

## Vertelcursussen

Verhalen vertellen, durven achter je eigen woorden, boeiend en geloofwaardig overkomen; de juiste aandacht krijgen en zorgen dat mensen aan je lippen hangen.... Dat kun je leren! Kunstenaar wordt je echter niet zo maar, ook vertelkunstenaar niet. Maar een beginnerscursus kan helpen de verteller in jezelf ontdekken. In ieder mens woont immers een woordvoerder van vele ervaringen die de moeite waard zijn om met anderen te delen.

Jan Swagerman geeft daartoe al jaren verteltrainingen voor zeer uiteenlopende groepen. Het gaat daarbij óf de vertelkunst eigen te maken, of om het gebruik van verhalenvertellen als middel bij bijvoorbeeld leesbevordering, de ontwikkeling van zelfvertrouwen, verwerking van historische kennis, het aankweken van creatieve en sociale vaardigheden of om meer zicht te krijgen op eigen levensverhaal. Uiteraard kan een vertelworkshop goed worden aangepast aan bepaalde thema's.

De open workshops zijn echter gericht op een breed publiek en staan open voor iedereen die 'op verhaal wil komen'. Te denken valt aan (Pabo-) studenten, maar ook aan managers die presentaties moeten houden. Aan oma's die willen leren hoe aan hun kleinkinderen te vertellen; aan hen die betrokken zijn bij kindernevendiensten, of aan mensen van historische verenigingen. Ook zijn er deelnemers die goede herinneringen hebben aan vertellers die ze vroeger eens hebben gehoord en nu zelf die kunst willen leren. Ieder kan op eigen niveau meedoen.

Deze workshops worden op maat aangeboden. Ze kunnen van langere of kortere duur zijn, zoals een dagdeel, wekelijkse bijeenkomsten of een tweedaagse. Afhankelijk van de beschikbare tijd en het aantal deelnemers wordt het programma ingevuld. Hoe groter de groep des te meer groepsopdrachten. In een kleinere groep is er meer aandacht voor individuele begeleiding. Steeds wisselen praktische oefeningen en theorie elkaar af. Meestal wordt er begonnen met oefeningen in spontaan vertellen. Zo wordt vertelangst overwonnen. Vervolgens worden verteltechnieken geïntroduceerd waarmee praktisch aan het werk wordt gegaan. Aspecten die daarbij aan de orde kunnen komen zijn: lichaamstaal, stem en gebaar; spanningsopbouw; denken in beelden en innerlijke voorstellingen; diverse soorten verhalen, vertellen met en zonder tekst; werken met wisselende personages en perspectieven; symbolen, metaforen; vertellen voor verschillend publiek en dergelijke.

Er wordt gewerkt naar een eigen vertelling. Soms wordt gevraagd dit thuis voor te bereiden. In korte workshops worden tips en hand-outs meegegeven om zelf daarmee verder aan de slag te kunnen. Oud-cursisten melden zich vaak aan bij een vertelkring, of beginnen er zelf een. Op die manier kan een introductie cursus het begin worden van leven waarin men zeggenschap krijgt!