

GRIP

CARLI GELLINGS
LESMAP



OVER DE VOORSTELLING

Onze verbeelding is oneindig.

De ene keer brengt het ons naar wonderlijke plekken, de andere keer neemt het ons mee in een donkere spiraal.

Vinden we bescherming en veiligheid in onze eigen fantasie of brengt het ons dieper in vertroebeling of enge gedachten?

In Grip gaat een danser in dialoog met het decor. Samen creëren ze een landschap waarin balans, controle en overgave voortdurend verschuiven. Langs kleuren, schaduwen en bewegingen toont de voorstelling hoe krachtig onze gedachten kunnen zijn.

Soms laten ze ons sterker voelen, soms doen ze ons wankelen.

Grip is een beeldende en dansante voorstelling voor iedereen vanaf 4 jaar over de rol van onze fantasie in relatie tot complexe gevoelens als angst.

Een zintuiglijke ervaring waarin verbeelding en realiteit elkaar ontmoeten.

NAAR DANS KIJKEN

Grip is een dansvoorstelling.
Dat betekent dat er niet gesproken wordt.
Er zijn geen woorden.
En toch wordt er veel verteld.

Een danser vertelt met zijn lichaam.
Maar... hoe luister je daarnaar?

HOE KIJK JE NAAR DANS?

Je kijkt niet alleen met je ogen.
Je kijkt ook met je fantasie.

Je hoeft niet alles te begrijpen.
Je mag voelen.
Je mag verzinnen.

Iedereen ziet iets anders.
En dat is helemaal goed.

Hoe ziet een blij lichaam eruit?
En een bang lichaam?
Blijje schouders?
Bange handen?
Zenuwachtige knieën?
Een verdrietig hoofd?
Kan jij het verschil zien?
Kan jij het zelf doen?

Fantasie maakt het verhaal
Een groot deel van de voorstelling maak je zelf in je hoofd.
Misschien zie jij iets grappigs.
Misschien iemand anders iets spannends.
Er is geen juist of fout.
Wat jij ziet,
is jouw verhaal.

- aan de leerkrachten -
(Het is oké dat kinderen reageren tijdens de voorstelling. Kleine reacties zoals "ooh", "aaah", lachen of korte associaties bij wat ze zien kunnen deel uitmaken van hun beleving, zolang ze verbonden blijven met wat er op scène gebeurt.)

LICHT / DONKER

Als de voorstelling begint, wordt het donker.
Maar er is altijd ook weer licht.
In de voorstelling speelt licht een belangrijke rol.
Waar licht is, is ook schaduw.

-aan de leerkrachten -

(gebruik bij voorkeur een zaklamp, bureaulamp of spot. Een witte of lichte muur.
Maak de ruimte zo donker mogelijk).

VOLG HET LICHT

De leerkracht beweegt met een lamp door de ruimte.
De kinderen volgen het licht.
Stap in het licht.
Stap uit het licht.
Probeer het licht niet kwijt te raken.
Probeer nooit in het licht te staan.

ONTDEK JE SCHADUW

Sta voor de muur en kijk naar je schaduw.
Speel met je schaduw.
Groot en klein worden.
Dichtbij en ver van de muur staan.
Traag en plots bewegen.

Wat verandert er aan je schaduw?

SCHADUW EN FANTASIE

Gebruik eenvoudige materialen zoals karton, doeken of papier. Hou ze vast of plaats ze op je lijf waardoor je schaduw vervormd en je iets of iemand anders wordt. Misschien wel een dier, een monster of een vorm?

Soms kan je fantasie iets een beetje spannend maken. Maar je kan dat ook weer veranderen door je schaduw kleiner, zachter of anders te maken.

En als het echt te spannend wordt dan doen we toch gewoon weer het licht aan.

MUREN, BOUWEN EN SCHUILEN

In de voorstelling beweegt het decor mee met de danser. Panelen worden muren, huizen of schuilplaatsen. Alles kan veranderen en iedereen ziet misschien iets anders.

BOUW EEN PLEK (binnen of buiten)

Laat kinderen in kleine groepjes een kamp bouwen waar ze zelf in kunnen zitten of zich achter kunnen verstoppen.

Gebruik materialen zoals: stoelen, tafels, kussens, doeken, banken, ...

Geef een duidelijke opdracht:

BOUW EEN PLEK WAAR JE EVEN KAN VERDWIJNEN.

(een kamp, een hut, een schuilplek, verstopplaats, ...)

BESCHERMEN EN VERSTOPPEN

Laat de kinderen in hun kamp kruipen of erachter zitten.

Vraag hen om even stil te zijn en te voelen.

Stel daarna korte, concrete vragen:

Hoe voelt het?

Veilig of spannend?

Open of afgesloten?

Klein of groot?

Gezellig of alleen?

VERANDER JE PLEK

Laat de kinderen hun kamp aanpassen.

Geef telkens één duidelijke opdracht:

Maak de plek groter of kleiner

Maak de plek meer open of dicht.

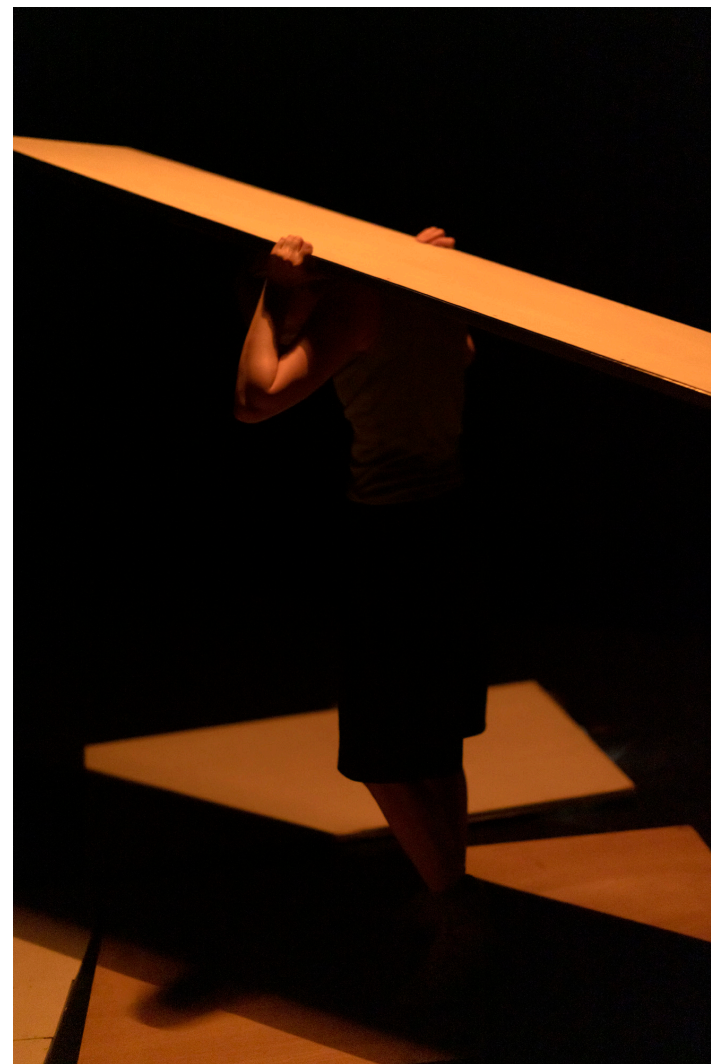
GA BIJ ELKAAR OP BEZOEK

- aan de leerkrachten -

(Je kan deze opdracht ook in het klein doen. Kinderen bouwen dan alleen, met kleine materialen zoals blokjes, lego, karton, ...)

Ze maken een mini-plek voor een poppetje of denkbeeldig figuur. Stel dezelfde vragen, maar nu moeten kinderen meer hun fantasie gebruiken: hoe voelt het daarbinnen? Wie zit er verstopt? Is het een veilige plek of een spannende plek?

Deze vorm is rustiger en meer verbeeldend, de grote versie meer fysiek en actief.)



FANTASIE IN EEN DOOSJE

Soms lijkt fantasie groot, soms klein genoeg om in een doosje te passen.

– voor de leerkrachten –

Zoek een klein doosje en steek er een lichtje in. Zorg dat de ruimte rustig is en ga samen in een kring zitten.

DOOSJE OPENEN

Toon het doosje en vertel dat er fantasie in zit. Open het een beetje zodat de fantasie een beetje kan ontsnappen en het licht zichtbaar wordt.

Vertel wat jij denkt dat erin zit. Het mag alles zijn, ook dingen die niet echt in een doosje passen.

SAMEN FANTASEREN

Geef het doosje door. Kinderen mogen kijken en zeggen wat hun fantasie erin ziet.

EIGEN FANTASIEDOOSJE

Kinderen krijgen of maken zelf een doosje en versieren de binnenkant. Steken er glinsterende lintjes en papiertje in.

Laat ze vertellen over wat er in hun fantasie doosje zit en laat ze zelf kiezen waar ze het doosje bewaren.

Hun eigen doosje fantasie.



KLEUR EN GEVOEL

-voor de leerkrachten-

(Ga met de kinderen in een kring zitten. Leg enkele kleuren in het midden bijvoorbeeld: rood, geel en blauw.)

WAT VOEL JE BIJ EEN KLEUR?

Neem één kleur.

Vraag: Wat voel je bij deze kleur?

(Laat meerdere antwoorden bestaan, een kleur kan verschillende gevoelens hebben.)

SPEEL HET GEVOEL

Kies één gevoel dat genoemd werd.

Laat de kinderen het tonen met hun lichaam.

KLEUREN MENGEN

Leg twee kleuren in het midden.

Bijvoorbeeld: blauw en geel.

Vraag: Wat gebeurt er als deze kleuren samenkomen?

Meng ze. (met verf of toon de nieuwe kleur).

Blauw en geel worden groen.

NIEUWE KLEUR, NIEUW GEVOEL

Vraag: Wat voelt blauw? Wat voelt geel?

Wat voelt groen?

Hoe beweegt groen?

HERHAAL dit met andere kleurencombinaties.

BELANGRIJK! Er is geen juist of fout. Kleuren kunnen veranderen. Gevoelens ook.



NAPRATEN

Na de voorstelling blijft er altijd iets hangen:
beelden, gevoelens, gedachten.

Wat heb je gezien?

een beeld

een kleur

een beweging

een moment dat je bijbleef

Wat heb je gevoeld?

blij

bang

rustig

nieuwsgierig

Was er iets dat je niet begreep,
maar zelf invulde met je fantasie?

Iedereen heeft iets anders gezien.

Dat is normaal.

Als je één beeld mag meenemen uit de voorstelling,
wat is dat?



LEESLIJST:

Voor kinderen

Het kleurenmonster – Anna Llenas

De kleur van emoties – Anna Llenas

Een boek – Hervé Tullet

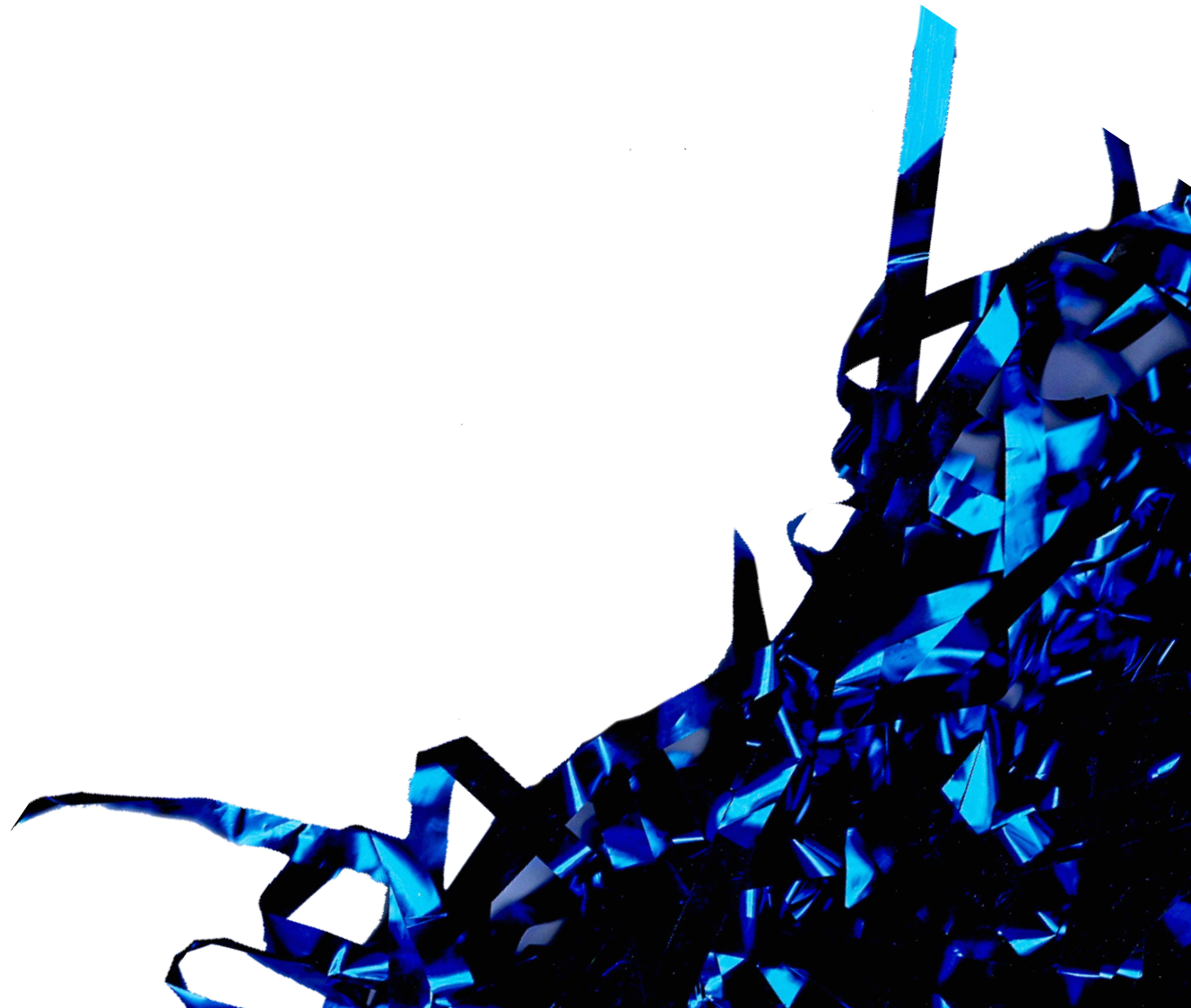
Monsters gaan niet naar de kapper – Marie-Hélène Versini

Soms ben ik... – Kathrin Schärer

Kamertje ikke – Femke Vanbelle

Voor volwassenen

Carli sprak meermaals met de auteur Bram Vervliet
van boek 'Waarom we bang zijn'
in aanloop van de voorstelling GRIP.





WIE IS WIE?

choreografie & dans Carli Gellings
scenografie & lichtontwerp Michiel van Cauwelaert
assistentie scenografie Jarne Bossaerts
geluidsontwerp Adriaan De Roover & Sander Stuer
kostuumontwerp Joëlle Meerbergen
dramaturgie Liesbeth De Clercq
bewegingsadvies & eindregie Charlotte Goesaert
techniek Jonas Slosse & Alexander Van Damme
productieleiding Tine Coumans
educatie Fran van Gysegem

met dank aan FABULEUS & Perpodium i
n samenwerking met c o r s o, BUDA, De Veerman,
DE MAAN & C-mine met de steun van De Vlaamse Overheid en
de Tax Shelter van de Belgische Federale Overheid