

“COLOMBIAANSE HYPNOSE”

Activiteit ontwikkeld door: Augusto Boal



OVERZICHT

Deze activiteit komt voort uit het werk van Augusto Boal. De activiteit vereist vertrouwen, bewustzijn en non-verbale communicatie en helpt de deelnemers om ze met hun eigen lichaam en zintuigen te hebben ervaren.

TIJD



30-40 minuten

DEELNEMERS



2+ deelnemers

MATERIAAL



Er is geen materiaal nodig, maar een ruime ruimte is een must.

DOELSTELLINGEN



- Zelfbewustzijn over zichzelf als leider/volger verhogen
- Nuances van non-verbale communicatie verkennen

INSTRUCTIES - STAP VOOR STAP



1. Vraag de deelnemers om tweetallen te vormen.
2. Vraag hen om te beslissen wie “A” en wie “B” wordt.
3. Vraag de tweetallen om te bespreken of een van hen bepaalde beperkingen heeft met betrekking tot beweging (bijv. moeilijkheden om te gaan zitten, om snel te bewegen, etc.).
4. Vraag dan aan “A” om zijn of haar handpalm op ongeveer 15-20 centimeter afstand van “B”'s gezicht te houden. Vraag “B” dan om zich voor te stellen dat de hand van zijn of haar partner hem of haar heeft gehypnotiseerd en dat hij of zij de handpalm overal moet volgen, waarbij hij of zij ervoor moet zorgen dat de afstand tussen de handpalm en hun gezicht gelijk blijft. Als de handpalm weg beweegt, moeten ze hem volgen, als hij dichterbij komt, moeten ze achteroverleunen.
5. Nadat de deelnemers de instructie hebben begrepen (de trainer kan het demonstreren met een vrijwilliger), vraag je alle “A”-s om te beginnen met bewegen in de kamer, terwijl de “B” hun handpalm volgt.
6. Vraag de tweetallen na ongeveer 5 minuten om van rol te wisselen.
7. Ofwel stopt de activiteit hier, ofwel kan er een andere ronde worden georganiseerd. Voordat de activiteit wordt herhaald, kunnen “A” en “B” bespreken wat ze leuk vonden, wat ze niet leuk vonden in de volgersrol, of wat ze zouden willen proberen.

NABESPREKING



Vragen voor debriefing:

- Hoe vond je de oefening?
- Hoe voelde je je als leider?
- Hoe voelde je je als volger?

“COLOMBIAANSE HYPNOSE”



- Zou je als volger non-verbaal je wensen/beperkingen kunnen communiceren?
- Hoe heb je de activiteit herhaald nadat je met je partner had besproken wat je wel/niet leuk vond?

THEORIE



Boal, Augusto. Games voor Actors and Non-Actors. Trans. Adrian Jackson. New York: Routledge, 2002. Print.

ACTIVITEITEN DIE DE DEELNEMERS HELPEN OM NA TE DENKEN OVER HUN RELATIES

Hier beschrijven we twee complexe activiteiten om de deelnemers te helpen dieper in te gaan op hun verschillende relaties: vocabulaire verwerven om ze te beschrijven, verschillen en hun rol in hun dagelijks leven verkennen, uitdagingen identificeren die ze kunnen tegenkomen met betrekking tot het initiëren, onderhouden of afsluiten van deze relaties.