

## **LECTORAAT SUSTAINABLE PERFORMANCE: The Journey / verslag onderzoeksbevindingen (maart 2012)**

### **Vraag**

Het College van Bestuur van Codarts stelde in 2008 de vraag: 'Help ons om jong getalenteerde musici, dansers en circusartiesten op de hoogste podia, op gezonde wijze, hun beste performance te laten zien', 'Hoe kunnen we onze studenten mentaal, emotioneel en sociaal voorbereiden, zodat zij keer op keer in staat zijn het beste van zichzelf te geven?' en 'Hoe brengen we die kwaliteiten, skills, concepten binnen de muren van Codarts, worden ze deel van de onderwijspraktijk?', en 'Hoe kunnen onze docenten hiermee overweg?'

Wij hebben de vraag aangenomen en gaven dit onderzoek de titel Sustainable Performance (SP) mee. Het lectoraat SP is april 2009 gestart en loopt tot april 2013.

### **Definitie, grondslag en onderzoek profiel**

Sustainable Performance is gedefinieerd als "Performers who repeatedly experience flow in the execution of their art, are more likely to deliver the best possible performance within ones skills and talents. They will continue doing this over long periods of time. Therefore we state: repetitive flow = sustainable performance."

De onderzoeksvraag luidt: How to sustain the ability to perform on a high level again and again?

Het praktijkgericht onderzoek van het lectoraat SP is theoretisch gebaseerd op *Flow, the Psychology of Optimal Experience* (M.Csikszentmihalyi, positive psychology) en *Open Systems Thinking* (F.Emery, social ecology). Deze twee complementaire theorieën staan als een assenkruis op elkaar en vormen daarmee het psychosociaal onderzoeksveld. De 'Reis van de Held', een mythische reis geïnspireerd door het werk van Joseph Campbell (*The Hero with a Thousand Faces*, New World Library, 1949), werd ingezet als didactisch ontwerp, 'voertuig', omdat het de belofte inhield tot versneld leren (*Reis van de Held*, Frank Heckman en Steven de Bie, Bruna, 2004).

Het lectoraat Sustainable Performance onderzoekt bij Codarts of deze belofte kan worden waargemaakt en de Reis van de Held/ 'Journey' als didactisch model Codarts en daarmee het kunstvakonderwijs kan versterken.

Via action research reizen de deelnemers aan het onderzoek volgens het didactisch reisontwerp met vijf dimensies: Call for Adventure, Fellowship, Dragons, Performance en Return.

De 'Journey' is een metafoor voor een pad van ontwikkeling en groei van de deelnemers: tijdens hun Reis, los van de vaste onderwijskaders, leren zij op een actieve en adaptieve manier van elkaar en van hun omgeving. De rode draad die door alle dimensies van de reis heenloopt is het fenomeen flow, het vermogen om in een verhoogd aandachtsveld te komen en volledig 'beschikbaar' te zijn op de belangrijke performancemomenten.

De activiteiten van het lectoraat richten zich op: performance-support voor studenten, innovatie curricula, professionalisering docenten en kenniscirculatie.

### **Research**

Er is een prototype van het didactisch ontwerp neergezet waarmee een groep van 40 docenten en studenten uit alle academies/afdelingen van Codarts Rotterdam als een Community of Practice gedurende anderhalf jaar o.l.v. lector Frank Heckman "op reis" is gegaan ('Journey' 1.0, 2010/2011). Daarnaast zijn twee varianten ontwikkeld: de Minor Art and Healthy Well Being voor 15 derde- en vierdejaars muziekstudenten met wekelijkse bijeenkomsten gedurende een half jaar ('Journey' 2.0, eerste helft 2011) en het project Rotterdam meets Istanbul met zeven Rotterdamse musici en zeven musici/dansers uit Istanbul gedurende twee maal een intensieve week ('Journey' 3.0, eerste helft 2011).

Bij de 'Journey' 1.0 is voor elke van de vijf dimensies een **clinic** georganiseerd met workshops die het thema vanuit diverse kanten belichtten; de clinics duurden een hele dag en vonden plaats op een locatie buiten Codarts. Na elke clinic werd het thema in tweewekelijkse **basecamps** verder uitgediept en vond er onder andere skilltraining plaats.

De verschillende Journey's varieerden in intensiteit en vorm met betrekking tot de dimensies. Zowel bij het prototype als bij de varianten heeft een introductie van de 'Journey' plaatsgevonden en is de Performance-dimensie gekoppeld aan een of meerdere performance momenten. Hoogtepunt tijdens 'Journey' 1.0 was 'Op zoek naar de Parel van het Paradijs', een spectaculair en origineel muziek, dans en circustheater 'experience' gecreëerd en geproduceerd door de SP-Community of Practice in het kader van de Operadagen Rotterdam 2011.

De keuze voor het programmeren van verschillende varianten van de 'Journey' heeft de mogelijkheid geboden om elke cyclus te evalueren en op onderdelen variaties te introduceren. Deze processen van ontwikkeling en evaluatie zijn ondersteund met diverse onderzoeksmethoden zoals interviews, focusgroepen, vragenlijsten, matrix Flow & Social Context, scorecard, sessieverslagen, bewegingsobservaties (Laban Movement Analysis) en een pilot in neurofeedbacktraining.

## Resultaten

### Innovatie curricula

De deelnemers aan de 'Journey' hebben een versneld leerproces ervaren doordat vaste onderwijskaders zijn losgelaten en zij daardoor ook aangewezen waren op de eigen ervaringen. Hun leerproces heeft aanwijzingen gegeven over de manier waarop dit didactisch ontwerp kan bijdragen aan het bevorderen van sustainable performance. Een en ander is in 2011 vastgelegd in:

*Verslag World Port, World |City, World Art / Rotterdam meets Istanbul.*

*Verslag Op zoek naar de Parel van het Paradijs, incl. dvd.*

*Verslag Minor Art and Healthy Well Being.*

*Codarts' Community reist in een artistiek landschap. Verslag Teachers' Meeting.*

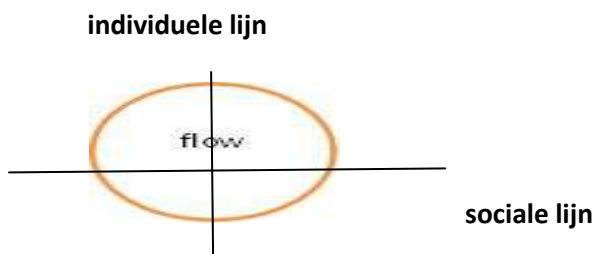
Allereerst is het opmerkelijk dat het merendeel van de deelnemers rapporteerde dat zij vaker en ook meer, gedurende hun performance momenten 'in flow' waren.

De belangrijkste onderzoeksbevindingen wijzen op het belang van de psychosociale balans met twee lijnen:

- Individuele lijn: varen op eigen kompas (autotelisch leren), autonomie, bewuster van fysiek;
- Sociale lijn: shared learning, onderwijspraktijk, sociale context, plaats in de groep

met op het kruispunt van deze lijnen: flow.

'Flow is kennelijk geen opzichzelfstaand fenomeen, maar ontstaat meer uit het fijne samenspel van mens en omgeving.' (Frank Heckman)



De verschillende onderzoeksinstrumenten leverden vergelijkbare en elkaar aanvullende en soms bijzondere uitkomsten op m.b.t. het belang van bewustwording en sociale context. Zo gaven veel deelnemers blijk van een sterke awareness met betrekking tot performance, een bewustzijn dat raakt aan body-awareness, persoonlijke groei en inzicht, focus en doel, groepsproces en omgeving. Het feit dat studenten en docenten over de grenzen van hun eigen vakgebied / instrument samenwerkten, bood een geheel nieuw spectrum aan leerervaringen. De samenwerkingsmogelijkheden waren voor velen verrassend en men noemde artistieke

bewustwording van (eigen) nieuwe mogelijkheden en hun rol als musicus / danser/ circus artist in het groepsproces.

Allen rapporteerden dat zij veel flow-ervaringen hadden tijdens de performances / performance momenten, met als belangrijk zwaartepunt: 'the activity offers an intrinsic reward; it is worth doing it in itself; it is just fun to do.'

Door het fenomeen 'flow' actief te introduceren leerden de deelnemers de kwaliteit van hun eigen ervaringen benoemen. Zo ontstond een gemeenschappelijke taal rond 'flow'-ervaringen en daardoor herkenden en ervoeren zij meer 'flow' aspecten binnen hun performances.

Mensen met veel 'flow'ervaringen hebben een autotelische persoonlijkheid volgens Csikszentmihalyi. Een autotelische persoonlijkheid is in staat om – ondanks sociale spanningsvelden – eigen doelen te stellen en realiseren, m.a.w. in eigen verantwoordelijkheid te staan, en dan is sprake van een psychosociale balans.

Deze bevindingen zijn relevant als het gaat om uitwerking van de artistieke en de didactische visie die Codarts hanteert, t.w. artistiek landschap en authentiek leren.

Codarts onderscheidt zich internationaal als een van de beste instituten kunstvakonderwijs door haar holistische, vooruitstrevende visie. De visie vertaalt zich in een artistiek landschap, de ruimte die inclusief en voorbij de grenzen van de verschillende academies gaat en die zich opent naar het wereldpodium. Hier leert de student op eigen kompas navigeren en eigen (onderwijs) doelen stellen. Een artistiek landschap dat uitnodigt tot een gemeenschappelijke reis waarin team teaching, peer teaching, shared learning en artistiek ondernemen een belangrijke rol spelen.

Het curriculum is gericht op life long learning: het curriculum stimuleert ontwikkeling van creativiteit, ambacht en persoonlijkheid waarin het vergroten van bewustzijn, zowel het individuele bewustzijn als het sociale bewustzijn, een belangrijk uitgangspunt is (bron: *Afsluitende gedachten Teachers' meeting Sustainable Performance november 2011*). De 'Journey' is een belangrijke pijler van dit didactisch concept.

### **Pilot Neurofeedbacktraining**

Begin 2010 is het lectoraat SP gestart met een project Neurotherapie o.l.v. ir. Guusje Roozmond bij het Neurotherapie Centrum Hilversum. In het kader van dit project heeft het lectoraat Sustainable Performance drie deelnemers simultaan neurotherapie-behandelingen laten volgen. G. Roozmond heeft oktober 2011 verslag gedaan van de verbeteringen qua hersenfuncties en welbevinden: *Rapport Neurotherapie. Evaluatie pilot studie voor Codarts*. Zij constateert dat de algemene tendens van een beter welbevinden, betere concentratie en een geringere stressgevoeligheid duidelijk is gebleken; deze tendens komt ook naar voren in de schriftelijke terugkoppeling door de drie deelnemers. Roozmond vermeldt dat ook de opzet van de training in drie fases weer cruciaal is gebleken: 'stabilisatie van het autonomen zenuwstelsel, verwerking van oude herinneringen en loslaten van oude patronen en diepe integratie via alfa-theta training.' Roozmond eindigt haar slotwoord met de opmerking: 'Gezien het succes van deze behandeling voor de deelnemers lijkt een vervolg op grotere schaal zeer de moeite waard.' (p.17)

### **Bewegingsobservaties**

Tijdens de 'Journey' hebben bewegingsobservaties plaatsgevonden en is Laban Movement Analysis (LMA) toegepast als onderzoeksinstrument. De volgende onderzoeksvragen zijn geformuleerd:

- Is 'flow' zichtbaar in beweging?
- Wat zijn de ervaringen van de studenten m.b.t. 'flow'?

Om deze vragen te beantwoorden zijn er filmfragmenten van optredens geobserveerd en geanalyseerd aan de hand van een aantal categorieën, gebaseerd op LMA, met name op de Movement Psychodiagnostic Inventory.

In het *Verslag Observaties Laban Bewegingsanalyse (2011)* geeft Ciel Werts als belangrijkste conclusies, dat

- 'Flow' zichtbaar is in een aantal bewegingsaspecten, t.w. gevoel van gewicht, ruimtelijke alertheid, fysieke betrokkenheid en een basis Effort-Flow;
- studenten flow-ervaringen kennen zoals deze door Csikszentmihalyi zijn genoemd en deze ervaringen in hun werk / performances belangrijk vinden. Flow-ervaringen komen binnen school minder voor.
- Observaties m.b.v. LMA en de aandacht die daaruit voortvloeit voor de fysieke aspecten van het performen, zijn door de studenten als waardevol ervaren: de analyse (waaraan geen waardeoordelen worden verbonden) nodigt uit tot reflectie en stimuleert het nemen van een eigen verantwoordelijkheid in het leerproces.

De onderzoeksbevindingen geven aanleiding tot onder meer aanbevelingen m.b.t. bewegingslessen voor musici en het anders inrichten van beoordelingen tijdens de opleiding door ruimte te geven aan evaluaties zonder waardeoordelen.

### **Professionalisering docenten**

Door deelname aan het reistrject zijn de docenten zich meer bewust van eigen praktijkkennis en vaardigheden m.b.t. begeleiding en coaching studenten. Deze kwaliteiten zijn in Teachers' meetings en via de Minor Art and Healthy Well Being (team teaching) verder ondersteund met het oog op de sustainability van de docent / performer, en ook met het oog op de sustainability van zijn/haar studenten.

Naast professionalisering van de in het onderzoek participerende docenten, zijn ook andere docenten van Codarts geïnformeerd over en betrokken bij het lectoraat Sustainable Performance via werksessies Onderwijsmanagers, expert meetings en bijdragen van de lector aan diverse onderwijsactiviteiten.

Nieuwe initiatieven op het gebied van professionalisering, zoals een Codarts-breed Teachers' Event, staan in het laatste jaar van het lectoraat hoog op de agenda.

### **Kenniscirculatie**

Het lectoraat voert een actieve communicatiestrategie, zowel intern als extern.

T.b.v. externe communicatie- wordt gebruik gemaakt van het intranet en de website van Codarts (schriftelijk en op video) en heeft het lectoraat ook een eigen website [www.sustainableperformance.nl](http://www.sustainableperformance.nl) met schriftelijke verslagen en filmrapportages van activiteiten en deelonderzoeken.

De publicatie van onderzoeksbevindingen is in voorbereiding: het lectoraat komt in 2013 met het boek *Flow on stage. The Art of Sustainable Performance*, voorzien van audiovisueel materiaal en serious gaming met apps.

Het lectoraat SP heeft in diverse externe projectactiviteiten geparticipeerd, in samenwerking met andere culturele en maatschappelijke instellingen, zoals:

- World Ports, World Cities, World Art / Rotterdam meets Istanbul, met performances in Istanbul en tijdens de Operadagen Rotterdam 2011;
- Bijdragen 'deep listening' aan projecten van Rijkswaterstaat, Ministerie van LNV, Algemene Bestuursdienst, Economy Transformers, Academie Lichamelijke Opvoeding Amsterdam.

In deze activiteiten heeft het lectoraat SP ervaren dat niet alleen de 'Journey' als didactisch concept een vernieuwende kijk op sociale en leerprocessen kan bewerkstelligen, maar ook dat de kunsten een boeiende rol kunnen spelen en betrekking tot het artistiek bovenbrengen van de onderstromen van complexe grootstedelijke en sociale issues. Kunstenaars kunnen dingen vaak anders en dieper zien en horen ('deep listening') en kunnen door performances, improvisaties en muzikale dialogen een verrassende bijdrage leveren.