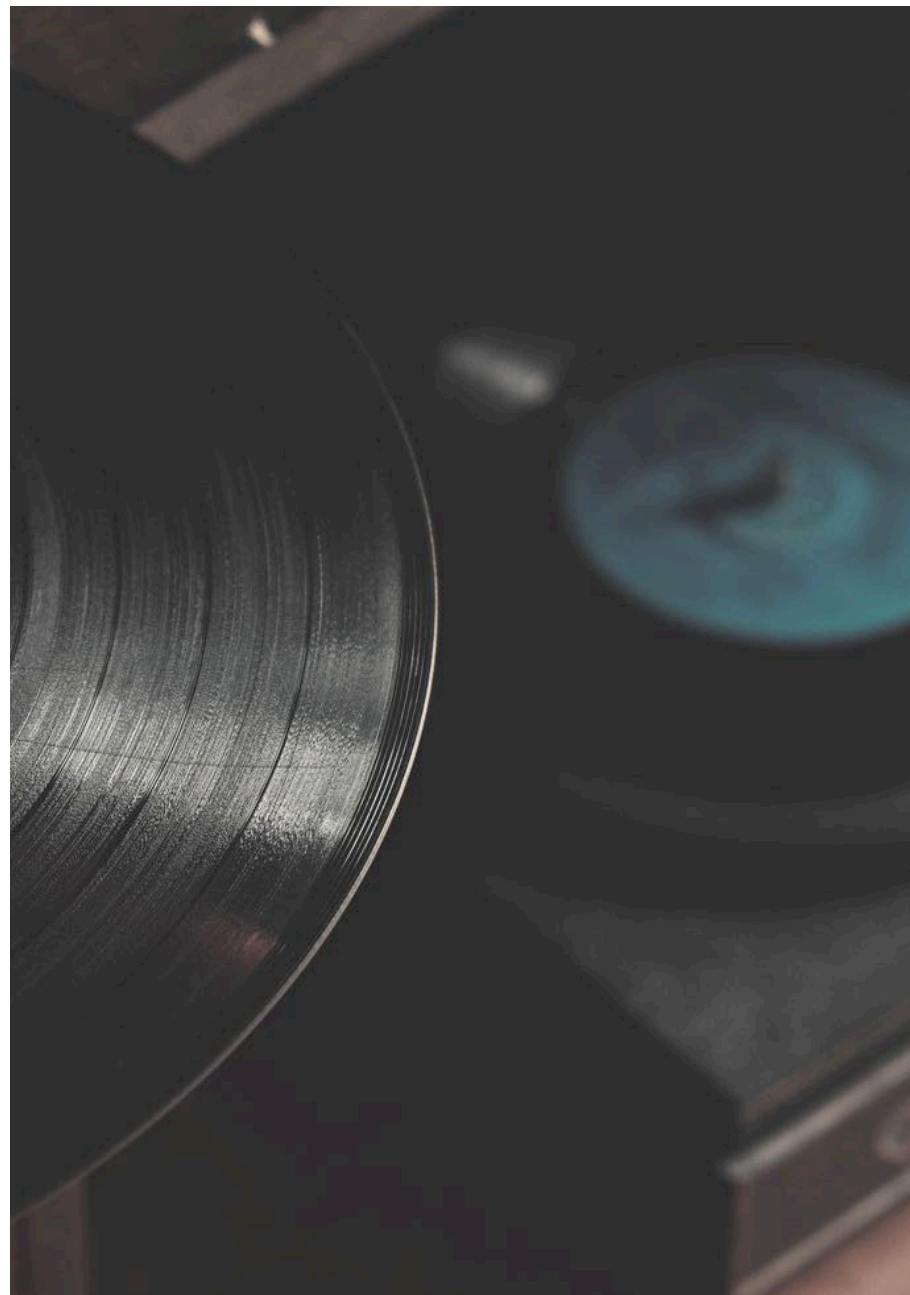
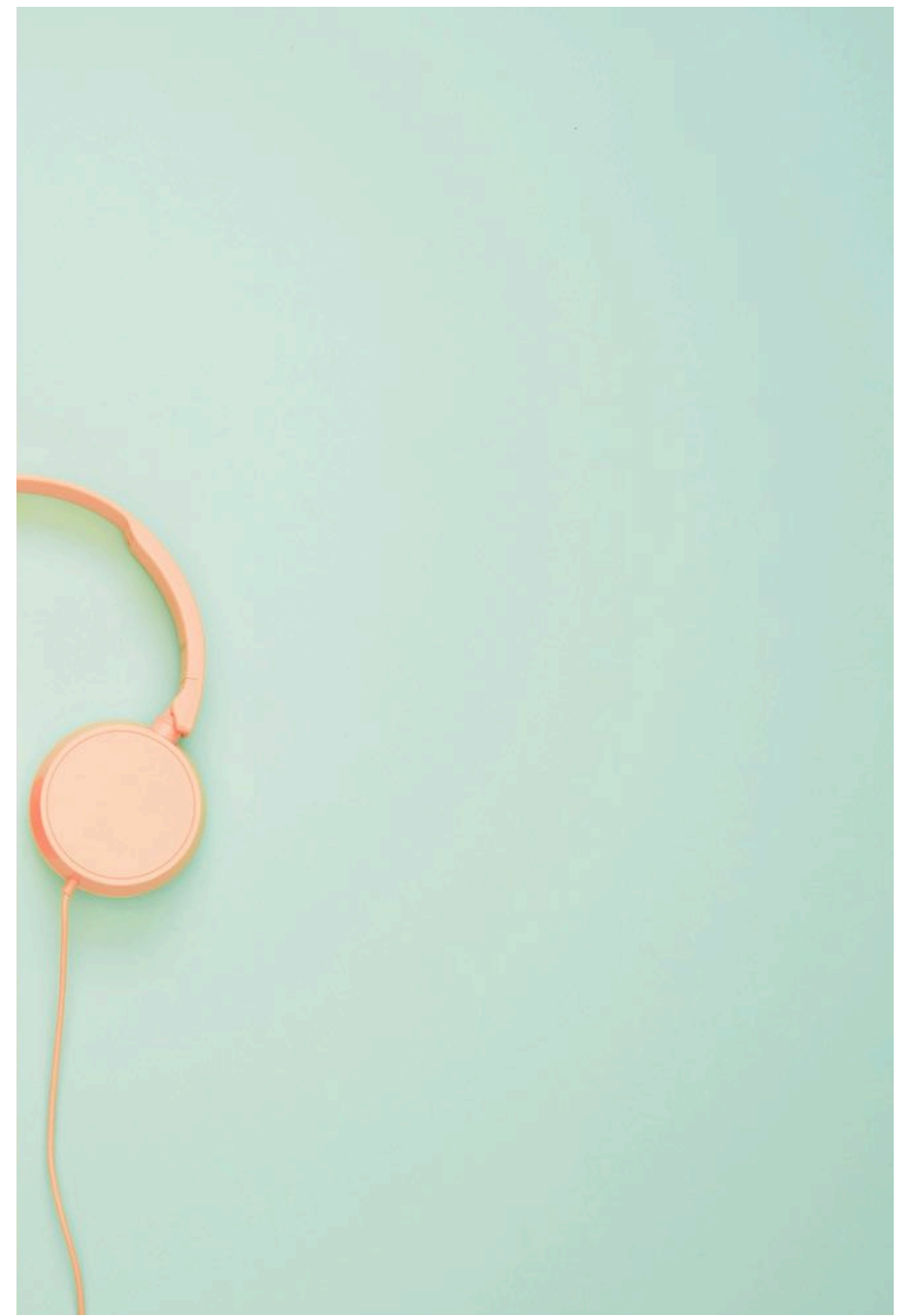
Muziek



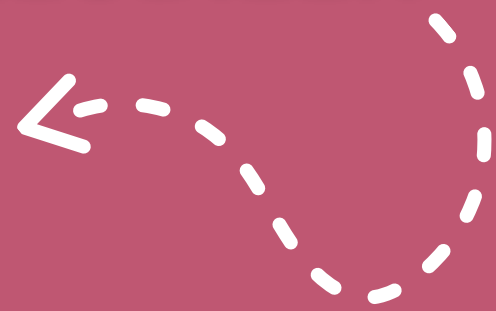
**LIEDTEKST
SCHRIJVEN**



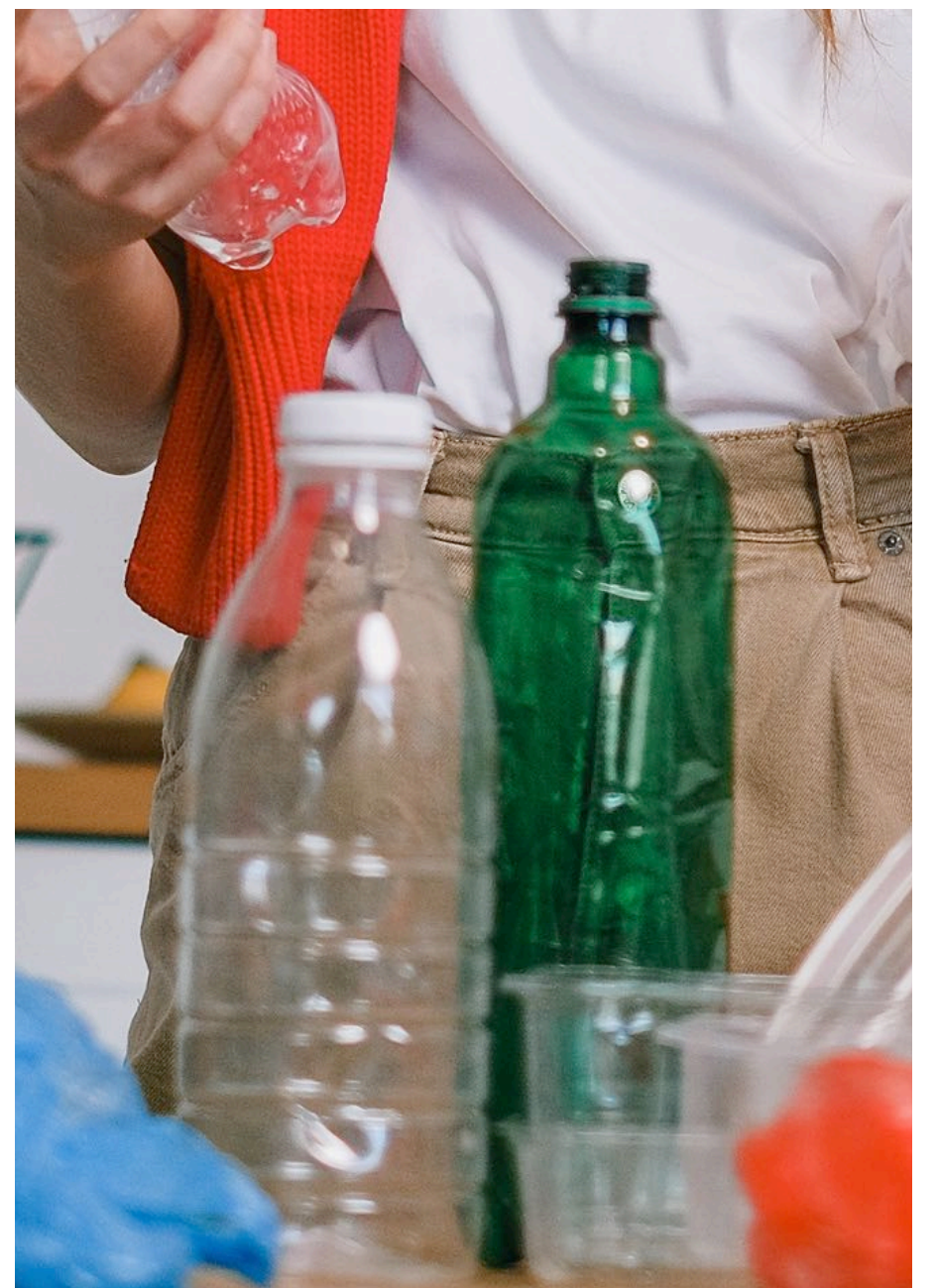
**HERSCHRIJVEN
VAN NUMMERS**



**MIJN
MELODIEËN**



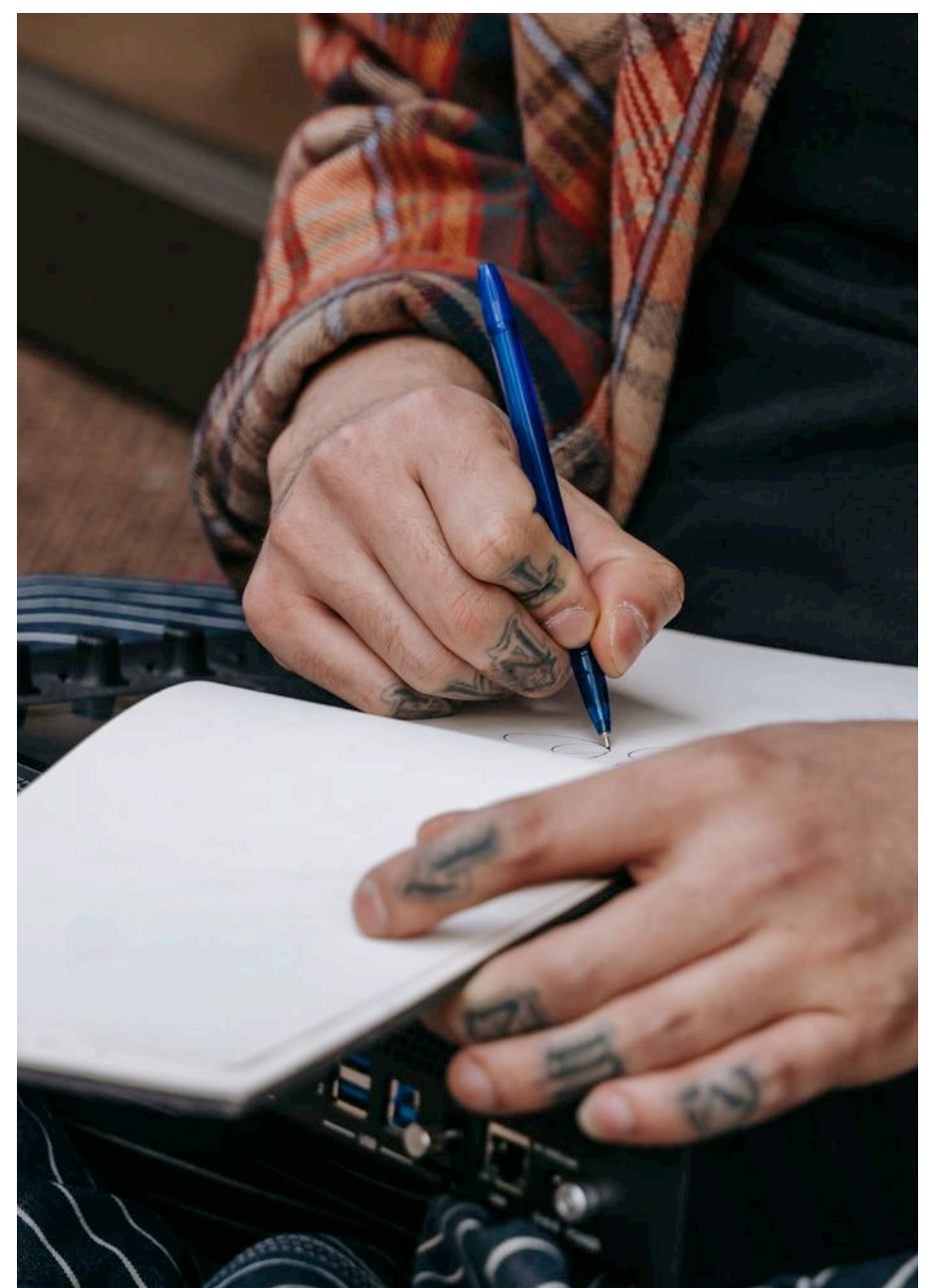
**INNOVATIEVE
RITMES**



**JE
LIEVELINGSLIED
HERSCHRIJVEN**



**LEVENSTIJDLIJN
MET
MUZIEKTRACKS**





LIEDTEKST SCHRIJVEN

DOELSTELLINGEN

- Deelnemers tools aanreiken om teksten over hun eigen situatie te schrijven.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: voor sommige deelnemers zal dit nieuw en vreemd zijn.

PRESENTATIE

Songteksten kunnen op verschillende manieren geschreven worden. Sommigen schrijven eerst een tekst en maken er dan muziek bij, of laten iemand anders dat doen. Er zijn ook mensen die eerst de muziek maken en dan de tekst schrijven. Velen zullen er waarschijnlijk ook voor kiezen om beide tegelijk te schrijven - je hebt iets in je hoofd waar je muziek bij wilt maken, je neuriet en creëert tegelijkertijd woorden.

Bepaal een thema. Iets dat je boeit, of iets dat je grappig, verdrietig, vreemd, opwindend vindt - dan wordt de tekst ook interessanter.

Suggesties voor onderwerpen vanuit het perspectief van resocialisatie:

- een goed verhaal over een persoon die je hebt ontmoet
- gedachten over je eigen ervaringen
- vriendschap
- gevolgen van keuzes
- dingen waar je je aan ergert
- grote vragen over het leven, ...

Neem het tekstmateriaal door. Probeer een aantal ideeën te verzamelen zodat ze samen in één couplet passen - of maak er een soort volgorde in. Gebruik gerust kleuren en omcirkel ideeën die bij hetzelfde couplet horen met dezelfde kleur. Zoek ook uit wat het refrein wordt - wat is het belangrijkste dat je wilt zeggen? Denk aan zinnen in de coupletten en denk aan de belangrijkste boodschap in het refrein.

Bepaal vervolgens de definitieve teksten aan de hand van het akkoordenschema of de beat.

Bedenk het einde: Hoe moet de tekst eindigen? Wil je dat het refrein meerdere keren herhaald wordt, of wil je enkele woorden vervangen om een bepaald onderwerp te benadrukken? Of komt er een soort slotvers, met een iets andere melodie?

DEELNEMERS: Schrijfdocenten en studenten

RUIMTE:
Klaslokaal of muzieklokaal

DUUR: Voor de methode kunnen verschillende tijden worden gebruikt. Bijvoorbeeld 4 x 90 min.

MATERIAAL:
Een computer en een schrijfprogramma. Instrumenten nodig om de toonsoort en het akkoorden schema van de tekst aan te geven. vb. gitaar, piano slaginstrument, ...



HERSCHRIJVEN VAN NUMMERS

DOELSTELLINGEN

- Moedig deelnemers aan om kritisch en bewust naar songteksten te luisteren en deze te analyseren.
- Stimuleer teamwerk en creatief denken binnen kleinere groepjes gedurende de brainstormsessie en bevorder zo een omgeving waarin wordt samengewerkt en niemand wordt uitgesloten.
- Vertel iets over jezelf door de woorden van de song.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: De uitdaging ligt in het combineren van individuele creativiteit en samenwerking in een groep.

Tips: Benadruk het belang van constructieve feedback binnen kleinere groepjes om het gezamenlijke songschrijfproces te verfijnen en te perfectioneren.

Tips: Juich de diversiteit van ideeën en perspectieven binnen de groep toe, zodat er tijdens de workshop een open en inspirerende sfeer heerst.

PRESENTATIE

De tekst van een lied, gekozen door de deelnemers of voorgesteld door de begeleider, wordt in een ruimte beluisterd en geprojecteerd. De tekst wordt samen gelezen en geanalyseerd, zodat de deelnemers het lied met een kritischer en bewuster oog kunnen bestuderen.

De verschillende soorten rijm en de concepten van coupletten en refreinen worden doorgenomen en samengevat. Er worden door de deelnemers kaarten gemaakt met eenvoudige definities en voorbeelden.

Hier begint de meer creatieve activiteit. Een aantal lied-thema's wordt voorgesteld en het onderwerp wordt samen met de deelnemers gekozen. Zodra het thema is gekozen, verdeelt de groep zich in verschillende groepjes die coupletten en een refrein (als dat er is) maken.

Binnen de groepen wordt gebrainstormd over mogelijke rijmideeën. Het is handig om de basis van het lied op de achtergrond te hebben zodat je de coupletten kunt testen terwijl je werkt.

Als het werk in de subgroepen klaar is, komt de hele groep samen om het lied als geheel te repeteren en het een een geheel te maken met de laatste correcties.

Ter afronding: Reflecteer over het voltooide werk en zing of lees het lied.

DEELNEMERS: +/- 15

RUIMTE: Klaslokaal of muzieklokaal.

DUUR: Ongeveer 2 uur

MATERIAAL:

Computer met internetverbinding
Printer om songteksten af te drukken

Projector om songteksten weer te geven en te bespreken

Papier en pennen



MELODIEËN

DOELSTELLINGEN

- Stimuleer deelnemers om hun creativiteit en verbeelding de vrije loop te laten door zich te identificeren met de emoties en beelden die door verschillende muzieknummers worden opgeroepen.
- Bevorder het vermogen om een boeiend verhaal te bedenken met daarin elementen als personages, context en verhaallijn, allemaal beïnvloed door de gekozen muziek.
- Ontdek de rol van muziek bij het oproepen en weergeven van emoties binnen de context van een verhaal.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Voor sommige deelnemers kan het een uitdaging zijn met hun verhaal te beginnen of een verhaallijn te ontwikkelen.

Tip: Moedig deelnemers aan om in hun verhalen gebruik te maken van symbolische elementen uit de muziek, waardoor de verbinding tussen de auditieve en geschreven beleving wordt versterkt.

Tip: Wees flexibel met de structuur en opbouw van de verhalen.

PRESENTATIE

Luister naar een aantal korte instrumentale nummers en vraag de deelnemers om hun ogen te sluiten en zich te laten leiden door de muziek.

Moedig hen aan om gevoelens, beelden of verhalen die in hen opkomen op te schrijven terwijl ze naar elk nummer luisteren.

Vraag de deelnemers om één nummer te kiezen dat hen het meest heeft geïnspireerd. Dit wordt de 'melodie' in hun verhaal.

Daarna schrijven de deelnemers een kort verhaal op basis van de door hen gekozen melodie.

Ze moeten de emoties en beelden die geïnspireerd zijn door de muziek in hun verhaal verwerken.

Herinner hen eraan zich te concentreren op beeldende taal en sfeer.

Aan het einde van de activiteit kunnen de deelnemers hun verhaal voorlezen of een korte theatrale uitvoering geven, met hun melodie als begeleiding. Dit voegt een betekenisvolle dimensie toe aan de hele vertelervaring.

Bespreek hoe uiteenlopende muziekstukken hun verhalen hebben beïnvloed en ontdek de verscheidenheid aan verhalen die uit hetzelfde muziekstuk kunnen voortkomen.

DEELNEMERS: Er is geen limiet in aantal deelnemers

RUIMTE:
Klaslokaal of muzieklokaal

DUUR: 2 tot 2,5 uur

MATERIAAL:

Verschillende instrumentale nummers. Muziekstukken met verschillende stemmingen (vrolijk, verdrietig, avontuurlijk, mysterieus, enz.)

Speaker, papier en schrijfgerei



INNOVATIEVE RITMES

DOELSTELLINGEN

- Het ontwikkelen van muzikale creativiteit met behulp van niet-alledaagse instrumenten.
- Het stimuleren van samenwerking tussen gedetineerden door het collectief uitvoeren van ritmes.
- Bevorderen van een therapeutische aanpak door middel van muzikale expressie.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Creëer een boeiend ritme met behulp van voorwerpen die in de gevangenisomgeving aanwezig zijn. Neem het gecreëerde ritme op en documenteer het.

Tip: Experimenteer met verschillende materialen en geluiden van de voorwerpen om een unieke muzieksound te creëren.

Tip: Gebruik mobiele apparaten of andere beschikbare middelen om de muzikale creatie op te nemen.

PRESENTATIE

Begin met het uitleggen van het doel van deze activiteit, om unieke ritmes te creëren met alleen materialen die beschikbaar zijn in de gevangenis.

De gedetineerden worden in groepen verdeeld en krijgen de opdracht om met de beschikbare materialen te experimenteren, zoals plastic bakjes, keukengerei, lege blikjes of elk ander voorwerp dat geluid kan produceren.

Elke groep moet een ritme creëren dat minstens een minuut duurt. De docent stimuleert experimenteren en communicatie tussen de deelnemers en moedigt het gebruik van verschillende materialen en geluiden aan om een unieke percussie te ontwikkelen.

Na het creëren van de ritmes krijgen de groepen de opdracht om hun composities op te nemen. Uiteindelijk presenteert elke groep zijn creatie aan de rest van de groep.

De begeleider leidt een discussie over de gemaakte geluidskeuzes, hun ervaring met het maken ervan en de mogelijke positieve effecten van de activiteit.

DEELNEMERS: vrije keuze

RUIMTE: Klaslokaal of muzieklokaal.

DUUR: 1 tot 1,5 uur.

MATERIAAL:

Elk voorwerp in de kamer dat geluid kan maken. Denk aan pennen, plastic bakjes, keukengerei, lege blikjes, flessen,...



JE LIEVELINGSLIED HERSCHRIJVEN

DOELSTELLINGEN

- Stimuleer een gevoel van persoonlijke betrokkenheid en zelfreflectie.
- Creëer een emotionele en betekenisvolle ervaring voor elke deelnemer.
- Moedig creatieve uitdrukkingsvaardigheden aan en de het inbrengen van persoonlijke verhalen in een gezamenlijk creatief proces..

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Sommige deelnemers kiezen mogelijk liedjes met een zeer persoonlijke of emotionele betekenis. Het kan een uitdaging zijn om eventuele emotionele reacties die tijdens de activiteit kunnen optreden, onder controle te houden.

Uitdaging: Geef elke deelnemer voldoende tijd om zijn of haar liedje te delen en een couplet of refrein in te brengen.

Tip: Zorg voor een veilige en ondersteunende omgeving waarin deelnemers zich op hun gemak voelen om hun gevoelens te uiten en persoonlijke verhalen te delen.

Tip: Zorg voor momenten van reflectie tijdens en na de activiteit om ervaringen en gedachten te delen en zo een beter begrip te krijgen van de impact van de activiteit op hun persoonlijke verhalen.

PRESENTATIE

Elke deelnemer wordt uitgenodigd om een lied te kiezen dat zijn of haar leven heeft gekenmerkt.

Als er minder dan 10 mensen in de groep zijn, kunnen alle liederen achter elkaar worden afgespeeld. Als de groep groter is, kan een deel van het lied worden afgespeeld.

Deelnemers kunnen hun eigen lied introduceren en in de ruimte gaan zitten of bewegen terwijl ze naar de muziek luisteren.

Als alle liedjes beluisterd zijn, kunnen ze de tekst opzoeken (eventueel op internet of uitprinten als er een printer beschikbaar is). Vervolgens gaat iedereen op zoek naar een woord in zijn lied dat een bepaalde betekenis heeft in zijn of haar levensverhaal.

Papier en pennen worden uitgedeeld. Deelnemers worden uitgenodigd om een couplet aan het lied toe te voegen of een nieuw refrein te schrijven gebaseerd op of vertrekkend van het woord dat ze gekozen hebben. Iets dat betrekking heeft op het heden, op hun eigen verhaal nu.

Ze krijgen ongeveer 30 minuten om de tekst te schrijven en als de groep klaar is, komen ze samen in een kring en kan iedereen zijn of haar vers of refrein met de groep delen door het te zingen of voor te lezen.

Het is altijd belangrijk om ruimte te geven om hun ervaringen te delen, te vertellen hoe ze zich voor, tijdens en na de activiteit voelden.

DEELNEMERS: +/- 10

RUIMTE: Klaslokaal, of muzieklokaal.

DUUR: 1 tot 1,5 uur.

MATERIAAL:

Luidspreker, printer (optioneel), papieren, pennen, internetverbinding, telefoon of laptop.



LEVENSTIJDSLIJN MET MUZIEKTRACKS

DOELSTELLINGEN

- Aandacht besteden aan zelfreflectie door een tijdslijn van hun leven te maken.
- Het bevorderen van emotionele verbinding en zelfreflectie als deelnemers de impact van specifieke nummers op hun levensweg verkennen, waardoor een dieper begrip ontstaat van de rol van muziek in hun persoonlijke levensverhaal.

UITDAGINGEN&TIPS

Uitdaging: Voor deelnemers kunnen er emotionele uitdagingen zijn als ze belangrijke levensgebeurtenissen herbeleven via de liedjes.

Uitdaging: Gebruik van technische middelen (als laptops) Sommige deelnemers vinden het moeilijk om het elektronische of het digitale systeem te gebruiken, dus moeten de begeleiders ondersteuning en begeleiding bieden.

Tip: Creëer een open en niet-oordelende sfeer voor deelnemers om persoonlijke ervaringen en emoties vrijelijk te uiten. Wees bereid om ondersteuning en hulp te bieden aan deelnemers die geconfronteerd worden met pijnlijke herinneringen.

Tip: Als er laptops worden gebruikt, geef dan een korte instructie om ervoor te zorgen dat deelnemers de songelementen op de juiste manier kunnen combineren.

PRESENTATIE

Deelnemers tekenen een tijdslijn van hun leven op papier en markeren belangrijke mijlpalen. Bij elke tijdstip schrijven ze de titel en artiest op van een passend lied. Vervolgens delen ze hun tijdslijnen in kleine groepen of per twee en bespreken de betekenis van elk lied, terwijl ze nadenken over de emoties en herinneringen die bij elke periode horen.

In het tweede deel maken deelnemers, indien mogelijk, digitale composities van de liedjes op hun tijdslijn. Ze kunnen fragmenten of songteksten combineren om een uniek, persoonlijk lied te maken dat hun levensreis weergeeft. Aan het einde van de workshop delen deelnemers hun unieke liedjes met de groep en moedigen elkaar aan om te praten over het creatieve proces en de emoties die de uiteindelijke compositie oproept.

DEELNEMERS: Er is geen maximumaantal, afhankelijk van de beschikbaarheid van laptops

RUIMTE: Klaslokaal of muziekkamer.

DUUR: +/-2 uur zijn.

MATERIAAL:
Geluidsbox of muziekspeler.
Papier- en schrijfmaterialen
Laptops met een digitaal programma om stukjes van de nummers te knippen en samen te voegen tot één track

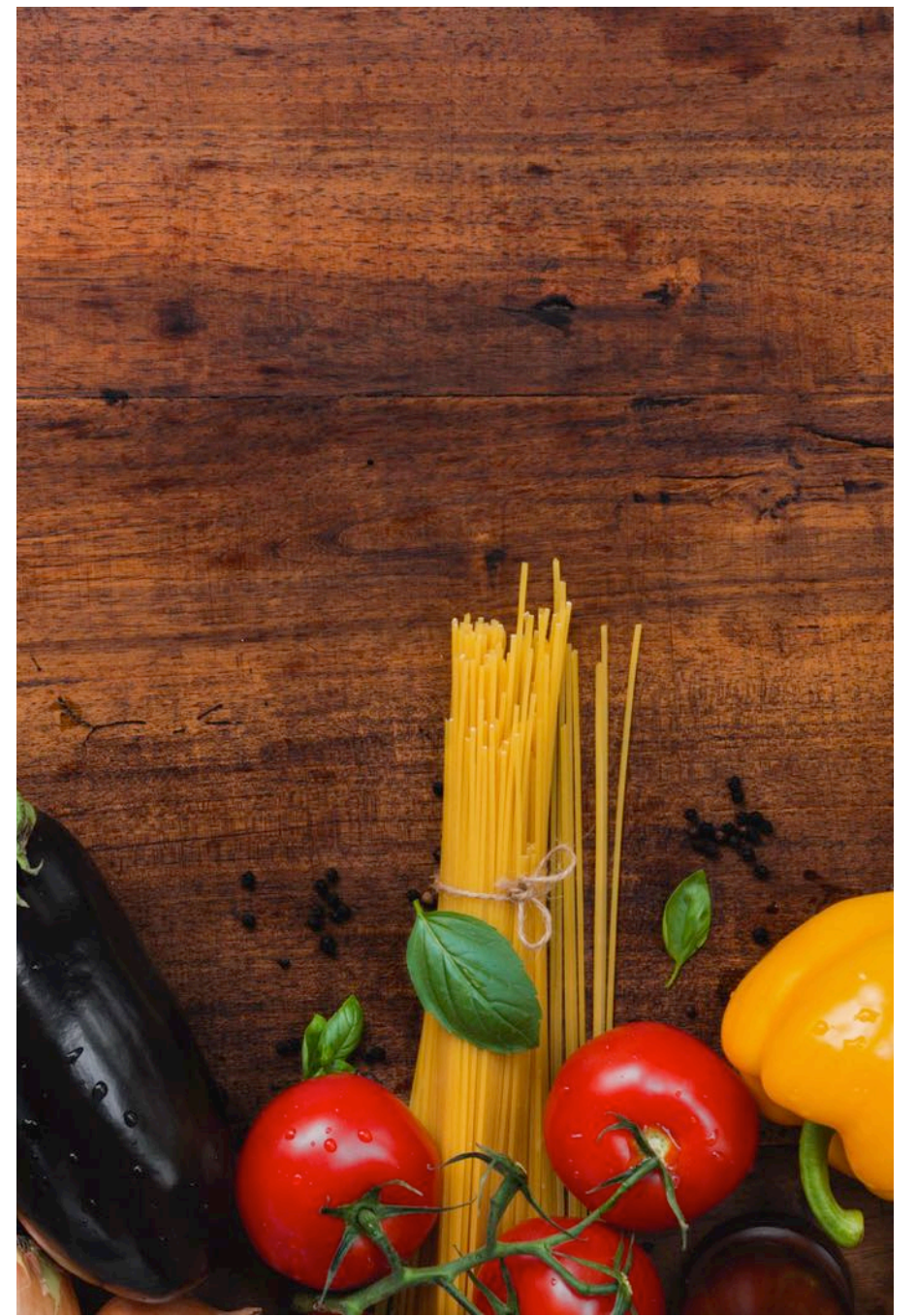
Dramatische expressie



**LIVING
LIBRARY**

←

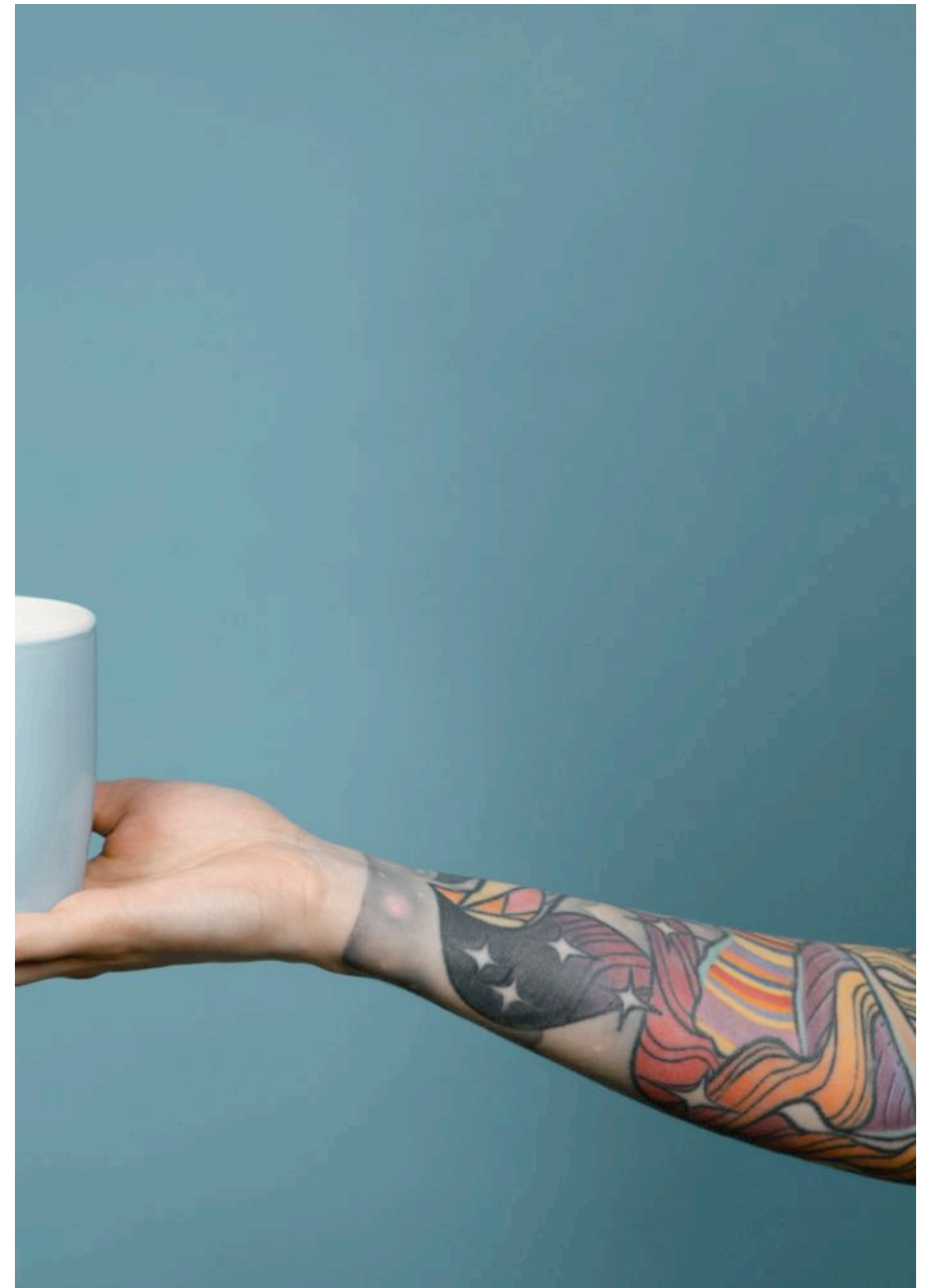
**DE SMAAK VAN
VERHALEN** →



**HET VERHAAL
ACHTER EEN
LITTEKEN**

←

**HET VERHAAL
ACHTER EEN
TATOEAGE** →



**EEN VERHAAL IN
EEN POTJE**

←

LABELS →



LIVING LIBRARY



DOELSTELLINGEN

- Het verminderen van vooroordelen en het bevorderen van begrip ten aanzien van mensen die het meest worden blootgesteld aan vooroordelen, met betrekking tot gender, seksualiteit, gezondheid, beperking, afkomst, sociale status, ideologie, beroep of levenswijze.
- Open staan voor een open en respectvolle dialoog .
- Een veilige atmosfeer creëren die diverse ervaringen waardeert en de nadruk legt op actief luisteren en respectvolle communicatie.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Gevoelige onderwerpen zoals levensstijl, gezondheid of ideologie kunnen tijdens de workshop aan de orde komen. Sommige vragen kunnen ongemakkelijk zijn voor de persoon.

Tip: Benadruk het belang van empathie, openheid en wederzijds respect bij het benaderen van gevoelige onderwerpen. Zorg voor privacy en respect. Moedig de deelnemers aan om rekening te houden met grenzen en prioriteit te geven aan het creëren van een comfortabele en veilige ruimte om te delen.

PRESENTATIE

In de Living Library lees je geen boeken, maar mensen. Interessante mensen, die je in het dagelijks leven niet snel spreekt. Klopt wat we denken over mensen op basis van de buitenkant wel met de werkelijkheid? Een vluchteling, een transgender persoon, een ex-crimineel, een dakloze en een tienermoeder zitten klaar om jou hun levensverhaal te vertellen. In een open gesprek waarin alles gevraagd en besproken kan worden.

‘Lezers dienen open te staan voor een gesprek. Het is een ontmoeting, waarbij het gesprek alle kanten op kan gaan, maar de basis voor het gesprek vormt de titel (en daarmee het onderwerp) van het levende boek, bijvoorbeeld 'Dakloos' of 'Transgender'. Het is nadrukkelijk niet bedoeld als 'verhalen vertellen', maar als een echte dialoog. Ook de lezer komt aan het woord en kan gericht vragen stellen.

Enkele uitgangspunten: boeken en Lezers hebben het recht om met respect behandeld te worden, ze hebben het recht iedere vraag te stellen, ze hebben het recht om een vraag niet te beantwoorden als zij dat niet willen, ze hebben het recht een gesprek te beëindigen als zij dat willen.

DEELNEMERS: Geen limiet in aantallen

RUIMTE: Kan overal, het moet het een veilige plek zijn om verhalen te delen

DUUR: 30-60 minuten

MATERIAAL:
Weinig stoelen,
afhankelijk van het
aantal deelnemers

DE SMAAK VAN VERHALEN



DOELSTELLINGEN

- Samen koken en verhalen, herinneringen delen.
- Mensen binnen en buiten de gevangensmuren met elkaar verbinden.
- Het op een aantrekkelijke manier uitwisselen van indrukken, herinneringen, emoties, smaken.
- Respect en nieuwsgierigheid, interesse in elkaar bevorderen.
- Eten delen verbindt en verrijkt ons leven

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Deelnemers vinden het vaak moeilijk om persoonlijke verhalen te delen. Het delen van lievelingsgerechten en familierecepten is een laagdrempelige manier om dat te doen.

Uitdaging: Prachtige verhalen over eten kunnen ook emotioneel beladen zijn, houd daar rekening mee

Tip: Laat iedereen zijn/haar verhaal op dezelfde manier presenteren: wie ben je, wat is je leeftijd, je land van herkomst, herinnering aan het recept, wat doet dit met je.

PRESENTATIE

Mensen in detentie en buitenstaanders komen regelmatig samen om hun favoriete recepten en de verhalen erachter te delen. Hier is een praktische aanpak:

1. Elke deelnemer reflecteert op een bijzondere eetervaring door vragen te beantwoorden zoals wie erbij was, welke geuren en smaken ze zich herinneren, en of ze het gerecht zelf zouden kunnen maken. Ze schrijven indien nodig hun herinneringen op.
2. De groep deelt hun culinaire herinneringen en luistert naar elkaar. Ze bespreken gemeenschappelijke aspecten zoals regio's, ingrediënten en bereidingswijzen. Daarna worden groepen gevormd om samen recepten te kiezen.
3. De groepen gaan naar de keuken, bereiden hun favoriete recepten en delen waarom deze speciaal voor hen zijn. Daarna genieten ze samen van de maaltijd en delen ze de verhalen achter de gerechten.
4. Na afloop worden recepten en ervaringen gedeeld en wordt er een kookboekje gemaakt.

DEELNEMERS: +/- 6 personen

RUIMTE: binnen gevangenis:
klaslokaal+ keuken

DUUR: verschillende mogelijkheden:
- één dag
- één middag gedurende verschillende weken

MATERIAAL:
Vellen papier, schrijfmateriaal (pennen, potloden, stiften)
Keuken- en kookmaterialen,
Ingrediënten
Notulist en beveiliging

HET VERHAAL ACHTER EEN LITTEKEN

DOELSTELLINGEN

- Stel deelnemers in staat persoonlijke littekens te beschrijven om emotionele ontlading en groei te stimuleren.
- Bevorder empathie en onderlinge verbondenheid door het delen van verhalen over veerkracht.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Sommige deelnemers kunnen zich schamen of zijn terughoudend in het delen van de verhalen achter bepaalde littekens.

Tip: Zorg voor een open en niet oordelende sfeer, benadruk het belang van persoonlijke keuzes bij het delen en zorg dat deelnemers zich veilig voelen.

Tip: Bied gelegenheid om met gevoel en compassie om te gaan met meer traumatische verhalen.

PRESENTATIE

Elk litteken heeft zijn eigen verhaal, zijn eigen plaats in de tijd, zijn bijbehorende locaties en personen die erbij betrokken zijn. De verhalen van littekens zijn hoofdstukken van je autobiografie.

Elk litteken is een fysiek aandenken met een emotionele echo. Er zijn fysieke littekens, maar ook emotionele littekens en psychologische littekens.

De meeste mensen hebben littekens, onschuldig opgelopen in hun kindertijd. Dit roze, paarse littekenweefsel herinnert aan het verleden.

Sommige littekens zijn groter, traumatischer en hebben herinneringen die bewust naar de donkerste hoekjes van je geest zijn verbannen.

Littekens vertellen een verhaal en we hoeven ons er niet voor te schamen om het te vertellen.

Sommige mensen proberen hun littekens te verbergen. Voor kleinere is dat gemakkelijk, voor grotere is dat moeilijker.

Vertel het verhaal van je litteken, beschrijf wat er is gebeurd, beschrijf hoe al je zintuigen de gebeurtenis/het voorval hebben ervaren. Wat voelde je, wat zag je om je heen, wat hoorde je, hoe rook de plek, heb je iets geproefd, ... Waar was het, hoe oud was je. Deelnemers zijn vrij om hun verhaal te delen.

DEELNEMERS: +/- 10

RUIMTE: Kan overal. Het moet het een veilige plek zijn om verhalen te delen

DUUR: Afhankelijk van het aantal deelnemers, elk ongeveer 10 minuten.

MATERIAAL:

Geen materiaal nodig.

Er bestaat de mogelijkheid om het verhaal op te schrijven in plaats van het hardop te vertellen. In dit geval heb je wat papier en pennen nodig.

HET VERHAAL ACHTER EEN TATOEAGE



DOELSTELLINGEN

- Ontdek hoe tatoeages een belangrijke vorm van persoonlijke storytelling zijn.
- Stimuleer deelnemers om de verhalen achter hun tatoeages te vertellen, om op die manier zichzelf te uiten en begrip te kweken.
- Voer een dialoog over de verschillende redenen voor het zetten van tatoeages, zoals het eren van iemand, het uitdrukken van idealen of het vormen van een identiteit.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: Maak gevoelige tatoeageverhalen bespreekbaar door een veilige en respectvolle ruimte te creëren.

Tip: Bevorder inclusiviteit door het gesprek te verbreden met verschillende perspectieven op lichaamskunst.

PRESENTATIE

Op welke manier vertellen tatoeages een verhaal?

Tatoeages zijn al eeuwenlang een vorm van storytelling - elke lijn, vorm, kleur en vorm vertelt een specifiek verhaal.

Hoewel het geen typisch canvas is, geven tatoeëerders een thuis aan betekenisvolle kunst op het menselijk lichaam, en portretteren ze zo iemands meest dierbare verhalen. Een groot verschil met littekens is dat ze bewust worden geplaatst en niet het resultaat zijn van een traumatische gebeurtenis.

Vertel het verhaal van je tatoeage:

Is het om iemand te eren? Gaat het over je idealen? Is het omdat het een bepaalde identiteit uitdrukt? Waarom besloot je de tatoeage te plaatsen?

DEELNEMERS: +/- 10

RUIMTE: Kan overal, het moet een veilige plek zijn om verhalen te delen

DUUR: Afhankelijk van het aantal deelnemers, elk ongeveer 10 minuten.

MATERIAAL:

Geen materiaal nodig.

Er bestaat de mogelijkheid om het verhaal op te schrijven in plaats van het hardop te vertellen. In dit geval, papier en pen nodig.

Volgens een onderzoek bezat 22% (van 540 personen) ten minste één tatoeage.

Verder onderzoek toonde aan dat, in vergelijking met niet getatoeëerde personen, getatoeëerde personen significant hoger scoorden op het gebied van extraversie, behoefte aan avontuur, behoefte aan uniciteit en een positievere houding hadden ten opzichte van tatoeages.



HET VERHAAL IN EEN POTJE

DOELSTELLINGEN

Creatieve samenwerking:

- Bevorder teamwerk en creatieve samenwerking tussen de deelnemers terwijl ze samenwerken om een samenhangend en boeiend verhaal te weven met behulp van de willekeurig gekozen elementen.
- Moedig de verkenning van verschillende perspectieven en ideeën binnen elke groep aan.

Vaardigheden voor het spontaan vertellen van verhalen:

- Verbeter het vermogen van deelnemers om scherp na te denken en spontaan boeiende verhalen te creëren door ongelijksoortige elementen te combineren.
- Ontwikkel vertrouwen in improvisatieverhalen en inspireer deelnemers om het onverwachte in hun creatieve proces te omarmen.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdagingen: Integreer ongelijksoortige elementen voor een samenhangend verhaal en breng de planningstijd in evenwicht met effectieve uitvoering van prestaties.

Tip: Moedig creatief denken en open communicatie aan, verdeel uw tijd verstandig en leg de nadruk op snelle besluitvorming.

PRESENTATIE

We gebruiken vier glazen potten met verschillende kleuren deksels.

Elke pot bevat een ander thema: een plaats, een personage (persoon, dier, fantasiefiguur), een voorwerp en een werkwoord.

De deelnemers krijgen allemaal kleine vellen papier die ze in vieren verdelen. Op elk papiertje schrijven ze een van de vier thema's.

De deelnemers worden verdeeld in twee of meer groepen, afhankelijk van het aantal deelnemers (max. 5 personen per groep).

Elke groep neemt een kaart uit elke pot en heeft dan 4 woorden. De groep maakt een verhaal met deze woorden en is vrij om er elk gewenst verhaal van te maken: realistisch, fantasie, thriller. Daarna presenteert de groep het verhaal aan de hand van een kleine voorstelling of een video.

DEELNEMERS: maximaal 20

RUIMTE: Kan overal, het moet altijd een veilige ruimte zijn om verhalen te delen en om te presenteren.

DUUR: 60-120 minuten

MATERIAAL:

glazen potten, papier, stiften, schaar. En een camera als ze een video willen maken.

LABELS



DOELSTELLINGEN

- Herkennen en ter discussie stellen van stereotypen en labelen van mensen, waardoor een beter inzicht ontstaat in hoe vooroordelen de onderlinge relaties kunnen beïnvloeden.
- Stimuleren van creativiteit en samenwerking: zorg voor een veilige omgeving waarbij het accent wordt gelegd op het belang van een diverse invalshoek bij het vertellen van verhalen.

UITDAGINGEN & TIPS

Uitdaging: In het dagelijks leven krijgen we vaak veel etiketten opgeplakt. Dit kan een impact hebben op onze geestelijke gezondheid en op de relatie die we hebben met onszelf en met anderen.

Tip: Creëer een veilige en vertrouwde omgeving waar mensen zich vrij voelen om hun emoties te uiten en benadruk het belang van actief luisteren.

PRESENTATIE

Maak labels met karakterbeschrijvingen. Zorg voor een mix van echte en fictieve personages (bijvoorbeeld dokter, gevangene, tiener, zanger, politie, superheldin) en plak deze op de rug van elke deelnemer zonder onthulling.

Laat deelnemers elkaar in stilte observeren en stimuleer communicatie zonder het personage te onthullen. Voeg een plotwending toe aan het verhaal en laat deelnemers samenwerken om een kort, fantasierijk verhaal te creëren. Na het delen van de verhalen, laat deelnemers raden welk personage ze hebben gekregen.

Onthul de labels en bespreek hoe ze de interactie en verhalen hebben beïnvloed. Stimuleer een discussie over vooroordelen en openheid in de omgang met anderen.

Bespreek hoe vooroordelen onze perceptie van anderen beïnvloeden en hoe we die kunnen doorbreken. Vraag deelnemers naar hun gevoel van erkenning en behandeling door anderen. Reflecteer op de impact van de labels op hun waarneming van elkaar en het verhaal.

Stimuleer een discussie over het doorbreken van vooroordelen en het stimuleren van een open houding. Hoe hebben de labels jullie kijk op elkaar en jullie verhaal beïnvloed? In welke mate voelde je je gezien en hoe werd je behandeld door anderen? Hoe beïnvloeden vooroordelen onze kijk op anderen?

DEELNEMERS: 10-20

RUIMTE: binnenruimte. Zorg ervoor dat er voldoende bewegingsruimte is voor de deelnemers

DUUR: kan worden aangepast op basis van de grootte van de groep, 60-90 minuten

MATERIAAL:

Etiketten met karakterbeschrijvingen (echt en fictief). Pennen/stiften. Timer of klok

conclusie

Door verhalen te integreren in je educatieve aanpak, heb je de mogelijkheid om positieve verandering en persoonlijke groei te stimuleren. Onthoud dat elk verhaal de kracht heeft om barrières te doorbreken, empathie en creativiteit te cultiveren en bij te dragen aan een diepgaande verandering in perspectief. Verhalen vertellen wordt beschouwd als een universele taal die mensen met verschillende achtergronden met elkaar verbindt en een gevoel van gedeelde menselijkheid bevordert.

De workshops in deze toolkit zijn een uitnodiging om te verkennen, te verbinden en te inspireren. Laten we samen de diepgaande kracht van het vertellen van verhalen blijven benutten en bijdragen aan een wereld waarin het delen van verhalen een kracht wordt voor positieve verandering, zowel in gevangenissen als in de bredere gemeenschap.

Deze Storytelling Toolkit is het resultaat van een gezamenlijk proces, een product van de toewijding en passie van de GUTS projectpartners.

Bedankt dat jullie samen met ons deze toolkit gaan gebruiken en dat jullie eigen verhalen mogen blijven bijdragen aan een toekomst vol persoonlijke groei, begrip en creativiteit.



colofon

GUTS CONSORTIUM

Joana Oliveira, Victor Santos - Form2you (Portugal)

Alice Pastorelli, Ivan Verardi, Silvia Paradiso, Michele Bramo - Cooperativa sociale Il Faro (Italië)

Roberto Righi - STEPS (Italië)

Ed Santman, Ankie Til, Peter Van Olmen - Changes&Chances (Nederland)

Bloeme van Roemburg - De Rode Antraciet vzw (België)

Torbjørn Rodal - Jessheim vgs (Noorwegen).

FINANCIERING

Dit project is gefinancierd met steun van de Europese Commissie in het kader van het Erasmus+ Programma.

De exclusieve verantwoordelijkheid voor deze publicatie ligt bij het GUTS-consortium. Deze toolkit weerspiegelt uitsluitend de mening van de auteurs. De Commissie is niet verantwoordelijk voor het gebruik van de informatie die het bevat.

ONTWERP

Alice Pastorelli

REFERENTIE

Als u naar delen van deze publicatie wilt verwijzen, verwijzen wij u naar deze toolkit als "Storytelling toolkit (GUTS - Grow Up Today and Support Each other)"

GUTS Erasmus+ project Nummer: 2021-1-NO01-KA220-ADU- 000026560

CONTACT

Als je feedback hebt over deze toolkit, ervaringen met workshops wilt delen of andere ideeën hebt die je aan dit handboek wilt toevoegen, neem dan gerust contact met ons op. We horen graag van je! e-mail: ilfarobindisi@gmail.com



Co-funded by
the European Union



Erasmus+

