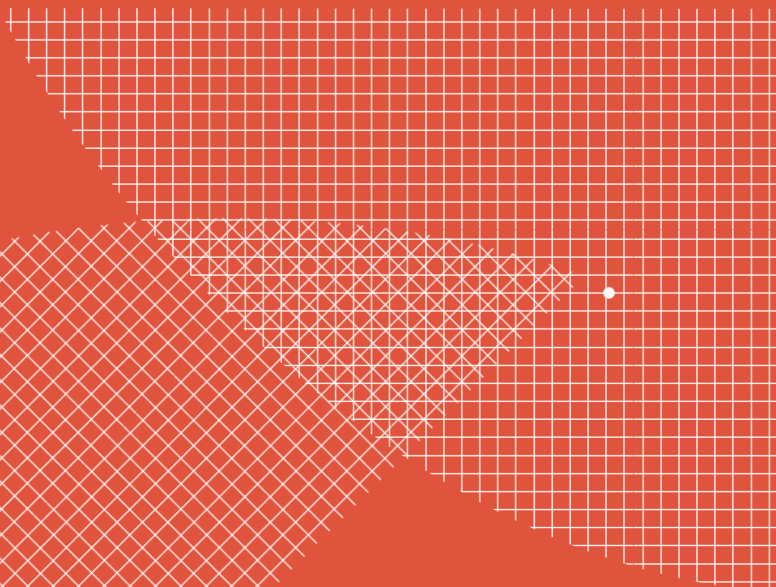


# “DAAG MIJ MAAR UIT!”

Dans en ouderen in grootstedelijke context

*Roos van Berkel en Emiel Heijnen*

*m.m.v. Damar Lamers, Jimat Pelupessy en Nita Liem*



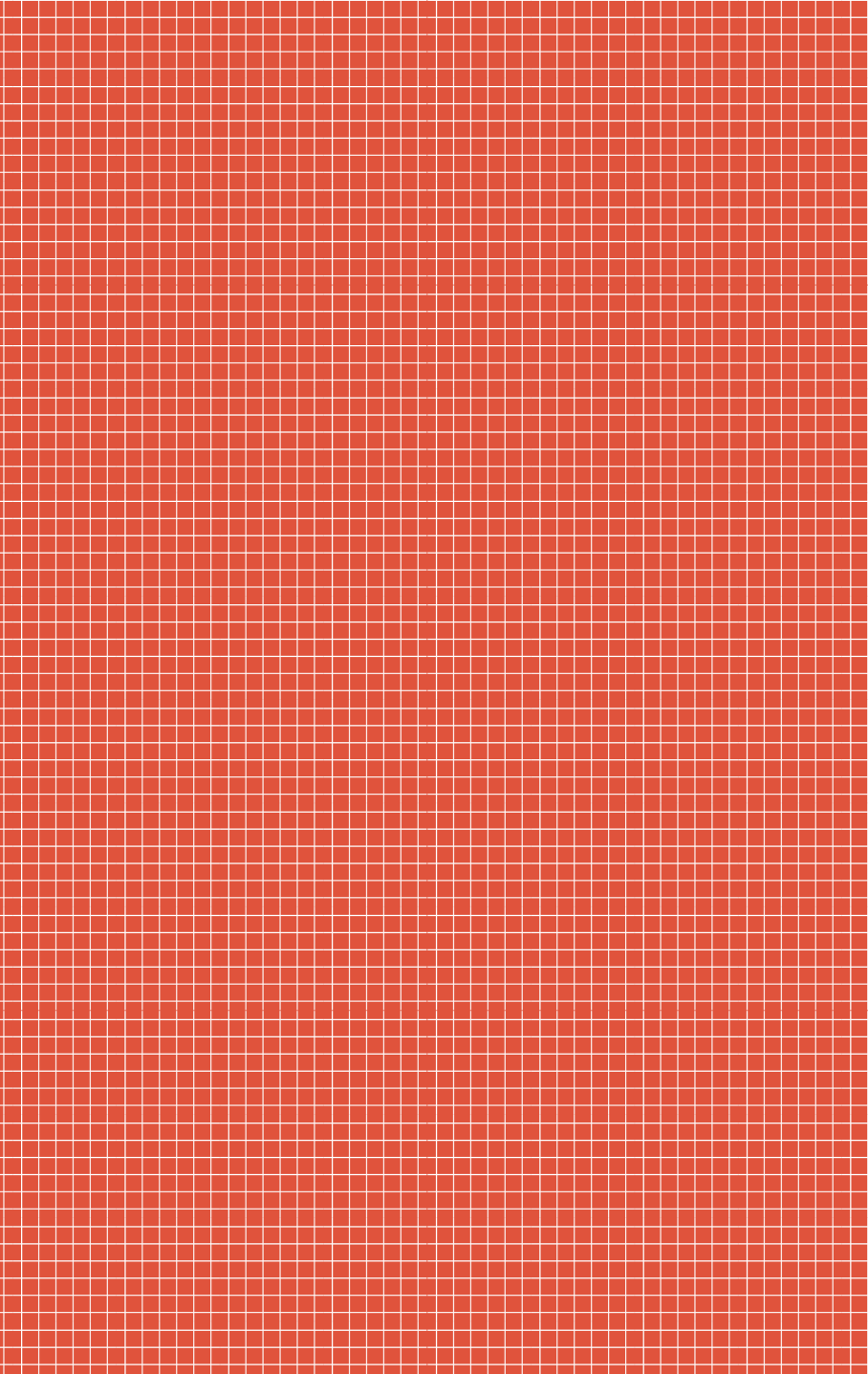


# INHOUD

SAMENVATTING .....	7
1. KLEURRIJKE VERGRIJZING IN DE AMATEURDANS	
1.1 Inleiding.....	12
1.2 Theoretisch kader .....	15
1.3 Doel en relevantie.....	23
2. METHODOLOGIE	
2.1 Onderzoeksvragen .....	26
2.2 Onderzoeksmethode.....	26
3. RESULTATEN	
3.1 De praktijk.....	38
3.2 Het domein.....	45
3.3 De community .....	57
4. BESLUIT	
Conclusie, discussie en aanbevelingen.....	72
5. LITERATUUR .....	86
OVER DE AUTEURS.....	95
COLOFON .....	98







# SAMENVATTING

Deze publicatie doet verslag van een kwalitatief onderzoek naar amateurdans onder ouderen (55 jaar en ouder) met verschillende culturele achtergronden. Het gaat om een meervoudige casestudy naar drie verschillende dansgroepen in de regio Amsterdam: een groep voor moderne dans (Dance Connects), een Afro-Caribische dansgroep (Trinitaria<sup>1</sup>) en een salsadansgroep (Salsa Sociál).

We wilden weten hoe de danspraktijk van cultureel diverse groepen ouderen eruit ziet, wat deelnemers motiveert om te participeren, hoe hun leerprocessen verlopen en hoe de dansdocent omgaat met deze doelgroep. Door dit in kaart te brengen willen we het beeld van de functies die dans heeft voor ouderen in een grootstedelijke omgeving actualiseren en verrijken, en bovendien voorbeelden en aanknopingspunten bieden voor hoe je dit soort danslessen kunt vormgeven en uitvoeren. Het onderzoek is daarmee relevant voor (toekomstige) dansdocenten en organisaties en beleidsmakers die betrokken zijn bij amateurdans.

De conclusie is dat de lessen voor senioren niet heel sterk afwijken van danslessen voor andere groepen amateurs, zoals jongeren of volwassenen. De bewegingen van de dansers zijn soms wat trager of minder soepel en er is veel aandacht voor informeel contact, maar de lessen zijn allerm minst vrijblijvend en vragen om betrokkenheid en inzet van zowel deelnemers als docent.

Waar in de wetenschappelijke literatuur over dans voor ouderen vaak extrinsieke aspecten (gezondheid, sociaal wel-

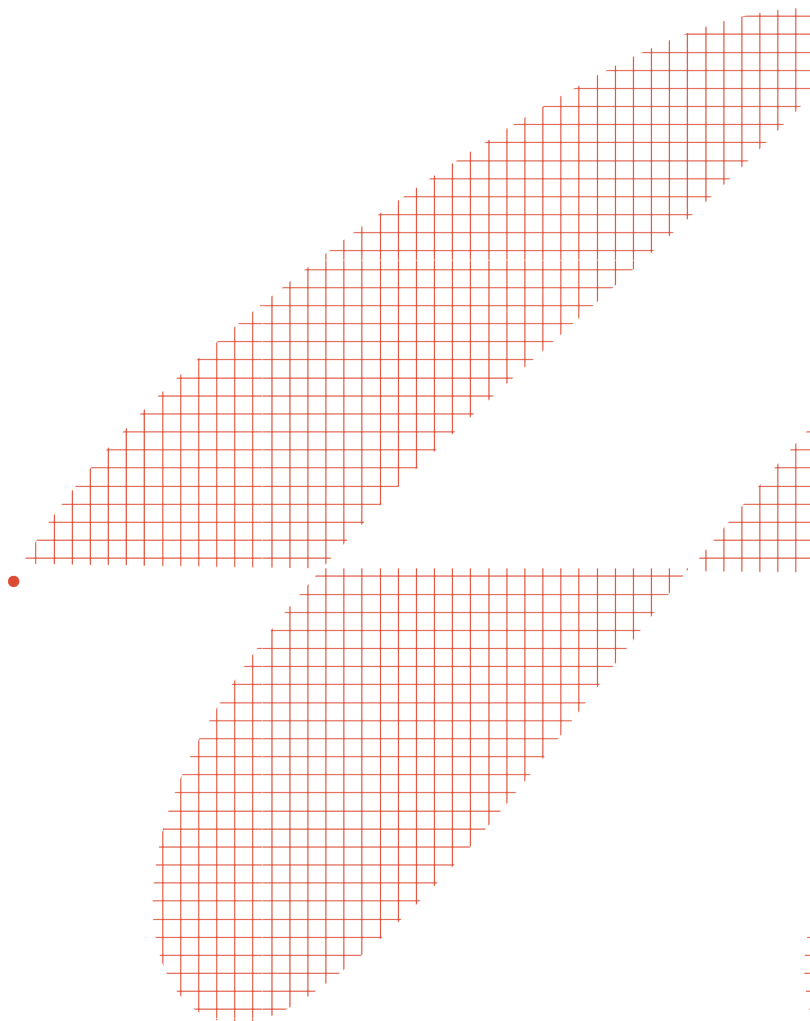
---

1 Trinitaria is een bloem die voorkomt op Curaçao.

zijn) centraal staan, laat deze studie zien dat oudere dansers wel degelijk ook sterk intrinsiek gemotiveerd zijn. Ze dansen niet alleen om sociale of gezondheidsredenen, maar beleven plezier in het dansen zelf en willen nieuwe dingen leren, hun artistieke en technische vermogens vergroten en de resultaten daarvan tonen aan anderen. De drie geobserveerde praktijken bieden een rijke leeromgeving. De danslessen draaien niet enkel om het aanleren of imiteren van danspassen, maar er is ruimte voor de eigen creatieve inbreng van de deelnemers en de docenten stimuleren sociale interactie en samenwerking tussen de dansers. Ook het didactisch handelen is gevarieerd: docenten wisselen frontale instructie af met werken in deelgroepen, individuele opdrachten en persoonlijke coaching.

Hoewel de lessen qua inhoud en didactiek niet onderdoen voor 'reguliere danslessen', is er wel degelijk sprake van maatwerk voor deze specifieke doelgroep. In en rond de lessen besteden docenten veel aandacht aan *persoonlijk contact* tussen dansers onderling en met de docent, onder meer door te *variëren in organisatievormen* tijdens de les. Ze gebruiken die afwisseling in werkvormen om ervoor te zorgen dat iedere deelnemer evenveel aandacht krijgt en om het collectieve leerproces te stimuleren. De docenten dagen de deelnemers uit om een zo hoog mogelijk niveau te halen, binnen de fysieke beperkingen die horen bij deze groep. Omdat de deelnemers sterk verschillen in hun danscapaciteiten bieden docenten *individueel maatwerk*: deelnemers met een fysieke beperking doen alles mee, maar in een aangepaste vorm. Bovendien houden de docenten *rekening met de diversiteit* in culturele achtergronden door te kiezen voor een breed palet aan muziekstijlen uit diverse werelddelen. Verder baseren de docenten hun didactiek eerder op het ervaren van een puls of groove, dan op de 'typisch westerse' telling van bewegen op muziek.









# 1 KLEURRIJKE VERGRIJZING IN DE AMATEURDANS

## 1.1

### INLEIDING

In de meeste wetenschappelijke literatuur wordt amateurdans door ouderen belicht als een middel om lichamelijk en geestelijk gezond te blijven, getuige veel voorkomende termen als ‘healthy aging’ (Kaeberlein, Rabinovitch, & Martin, 2015), ‘aging well’ (Wahl, Iwarsson, & Oswald, 2012) en ‘productive aging’ (Burr, Caro, & Moorhead, 2002). Daarmee lijkt dans voor ouderen vooral een soort aantrekkelijk alternatief voor sport of gymnastiek. Zo weten we inmiddels dat (moderne) dans een positieve invloed kan hebben op cognitie en sensomotorische prestaties (Kattenstroth, Kalisch, Holt, Tegenthoff, & Dinse, 2013), bij kan dragen aan cognitieve flexibiliteit (Coubard, Duretz, Lefebvre, Lapalus, & Ferrufino, 2011) en aan het verminderen van het risico om te vallen (Merom et al., 2013).

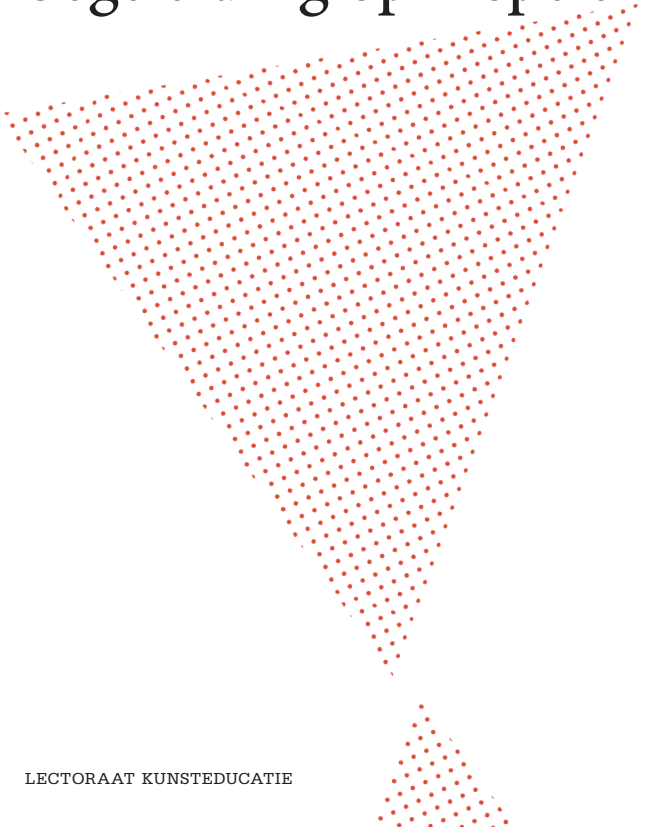
Onderzoek naar de kunstintrinsieke aspecten van dans voor ouderen is daarentegen schaars. Dat dans voor ouderen meer is dan een ‘gezondheidstraining’ blijkt uit een studie waarin ouderen vertellen dat het opdoen van artistieke ervaringen ook een belangrijke rol speelt bij hun interesse in dans (People Dancing, 2016). De doelen en opbrengsten van dans voor ouderen blijven dus niet beperkt tot de mentale en fysieke gezondheid, maar betreffen ook creatieve, expressieve en sociale aspecten.

Een andere lacune in dit onderzoeksveld is het thema van cultureel diverse dansgroepen. Dat terwijl de Europese bevolking niet alleen in hoog tempo vergrijst – een derde van de Europeanen is 65 jaar of ouder (Mieras, 2014) – maar ook verkleurt. In veel grote Nederlandse steden bestaat de bevolking voor ruim een derde uit inwoners met een niet-westerse achtergrond.

In Amsterdam is de laatste tien jaar het percentage inwoners met een migratieachtergrond zelfs verschoven naar meer dan de helft: in 2018 waren er 53% inwoners met een migratieachtergrond, waarvan 35% niet-westers en 18% westers (Gemeente Amsterdam, 2018). Volgens de prognoses vergrijst de bevolking van Amsterdam bovendien: “Sterker dan in het verleden verandert in de toekomst de samenstelling van de bevolking. In de hele provincie neemt het aantal inwoners boven de 65+ sterk toe” (Provincie Noord-Holland, 2019, p. 5). Er is dus sprake van een ‘kleurrijke vergrijzing’ en deze heeft ook impact op de dansparticipatie van ouderen. Dansscholen en vrijetijdscentra krijgen te maken met een cultureel steeds diverser en ouder publiek en moeten daar in hun programmering en begeleiding op inspelen.

Er is dus behoefte aan kennis en vaardigheden voor dansdocenten om te kunnen opereren in grootstedelijke, multiculturele contexten waarin oudere amateurdansers actief zijn. De oudere danser staat zeker in de belangstelling, maar empirisch onderzoek richtte zich tot nu toe vooral op gezondheid en welzijn van monoculturele, ‘witte’ groepen. Er zijn, zeker in Nederland, nog weinig studies naar groepen met oudere amateurdansers met verschillende culturele achtergronden. Dit onderzoek richt zich daarom op drie multicultureel samengestelde dansgroepen voor senioren in de regio Amsterdam en de manier waarop deelnemers de dansactiviteiten ervaren, zowel in fysieke, esthetische als sociale zin.

Dansscholen en  
vrijtijdscentra krijgen te  
maken met een cultureel  
steeds diverser en ouder  
publiek en moeten daar in  
hun programmering en  
begeleiding op inspelen.



## 1.2

## THEORETISCH KADER

Dans wordt intuïtief verbonden aan jonge, gezonde lichamen en oudere dansende lichamen juist aan verlies en terugval. “Dancing and acting are usually associated with young people and tight bodies, not with troubled walking” (Mieras 2014, p. 8). De associatie met jonge, fitte lichamen speelt echter niet in alle vormen van dans een even grote rol. Zo is er een onderscheid tussen de wijze waarop er met leeftijd wordt omgegaan bij theaterdans en dans voor amateurs.

DE CENTRALE ROL VAN HET JONGE LICHAAM  
IN THEATERDANS

In theaterdans (dans als podiumkunst) komt het oudere of fysiek beperkte lichaam slechts sporadisch in beeld. Volgens danscriticus Brian Schaefer (2015, p 1) is dans als kunstvorm “dominated by, and obsessed with, youth”. Veel professionele dansers switchen dan ook vaak ergens tussen hun 35e en 40e levensjaar naar een rol als docent of choreograaf, of stoppen zelfs helemaal met dansen (Edward, 2011). Ook in de populaire cultuur krijgen oudere dansers nauwelijks een podium. In videoclip en populaire talentenjachten als *So You Think You Can Dance* en *Battle on the Dancefloor* zien we vooral jonge, gezonde lichamen.

In de Euro-Amerikaanse professionele danscultuur wordt de beeldvorming omtrent het danslichaam nog steeds beïnvloed door opvattingen vanuit de klassieke ballettraditie: “In ballet, aging is normatively characterized as decline, since the changing body finds it increasingly difficult to emulate what one might call the ‘textbook ideal’ in control of movement and placement that is the hallmark of a good (i.e. classical) dancer” (Schwaiger, 2005, p. 110). Klassiek ballet is sterk gericht op een

vooraf gedefinieerd esthetisch ideaal. Met haar extreem uitgedraaide ledematen en voeten ‘en pointe’ omschreef Mazo ballet al als het “tarten van de menselijk ontwerpprincipes” (1974, p. 230–231). Alleen een al op jonge leeftijd getraind en topfit lijf kan aan die standaard voldoen (Aalten, 2002).

Doordat ballet het jonge lichaam tot norm verheft en het ouder wordende lijf negeert, past ballet in een typisch westers mensbeeld dat wel wordt aangeduid als het ‘decline narrative’. Volgens cultuurcritica en activiste Margaret Morganroth Gullette (1997) wordt de beleving van ouder worden sterk bepaald door je cultuur en minder door je lichaam. Het ‘verval-narratief’ is heel diep in de westerse samenleving geëtt: vooruitgang is verbonden met jongeren, ouder worden betekent verval en aftakeling, waarbij ouderen liefst zo snel mogelijk plaats moeten maken voor talentvolle jonge mensen (Gullette, 1997, 2017).

In andere culturen ligt dat vaak anders. In bijvoorbeeld Zuid-Amerika en Zuid-India worden oudere dansers juist geprezen om de manier waarop ze de kunst beheersen (Richards, 2018). Ook de Japanse *butoh* verbindt dans niet aan verval of het op peil houden van de mentale of lichamelijke gezondheid, maar is de beleving van het ouder wordende lichaam onderdeel van de dansvorm zelf. Kunstcriticus Kamotsu Watanabe (geciteerd in: Nakajima, 2011, p. 102): “Aging is one fundamental element in Japanese art, rather, I would say, aging is the ultimate purpose in Japanese art.” De oudere danser symboliseert de levenslange toewijding aan de kunst die in de Japanse cultuur verwacht en gewaardeerd wordt. Dansers als Toshinami Hanayagi en Yachiyo Inoue IV golden als nationale helden en trokken nog volle zalen toen ze op tachtigjarige leeftijd op het podium stonden (Nakajima, 2011). Ook hier is een verbinding met een diepgewortelde maatschappelijke opvatting van ouder worden. Vanuit filosofische ideeën uit het boeddhisme, confucianisme en het taoïsme geldt ouderdom in Japan als een rijpingsproces



en de oudere als *sen-nin* ('wijs door ervaring'). Vanuit dat perspectief staat ouderdom niet voor verval, maar voor een waardevol onderdeel van het leven; de periode na het werkzame leven en het opvoeden van kinderen wordt zelfs aangeduid als een 'nieuwe lente' of 'wedergeboorte' (Karasawa et al., 2011).

Europese en Amerikaanse choreografen die zich afkeerden van de westerse ballettraditie, geven meer ruimte aan oudere dansers, mede door hun interesse in niet-westerse dansvormen. In de moderne dans die opkomt in het begin van de twintigste eeuw, geldt het lichaam als een betekenisgever aan innerlijke emoties en gedachten (Gardner, 1997). Die visie geeft veel meer vrijheid aan het bewegingsarsenaal van de danser, inclusief dat van de oudere danser. Dit wordt geïllustreerd door de carrières van Mary Wigman en Martha Graham, die tot op hoge leeftijd dansten in hun eigen werk.

De postmoderne dans, die in de jaren zestig van de vorige eeuw opkomt, geeft nog meer ruimte aan dansers van verschillende leeftijden. Het lichaam geldt niet als een neutraal 'gereedschap of middel' dat ten dienste staat van het artistieke maakproces, maar vormt juist in al zijn eigenheid het materiaal van waaruit de danser werkt. In postmoderne dans heeft het lichaam, en alle culturele bagage die erin opgesloten ligt, op zich al een betekenis die in dans nader te onderzoeken is (Gardner, 1997). Merce Cunningham, Bill T. Jones, Yvonne Rainer, Dudley Williams en Gus Solomons Junior toonden dit doorlopende 'dansonderzoek' in hun lange carrières als dansers en choreografen. Ook danser en choreografe Anna Halprin toonde haar verouderende lichaam – vaak naakt – op het podium, mede om het beeld van een jonge, atletische danser op te rekken (Nakajima, 2011).

Ook tegenwoordig zijn er gerenommeerde dansgezelschappen met een artistieke praktijk waarin oudere uitvoerende dansers participeren, zoals Nederlands Danstheater 3 en de

gezelschappen van onder andere Pina Bausch, Akram Khan, 5 Plus Ensemble, Jérôme Bell, Sidi Larbi, Mats Ek, Eun-me Ahn Dance Company en Peeping Tom. Daarnaast bewijzen voorstellingen met hoofdrollen voor oudere ballerina's als Alessandra Ferri, Wendy Whelan en Carmen de Lavallade dat ook de balletwereld langzaam meer waardering krijgt voor het ouder wordende lichaam (Perron, 2015). Naar aanleiding van de voorstelling *Restless Creature* met de 48-jarige Wendy Whelan, vat Schaefer (2015, p. 1.) deze ontwikkeling treffend samen. "Especially in ballet, young love still reigns. But with *Restless Creature*, Whelan [...] steps beyond ballet's suggested expiration date and demonstrates that lifelong curiosity and experience are as valuable artistic tools as pirouettes and penchée."

Onderzoek bevestigt dat er geleidelijk meer zichtbaarheid en waardering is voor dansers van boven de veertig in de wereld van de professionele podiumdans (York-Pryce, 2014; Edward, 2018).

## DE OUDERE DANSER IN DE AMATEURDANS

In de amateurdans wordt het oudere lichaam meer geaccepteerd, omdat het hier meer draait om de beleving van de danser zelf dan om de presentatie aan anderen. Dans voor amateurs is onder te verdelen in vormen waarbij deelnemers begeleid worden, zoals tijdens cursussen en projecten voor specifieke doelgroepen. Daarnaast is er de vrijetijdsdans die alle informele vormen van dans beslaat, variërend van streetdance en het dansen tijdens feestdagen, avondjes uit of de wekelijkse lokale dansavond.

Lessituaties met amateurdansers hebben vaak twee belangrijke kenmerken: procesgerichtheid en maatwerk (Wilson, 2017). Deelnemers kunnen toewerken naar een product (presentaties, voorstellingen), maar het collectieve, doorlopende leer- en maakproces staat centraal. Oftewel: samen dansen is belangrijker dan individuele prestaties. Maatwerk betekent

dat begeleiders ingaan op behoeftes van de doelgroep. Daarbij gaat het om een doorlopende afstemming van de inhoud en didactiek van de danslessen op de specifieke culturele context en behoeftes van deelnemers.

Amateurdans onder begeleiding van professionals wordt ook wel *community dance* genoemd. Hoewel ze werken met amateurs beschouwen dansers, choreografen en docenten die *community dance* vormgeven en begeleiden dit als een volwaardig onderdeel van hun artistieke praktijk: “[...] we are not therapists, care workers or missionaries. We are artists. We acknowledge that our own experience of our work has taught us that it can be therapeutic, liberating, empowering and affirmative” (Finnan in Amans, 2017, p. 8). Wel dragen deze professionals, die zich met *community dance* richten op specifieke doelgroepen als risicjongeren, daklozen, immigranten en ouderen, met hun werk vaak een sterk geloof uit in de democratiserende en emanciperende kracht van dans (Adewole, 2010). Volgens de Britse stichting People Dancing heeft *community dance* dan ook het vermogen om de (esthetische) norm en perceptie van *wie er kunnen dansen* en *wat dans is* en *zou kunnen zijn* op te rekken (People Dancing, 2019).

Omdat amateurdans qua uitgangspunten veel inclusiever is dan de podiumdans, is het oudere lichaam hier ook veel meer zichtbaar. Maar dat wil niet zeggen dat ouderen met interesse in dans overal terecht kunnen. Het aanbod van danslessen voor bijvoorbeeld 60+’ers groeit, maar is nog steeds beperkt en versnipperd (Dansbelang.nl, 2016; Richards, 2018). Daarbij daalt de interesse van senioren voor het traditioneel populaire volksdansen in verenigingsverband en hebben ze juist meer behoefte aan verschillende soorten danslessen met professionele begeleiding (Ouderenwegwijs, 2017).

FORMELE, INFORMELE EN NON-FORMELE LEERSITUATIES

Om de beleving van dans onder ouderen binnen cultureel diverse groepen te kunnen beschrijven, definiëren wij eerst het soort leersituatie binnen de groepen. We benutten daarvoor het onderscheid tussen formeel, informeel en non-formeel leren (Vadeboncoeur, 2006). Een formele leersituatie is een geplande leeractiviteit, veelal in een school of aan een opleiding. Leren is hierbij het hoofddoel, bijvoorbeeld danslessen in het primair onderwijs of een opleiding tot professioneel danser. Informeel leren is precies het tegenovergestelde: het is een leeractiviteit die spontaan ontstaat tussen mensen en geen vooropgestelde (leer)doelen of een formele rolverdeling tussen ‘leraar/instructeur’ en ‘lerende’ kent. Spontane breakdance battles of moves die je van anderen ‘afkijkt’ tijdens een familiefeest of een technoparty zijn hiervan voorbeelden. Een non-formele leersituatie bevindt zich in het diffuse gebied tussen formeel en informeel leren: “eentje die zich buiten een formeel scholingsinstituut afspeelt, maar waarbij wel sprake is van een vooropgezet leerdoel en een formele rolverdeling tussen begeleiders en deelnemers” (Heijnen, 2011, p. 35). Hierbij is leren vaak ingebed in bredere sociale doelen, zoals plezier maken en elkaar ontmoeten. Voorbeelden zijn de wekelijkse repetities van de lokale dansgroep of de YouTube-tutorial die je gebruikt om te leren tapdansen. De scheidingslijn tussen deze verschillende leersituaties wordt al snel diffuus, maar de dansgroepen die wij bestuderen, passen het beste bij de typering van non-formele leersituatie (Vadeboncoeur, 2006). Lessen vinden plaats op een vast moment en op een vaste plek, onder leiding van professionele begeleiders, maar niet op een school of opleiding. Bij deze dansactiviteiten zijn ‘meedoen’ en ‘samenzijn’ minstens zo belangrijk als ‘iets leren’.

Omdat amateurdans qua uitgangspunten veel inclusiever is dan de podiumdans, is het oudere lichaam hier ook veel meer zichtbaar.

## COMMUNITIES OF PRACTICE

Om onze bevindingen te kaderen en te beschrijven, gebruiken we het Communities of Practice-model (Wenger, 2015). Wenger definieert een Community of Practice als “dynamic and involves learning on the part of everyone” (2015, p. 4). De kenmerken van een Community of Practice (CoP) zijn:

*De praktijk*

De leden zijn praktijkbeoefenaars die geregeld samenkomen. Zij hebben een gedeeld repertoire van ervaringen, verhalen, technieken en oplossingsstrategieën. Bij danslessen gaat het dus om een praktijk waarin deelnemers onder leiding van een dansdocent dansen leren en uitvoeren.

*Het domein*

De identiteit van een CoP wordt bepaald door een gedeeld domein van interesse van de leden. De leden worden geacht hierbij betrokken te zijn en onderscheiden zich van buitenstaanders doordat ze beschikken over domeinspecifieke kennis en vaardigheden. Bij danslessen wordt het domein gevormd door het soort dans(en) die deelnemers beoefenen en de competenties die daarbij ontwikkeld worden.

*De community*

Tijdens het beoefenen van hun interesse binnen het domein nemen de groepsleden deel aan gezamenlijke activiteiten en discussies, delen ze informatie en leren ze van elkaar. Tijdens danslessen gaat het niet alleen over het aanleren en uitvoeren van de dansvorm(en) zelf, maar ook hoe je deze processen bespreekt en hoe je met elkaar omgaat.

Het CoP-model is in dit onderzoek heel bruikbaar, omdat het een dansgemeenschap als een geheel beschouwt waarbinnen

op allerlei niveaus leerprocessen plaatsvinden. Die niveaus (praktijk, domein en community) benutten we om onze analyse te structureren.

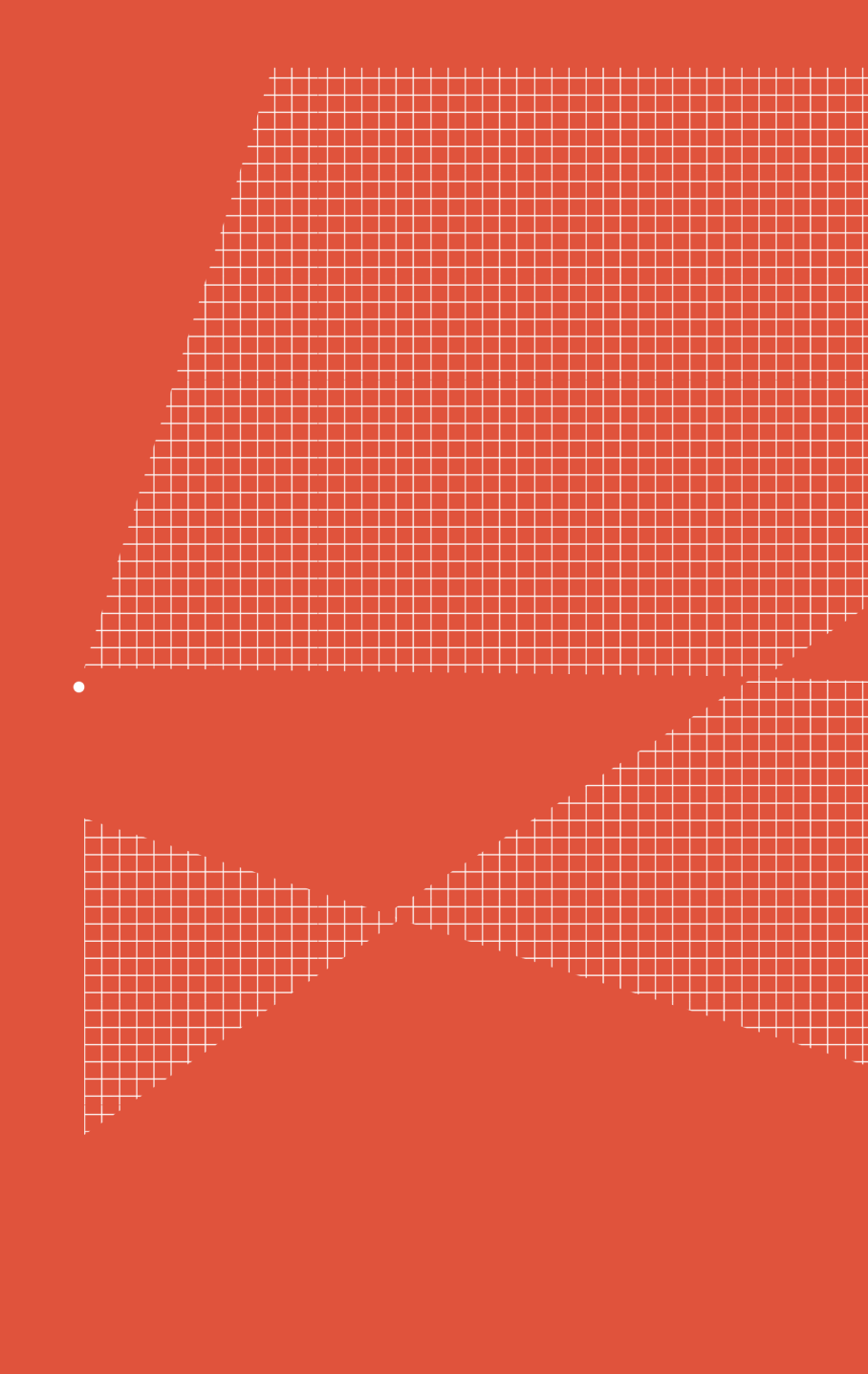
### 1.3

#### DOEL EN RELEVANTIE

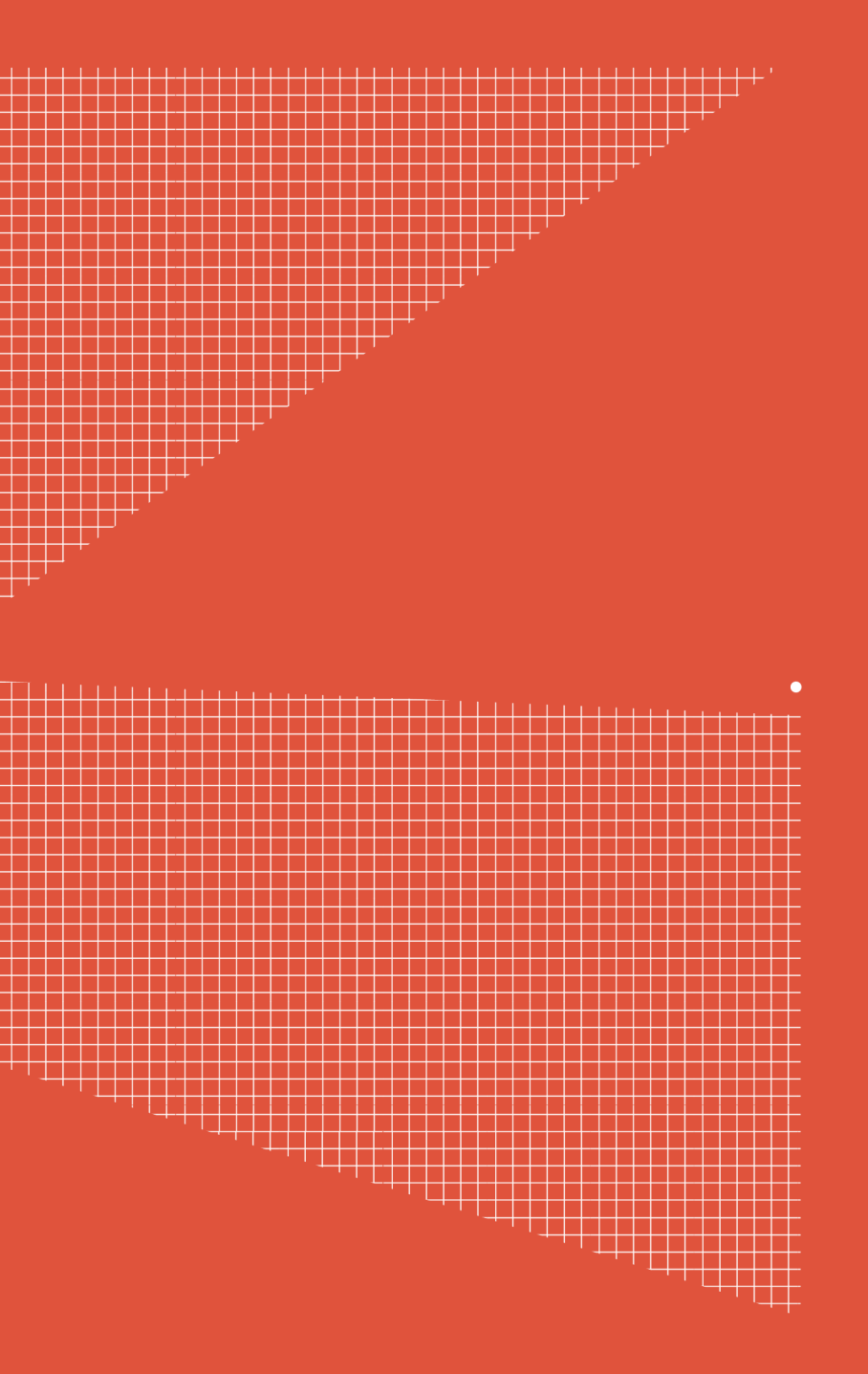
Doel van het onderzoek is om meer inzicht te krijgen in wat ouderen in een grootstedse omgeving beweegt om te dansen, hoe zij de dansles ervaren en hoe docenten deze lessen vormgeven en uitvoeren. Door dit in kaart te brengen willen we het beeld van de functies die dans heeft voor ouderen actualiseren en verrijken, en bovendien voorbeelden en aanknopingspunten bieden voor hoe je dit soort danslessen kunt vormgeven en uitvoeren.

Dit onderzoek draagt in bredere zin bij aan danskennis over ouderen in de multiculturele, grootstedelijke samenleving. Dit is relevant, omdat opvattingen over dans en ouderdom vaak cultureel bepaald zijn en vanwege de demografische ontwikkelingen in grote steden. Daarnaast biedt het onderzoek achtergronden, casuïstiek en didactische handvatten voor iedereen die met dans voor senioren te maken heeft – van beleidsmakers tot dansdocenten en andere begeleiders.

Ten slotte is het onderzoek relevant voor dansdocenten in opleiding, specifiek voor studenten die de onderwijsmodule *Dans voor senioren* aan de opleiding Docent Dans aan de Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten volgen. Dit onderzoek past bij de transculturele visie van deze opleiding: aankomende dansdocenten leren om te opereren in een transculturele context. In die context neemt dans karakteristieken aan uit verschillende culturen, waarbij er nieuwe hybride vormen en referentiekaders voor kwaliteit ontstaan (Saraber, 2006; Meewis, 2010).







# 2 METHODOLOGIE

## 2.1

### ONDERZOEKSVRAGEN

In ons onderzoek naar amateurdans van ouderen (55 jaar en ouder) in een grootstedelijke context richten wij ons op verschillende aspecten van de dansbeleving in drie verschillende dansgroepen. De onderzoeksvragen zijn:

- Hoe ziet de praktijk van een dansgroep voor ouderen in een grootstedelijke, cultureel diverse context eruit?
- Wie zijn de deelnemers en wat willen ze bereiken in deze lessen?
- Hoe vindt het leren plaats en wat is de rol van de docent daarbij?

## 2.2

### ONDERZOEKSMETHODE

#### SOORT ONDERZOEK

Het gaat om een kwalitatief etnografisch onderzoek naar drie verschillende dansgroepen voor ouderen in en rond Amsterdam. In etnografisch onderzoek wordt een specifieke groep of cultuur bestudeerd (Fetterman, 1998), waarbij de onderzoeker patronen probeert te ontdekken door zorgvuldige observatie van en participatie in de levensechte context (Sangasubana, 2011). In dit geval is gekozen voor een meervoudige casestudy, wat onderzoekers in staat stelt om “enkele gevallen intensief te bestuderen” (Boeije 2014, p. 62).

## ONDERZOEKSGROEP EN STEEKPROEF

De participanten binnen dit onderzoek zijn docenten en deelnemers van drie dansgroepen: een salsa-groep in Landsmeer, een groep moderne dans in de Indische buurt van Amsterdam en een Afro-Caribische dansgroep in de Amsterdamse wijk K-buurt / Kraaiennest. Bij alle groepen zijn de deelnemers amateurs en de docent een professional. De dansgroepen verschillen in het soort dans, maar hebben gemeenschappelijk dat de deelnemers diverse culturele achtergronden hebben. Om tot de uiteindelijke steekproef te komen, zijn er twee stadia van selectie oftewel *sampling* toegepast.

Allereerst hebben we met de sneeuwbalmethode (*snowball sampling*, Baarda & De Goede, 2006) een overzicht gemaakt van multiculturele dansgroepen voor ouderen in grootstedelijk Amsterdam. De groepen zijn gevonden via internet (zoekmachines en sociale media) en via het netwerk van de onderzoekers (professionele en persoonlijke contacten). Meestal leidde de telefonische of persoonlijke kennismaking tot meer tips. Onze selectiecriteria waren dat het om lesaanbod voor senioren moest gaan en om een cultureel diverse samenstelling van deelnemers. Uiteindelijk leidde dit tot twintig groepen die mogelijk in aanmerking kwamen voor het onderzoek.

Bij de tweede stap is deze groep verder teruggebracht door een doelgerichte steekproeftrekking (*purposive sampling*, Boeije 2014). Hierbij selecteerden we groepen die voldeden aan de volgende kenmerken:

1. De les vindt plaats in grootstedelijk Amsterdam.
2. Deelnemers zijn 55 jaar en ouder.
3. De lessen hebben een recreatief oogmerk (geen medisch doel).
4. De groep wordt begeleid door een professional.
5. De groep komt met regelmaat bij elkaar

(bijvoorbeeld wekelijks).

6. De groep bevat deelnemers met een diversiteit aan culturele achtergronden.
7. De lessen sluiten aan op het afstudeerprofiel van de hbo-opleiding tot docent dans.

Veel van bovenstaande criteria waren te toetsen via informatie op de website. Soms bleek het nodig om navraag te doen of een bezoek te brengen aan de betreffende organisatie. In sommige gevallen bleek dan dat er bijvoorbeeld vooral jongere mensen deelnamen of dat lessen erg onregelmatig plaatsvonden of maar eens per maand.

Het criterium dat groepen een diverse culturele samenstelling moesten hebben bleek lastiger dan vooraf gedacht. We vonden weliswaar uiteenlopende groepen met dansstijlen zoals buikdans, flamenco, linedance, Israëliische volksdans en Afrikaanse dans, maar de bezetting van de groepen bleek soms overwegend monocultureel in plaats van divers. Zo bleken bij ons bezoek aan een les moderne dans in Amsterdam-Zuidoost alle deelnemers van westerse afkomst. Toen we na de les aan de deelnemers vroegen waar we meer cultureel gemengde groepen konden vinden, werden we doorverwezen naar de zumbales op de lokale sportschool. Maar daar bleken vooral jongere mensen aan mee te doen, en de aanwezigheid van de deelnemers was niet constant. Bovendien is een zumbales binnen de context van een sportschool duidelijk gericht op het conditionele aspect van beweging en minder op de sociaal-affectieve en creatief-expressieve aspecten. Zodoende kwam een dergelijke groep niet in aanmerking voor de steekproef.

Het laatste criterium heeft te maken met de context van dit onderzoek. Omdat het aanknopingspunten wil bieden voor (aankomende) dansdocenten, moesten de bestudeerde praktijken ook enigszins passen bij het afstudeerprofiel van de

hbo-opleiding tot docent dans. Sommige dansgroepen zijn puur gericht op het aanleren van één stijl, waarvoor zeer specifieke kennis en ervaring van de begeleiders is vereist, zoals flamenco, linedance en Surinaamse setdans. Een ‘generiek’ hbo-opgeleide docent dans beschikt daar niet zomaar over.

Op basis van deze analyse bleef er nog een paar groepen over die op vrijwel alle criteria scoorden (zie Tabel 1, p. 30). Hieruit werden drie groepen geselecteerd die qua culturele context en dansstijl sterk van elkaar verschillen: Dance Connects (moderne dans), Salsa Social (salsa, merengue, bachata) en dansgroep Trinitaria (Afro-Caribische dansstijlen). Zo hoopten we over een cultureel diverse onderzoekspopulatie te beschikken. ●

TABEL 1: Overzicht verzamelde groepen en hun scores per selectie criterium. Groepen met een \* zijn geselecteerd voor deelname.

	Bevindt zich in (groot) Amsterdam	Deelnemers zijn 55 en ouder	Recreatief oogmerk (geen medische doeleinden)	Begeleiding door een professional	Komt met regelmaat bij elkaar (bv wekelijks)	Diversiteit aan culturele achtergronden	Sluit aan op afstudeerprofiel docent dans
Dance Connects* <i>Moderne dans</i>	v	v	v	v	v	v	v
Onbekend <i>Line Dance</i>	v	v	v	v	v	v	x
Salsa Social* <i>Salsa, Merenque, Bachata</i>	v	v	v	v	v	v	v
Louise Vroom <i>Ballet</i>	v	v	v	v	v	v	x
St. Pra <i>Muziektheater</i>	v	v	v	x	v	v	v
Stichting De Tijdmachine <i>Sociaal dansen, bv 'sixties middag'</i>	v	v	v	v	x	v	v
Care and Culture <i>Theaterdans</i>	x	v	v	x	v	v	v
Introdans Interactie <i>Moderne dans</i>	x	v	v	v	v	v	v
MBVO Amsterdam <i>Klassiek en line dance</i>	v	v	v	v	v	v	x
Dansgroep Trinitaria* <i>Afro-Caribische dans</i>	v	v	v	v	v	v	v
Flamenco Amsterdam <i>Flamenco</i>	v	x	v	v	v	v	x

	Bevindt zich in (groot) Amsterdam	Deelnemers zijn 55 en ouder	Recreatief oogmerk (geen medische doeleinde)	Begeleiding door een professional	Komt met regelmaat bij elkaar (bv wekelijks)	Diversiteit aan culturele achtergronden	Sluit aan op afstudeerprofiel docent dans
Avivit <i>Israëlische folklore</i>	v	x	v	v	v	v	x
Gouden Dans <i>Moderne dans</i>	v	v	v	v	x	v	v
Danstheater Vos <i>Moderne dans</i>	v	v	v	v	x	v	v
Grey Vibes Amsterdam <i>Moderne dans</i>	v	v	v	v	v	v	v
Open Circle Oriëntal Dance <i>Orientials</i>	v	x	v	v	v	v	x
Danseres Cassandra <i>Buikdans</i>	v	x	v	x	v	v	x
Sportcentrum Pleizier <i>Zumba</i>	v	x	v	v	v	v	x
Wereldconditie <i>Afrikaans</i>	v	v	v	v	v	x	v
Surinaamse Set dansgroep <i>Surinaamse dans</i>	v	x	v	v	v	x	x

### ONDERZOEKSTEAM

Jimat Pelupessy, Damar Lamers en Nita Liem voerden onder supervisie van Roos van Berkel de dataverzameling uit. De teamsamenstelling is bewust cultureel divers – Nederlands, Indonesisch/Chinees/Nederlands, Chinees/Vietnamees, en Nederlands/Indonesisch – omdat dit mogelijk de contacten met niet-westerse participanten zou vergemakkelijken.

### DATAVERZAMELING

Om de onderzoeksvragen te beantwoorden zijn er verschillende onderzoeksinstrumenten gebruikt: een korte enquête, (participerende) observaties en interviews met docenten en deelnemers. Door het combineren van data werd triangulatie mogelijk.

De korte enquête bestond uit een aantal vragen om persoonlijke kenmerken van deelnemers te bepalen (geslacht, leeftijd en opleidingsachtergrond), hun culturele achtergrond in kaart te brengen en te inventariseren hoe lang ze al bij de desbetreffende groep dansten of anderszins ervaring hadden met dans. Deelnemers hebben deze enquête ingevuld bij de eerste kennismaking.

De (participerende) observatie bestond uit drie sessies: een observant was bij alle drie de sessies aanwezig, de hoofdonderzoeker ging twee keer mee. Via participerende observatie vergaart de onderzoeker op verschillende manieren informatie over de onderzoeksgroep “in alledaagse situaties en niet in laboratoria of andere door de onderzoekers gecontroleerde situaties” (Boeije, 2014, p. 77). Tijdens de eerste observatie legden de onderzoekers contact met deelnemers en docenten en observeerden zij de context en sfeer van de lessituatie. Deze eerste indrukken legden ze beknopt vast in een geschreven verslag. Tijdens de tweede sessie deed de observant aan de les mee en observeerde de hoofdonderzoeker. Tijdens de derde sessie beschouwde de



observant de lessituatie vanaf de zijlijn. Observatie twee en drie werden gedocumenteerd met een open observatieschema, dat tijdens of – in het geval van participatie – meteen na de les werd ingevuld. De observatiepunten zijn vormgegeven aan de hand van het lesplan van de opleiding Docent Dans dat uitgaat van verschillende bronnen, zoals didactische vaardigheden (Katsma, 1991), richtlijnen voor een werkplan (gedeeltelijk) niet-westerse dans voor het amateur dansveld (Kunstfactor Sectorinstituut Amateurkunst, 2012) en reflectietools (Benammar, 2006). Zo ontstonden er vijf observatiepunten: 1) de beginsituatie van de groep, 2) de doelstellingen en leerinhouden, 3) de didactische werkvorm, 4) de organisatie van de groep per leeropdracht en 5) het gebruik van muziek en/of geluid. Bij elk observatiepunt noteerde de onderzoeker de meest voorkomende vorm(en) plus een specifieke toelichting omtrent deze keuze. Wij gebruikten deze categorieën om gemeenschappelijke rubrieken op te stellen voor de participerende observatie en de interviews.

De interviews waren half-gestructureerd rond vaste thema's. Het ging om een persoonlijk interview met de docent en een groepsinterview met vijf tot zes deelnemers per groep. De gespreksonderwerpen waren: motivatie, dans als 'lifelong learning experience', culturele achtergrond en de invloed van opvoeding, sociale netwerken en randvoorwaarden zoals tijdstip en locatie. Bij de docent werd ook gevraagd naar didactische achtergrond, ervaring met de doelgroep, en leerdoelen. De interviews zijn gedocumenteerd met video- en audio-opname.

#### DATA-ANALYSE

De gegevens uit de transcripties van de interviews en de observaties zijn thematisch geanalyseerd met Direct Content Analysis (Hsieh & Shannon, 2005). Dit hield in dat de thema's voor data-analyse in eerste instantie zijn afgeleid van de onderzoeksvragen en de onderzoeksinstrumenten (deductieve analyse).

Daarna zijn er aanvullende thema's gevonden door een open (inductieve) analyse. De resultaten zijn vervolgens gerubriceerd en beschreven volgens het Communities of Practice-model (Wenger, 2015), waarbij gepoogd is door rijke beschrijvingen en citaten een levendig beeld te geven van de ervaringen en gedachten vanuit het perspectief van de deelnemer en de docent. De dataverzameling werd online beheerd. Zo konden de onderzoekers de dataverzameling bij andere groepen volgen en perspectieven op de verschillende lessituaties delen en dat verrijkte de analyse.

#### BETROUWBAARHEID

De onderzoeksgegevens zijn op verschillende manieren gedocumenteerd: video- en audio-opnames en schriftelijke documenten. Elke casus is bovendien door twee onderzoekers geobserveerd en schriftelijk gedocumenteerd. De interviews zijn met audio-opnames gedocumenteerd en vervolgens getranscribeerd. De enquêtes zijn schriftelijk gedocumenteerd en verwerkt in de beschrijving van de samenstelling van de groepen.

#### VALIDITEIT

Wij gebruikten triangulatie door verschillende instrumenten te gebruiken die werden opgesteld met dezelfde rubrieken. Alle deelnemers spraken Nederlands. We hebben de resultaten van het onderzoek aan hen teruggekoppeld, zodat zij de gegevens konden controleren en deze, indien nodig, konden bijstellen (*member check*).

#### ETHISCHE OVERWEGINGEN

Tijdens de eerste kennismaking hebben de onderzoekers de aanleiding en doelstellingen van het onderzoek uitgelegd aan de deelnemer en bepaald of ze daadwerkelijk instemden (*consent*).

met deelname aan het onderzoek. Dit werd vervolgens formeel vastgelegd in toestemmingsformulieren.

Na de eerste kennismaking en observatie werd elke groep twee keer gevolgd door dezelfde observant. De hoofdonderzoeker ging daarvan één keer mee. Dat wekte vertrouwen bij de docent en deelnemers over het observeren van de lessen en de interviews.

Twee onderzoekers (de observant en de hoofdonderzoeker) namen de interviews af. Aan de video-opnames deden enkel mensen mee die op beeld gedocumenteerd wilden worden. Wanneer iemand wel mee wilde doen aan het interview, maar niet herkenbaar in beeld wilde zijn, werd hij of zij anoniem gedocumenteerd. Alle vormen van documentatie werden geanonimiseerd beheerd.

#### OVERDRAAGBAARHEID

Dit onderzoek is kleinschalig van opzet en lokaal uitgevoerd, maar kan in bredere zin bijdragen aan danskennis over ouderen in de transculturele, grootstedelijke samenleving. De resultaten worden gedeeld door een presentatie, een korte documentaire en een publicatie. De korte documentaire en de publicatie worden gebruikt voor het opzetten van een module over dans en senioren bij de opleiding Docent Dans aan de Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten.





# 3 RESULTATEN

## 3.1

### DE PRAKTIJK

*Hier beschrijven we hoe de praktijk van de drie dansgroepen voor ouderen in een grootstedelijke, cultureel diverse context eruit ziet (onderzoeksvraag 1). We beschrijven per groep waar de les plaatsvindt, hoe de ruimte eruit ziet, hoe de deelnemers samenkomen, hoe de les verloopt en hoe deze eindigt.*

#### DANSGROEP TRINITARIA: AFRO-CARIBISCHE DANSLES

Dansgroep Trinitaria repeteert in Kas Dushi, een woongroep voor Antilliaanse ouderen, ongeveer vijf minuten lopen van metrohalte Kraaiennest in Amsterdam-Zuidoost. Bij aankomst lijkt het in eerste instantie niet op een plek waar danslessen worden gegeven. De les vindt plaats in de gemeenschappelijke ruimte van de woongroep. Deze ruimte kijkt uit op de straat, maar vaak zijn de lamellen dicht voor de les begint. De gemeenschappelijke ruimte is een L-vorm en wordt gebruikt voor verschillende activiteiten, zoals bingo en feestjes. De sfeer is huiselijk: er staan stoelen en tafeltjes, er is een bar en de vlaggetjes van het laatste verjaardagsfeest hangen er nog.

De dansles is een initiatief van een van de bewoners die voorheen danslessen volgde bij een andere woongroep voor Antilliaanse ouderen. Toen de danslessen daar zeven jaar geleden stopten, vroeg zij de docent om de lessen voort te zetten in Kas Dushi. In de periode van dit onderzoek is deze docent 25 jaar. Zij was dus bijna 18 toen ze begon met lesgeven. Bij navraag blijkt dat haar vader zeer actief is in Nusantara, een

van de grootste vrijwilligersorganisaties voor Molukse ouderen. Het omgaan met ouderen is haar met de paplepel ingegoten. De docent heeft een dansopleiding gedaan (niet afgerond) en veel praktijkervaring met onder andere Caribische dans. Ze vertelt dat ze het lesgeven eigenlijk op vrijwillige basis doet, maar dat de deelnemers erop staan haar in elk geval een reiskostenvergoeding te betalen. De kosten voor de les zijn dan ook laag: de deelnemers betalen €2,50 per maand. Er zijn gemiddeld acht deelnemers en met zo'n vijftientig vierkante meter om te dansen is er ook geen ruimte voor een grotere groep.

De deelnemers zijn allemaal vrouwen tussen de 55 en 75 jaar van overwegend Antilliaanse (inclusief Curaçao) achtergrond en twee zussen met een Surinaamse achtergrond. De danslessen zijn in principe voor de bewoners van de woongroep, maar vrienden en kennissen zijn ook welkom. Veel van de deelnemers blijken elkaar te kennen van het dansfeest 'Danspaleis': een plaatjesmiddag op de zondag waar ouderen samen dansen op de 'gouwe ouwen' uit hun jeugd. De dansgroep heeft naast de lessen ook regelmatig optredens bij buurtfeesten in Zuid-Oost: zo'n vijf keer per jaar.

Om ruimte te maken voor de dansles wordt een deel van de stoelen en tafels in het kortste deel van de zaal opgestapeld. Tijdens het ombouwen wordt meteen duidelijk dat de bewoners een gemeenschappelijke verantwoordelijkheid dragen voor de ruimte: ze checken of de vloer goed is schoongemaakt na het laatste feestje en de initiatiefneemster beheert de bar – zij schenkt drankjes tijdens de pauze.

Wanneer de docent aankomt, zet zij de muziek al aan. De deelnemers wachten op haar teken dat de les gaat beginnen en gebruiken de tijd om bij te kletsen aan de tafeltjes. De warming-up is gericht op conditie en flexibiliteit. De docent moedigt de dames aan om goed door te ademen en de armen flink mee te bewegen. Vervolgens worden er drie dansen ge-

daan: een nieuwe dans die nog ingestudeerd moet worden, een traditionele Molukse dans genaamd ‘potjo potjo’ en een dans die ze samen hebben gemaakt, ‘Ayeeeh’. Tijdens het aanleren van de nieuwe dans coacht de docent vooral op uitstraling. Alle dansen hebben dezelfde organisatievorm: de deelnemers staan in rijen van twee met de neus naar de docent. Tijdens de dans draait iedereen om de paar passen een kwartslag naar links. Aan het einde van de dans zijn zo alle zijden van de ruimte aan bod gekomen en heeft iedereen vooraan gestaan. Vaak draait de docent de muziek weg, zodat de vrouwen mee kunnen zingen. De muziek varieert van West-Afrikaanse en Afro-Caribische nummers tot R&B pophits van nu.

Wanneer er genoeg tijd is, eindigt de docent de les in een cirkel en krijgt ieder de beurt om naar het midden te stappen en te ‘grooven’. Iedereen doet mee: docent, deelnemers en ook de onderzoekers. Alle lichaamsdelen worden in de strijd gegooid: heupen, billen, schouders, armen en hoofd. De dames in de cirkel klappen en joelen mee met de ‘moves’ van degene die in het midden staat. Aan het einde van de les zitten de vrouwen nog even na. Ze vertellen dat er soms lang wordt nagekletst. Andere avonden is de ruimte binnen tien minuten leeg.

#### DANCE CONNECTS: MODERNE DANSLES

Dance Connects is een stichting specifiek gericht op lessen moderne dans voor mensen van zestig jaar en ouder. De stichting, opgezet door een alumna van de opleidingen Choreografie en Docent Dans aan de Fontys Hogeschool in Tilburg, organiseert wekelijks danslessen op zeven verschillende plekken in Amsterdam en heeft een deels gesubsidieerde dansproductiegroep die voorstellingen maakt met ouderen. De lessen worden gegeven door vijf docenten en kosten €2,50 tot €12,50 per les, afhankelijk van het inkomen van de deelnemer.



Alle lichaamsdelen worden in de strijd gegooid: heupen, billen, schouders, armen en hoofd. De dames in de cirkel klappen en joelen mee met de 'moves' van degene die in het midden staat.

De danslessen die wij observeren, vinden plaats in een levendig buurtcentrum, 'De Meevaart': een groot gerenoveerd pand in de Indische buurt van Amsterdam om de hoek van de drukke Javastraat. Er worden verschillende activiteiten georganiseerd: in de centrale hal op de begane grond is een bar met een reparatiecafé, waar mensen uit de buurt onder begeleiding kleine huishoudelijke apparatuur kunnen repareren, in de lokalen op de eerste en tweede verdieping worden computer- en taallessen gegeven. Ook worden ruimtes verhuurd aan bedrijven die in-company trainingen organiseren. De les vindt plaats in een 'echte' dansstudio op de tweede verdieping: een grote lichte ruimte met een dansvloer en een spiegel.

Bij binnenkomst zitten de deelnemers al klaar op de gymbankjes aan de zijkant van de ruimte. Tijdens het wachten kletsen ze bij. De groep bestaat uit zeventien mensen, grotendeels 'wit' met een westerse achtergrond: Nederlanders (waarvan twee met een Surinaamse achtergrond), een Franse, een Canadese en een Duitse. Het merendeel bestaat uit vrouwen, er is één mannelijke deelnemer.

De docent is halverwege de twintig en afgestudeerd aan de uitvoerende opleiding dans van ArtEZ. Voor de les begint, heeft ze al wat muziek aangezet en Zuid-Amerikaanse klanken vullen de ruimte. Zodra de les begint, valt meteen op dat het een mondige groep is. De deelnemers lijken elkaar goed te kennen en reageren actief op de opdrachten van de docent. Zij gaat daar speels mee om, maar houdt ook duidelijk de regie. De warming-up op 'Staying Alive' van de Bee Gees heeft een fris uptempo, waarbij ademhaling en het losmaken van de gewrichten centraal staat. Daarna lopen de deelnemers door de ruimte en moeten ze dingen benoemen die ze zien: hardop en voor zichzelf, terwijl ze vooruit, achteruit en zijwaarts moeten lopen. Vervolgens komen er danstechniekoefeningen aan bod met vaardigheden zoals een 'plié' en een 'tendu'. Tijdens het

aanleren hiervan coacht de docent ook actief op uitstraling. Daarna volgen expressie-opdrachten, zoals het bewegen door de ruimte in tweetallen terwijl je oogcontact houdt.

Het tempo van de les valt op. De docent werkt in hoog tempo door met wisselende ruimtelijke organisatievormen: een cirkel, bewegen naar de andere kant van de zaal en samenwerken in kleinere groepjes. Die wisselingen lijken een vast patroon te volgen: de deelnemers lijken steeds te weten wat er komt.

Halverwege de les is er theepauze. Sommige deelnemers vragen daar alvast om: 'Is het geen tijd voor thee?'. De docent heeft een thermoskan bij zich en de deelnemers hebben hun eigen mok in de aanslag. Een van de deelnemers heeft koekjes meegenomen.

Na de pauze wordt de muziek weer aangezet – ditmaal een tango – en de docent vraagt iedereen om de draad van de les weer op te pakken door de ruimte in te dansen en te improviseren op de muziek. Daarna volgt een expressie-opdracht waarbij ze de deelnemers aanmoedigt om te bewegen als water, terwijl ze elkaar moeten leiden en volgen. De les sluit af met het aanleren van de choreografie: de docent daagt de deelnemers uit met het gebruik van richtingen, het ver reiken van de armen en een been hoog optillen. Na afloop van de les gaan de meeste deelnemers meteen naar huis, enkelen gaan beneden nog even thee drinken.

#### SALSA SOCIÁL: SALSALES

De lessen van Salsa Sociál vinden plaats op verschillende plekken in en rond Amsterdam. De les die wij volgen, is gericht op 55+'ers en vindt plaats op vrijdagmiddagen in het dienstencentrum voor ouderen in Landsmeer, een dorp in de polder net boven Amsterdam-Noord. Het dienstencentrum heeft een rijk gevuld activiteitschema. Er zijn cursussen linedance, koorzang, yoga, schilderen, kookcursussen en taallessen.

De lesruimte bevindt zich op de begane grond met uitzicht op de straat en is betrekkelijk groot met een pooltafel en een bar.

De docent is in de vijftig en opgeleid tot dansdocent ballroom en latin, met niet-traditionele Latijns-Amerikaanse dans als specialisatie. Zij geeft les op wedstrijd-niveau en aan amateurs. De laatste categorie bestaat uit verschillende doelgroepen, zoals ouderen (door haar ook wel ‘plussers’ genoemd), rolstoelgebruikers en blinden. Ze heeft in 2011 de eerste internationaal erkende opleiding voor salsadocenten en -assistenten opgezet. De lessen in Landsmeer zijn haar eigen initiatief: ze werd getipt over de locatie en dat verschillende buurtbewoners salsa wilden leren. Wellicht heeft de maandelijkse salsa-avond aan de andere kant van de snelweg daar ook mee te maken.

De groep bestaat uit negen deelnemers. Het merendeel is Nederlands en westers, waarvan twee met een Surinaamse achtergrond. In vergelijking met de andere twee groepen telt de les bij Salsa Sociál meer mannen (vier), maar dat is niet zo vreemd omdat salsa een parendans is.

De salsales vindt plaats na de linedanceles. De docent heeft haar eigen muziekinstallatie bij zich, sluit de speakers van de ruimte erop aan en zet de muziek aan voor de les begint. De deelnemers dansen in of drinken wat en kletsen bij. De sfeer is gemoedelijk en amicaal.

Haast ongemerkt start de les. Het indansen gaat na zo’n tien minuten over in het aanleren van nieuwe stappen en combinaties. De docent danst zelf veel mee. Hierbij houdt ze de andere deelnemers goed in de gaten en geeft correcties, maar praat ook over koetjes en kalfjes met haar danspartner: “Hoe gaat het? Wat heb je deze week allemaal gedaan?” Een van de deelnemers raakt snel moe en gaat tussendoor soms zitten. De les gaat rustig, maar gedreven door. De deelnemers leren drie nieuwe combinaties, terwijl de docente hen soepel, maar strak coacht. Opvallend is de combinatie van humor en directheid

tijdens de coaching. Een deelnemer krijgt een correctie over de armvoering: “Zij mag er helemaal niet onderdoor. Als jij een poortje maakt, gaat zij er vandoor.” En één van de stelregels in de salsa wordt met humor overgedragen: “In geval van nood, laat één hand los.”

De les eindigt ook haast ongemerkt: de deelnemers dansen nog wat uit en de mensen van de tweede les (voor plussers met meer danservaring) komen indansen. Er heerst een vrolijke en uitgelaten sfeer en niemand lijkt echt op de tijd te letten. Het feit dat de deelnemers van de volgende les de dansvloer opkomen, is impliciet het eind-teken van de les.

### 3.2

#### HET DOMEIN

*Hier beschrijven we wie de deelnemers aan de danslessen zijn en wat ze willen bereiken in deze lessen (onderzoeksvraag 2). We beginnen met de samenstelling van de groepen en bespreken vervolgens de achtergrond en rol van dans in de opvoeding van de deelnemers en hun motivatie: wat beweegt hen deze lessen te volgen en wat willen ze ervan leren?*

#### SAMENSTELLING VAN DE DEELNEMERS

Uit de enquête bleek dat de doelgroep ‘ouderen’ naast cultuur divers ook qua (voormalig) beroep en opleidingsniveau zeer divers is. Een derde van de deelnemers werkte nog. De ervaring met de dansgroep of dansvorm varieerde van zeer kort (tweede keer dat iemand meedeed) tot tien jaar. De leeftijden lagen tussen de 55 en 75 jaar.

Het aantal mannen is in alle drie CoP’s heel laag, iets wat vooral de vrouwelijke deelnemers betreuren. Zoals een deelnemer van dansgroep Trinitaria zei: “Ik vind het wel jammer dat alleen vrouwen dit doen. Heel zelden krijg je mannen.

(...) Je moet vragen ‘wie wil er meedoen?’, maar meestal krijg je niemand.”

#### CULTURELE ACHTERGROND

Tijdens het afnemen van de enquête bleek dat deelnemers de term ‘culturele achtergrond’ verschillend interpreteerden: de etnische achtergrond, de opvoeding, opleiding en gezinssituatie. Het doorvragen naar etnische achtergrond bleek in sommige gevallen een gevoelige kwestie, voor zowel de participanten als de onderzoekers (zie discussie en dilemma’s).

Bij alle dansgroepen toonden deelnemers zich geïnteresseerd in verschillende culturen en cultureelgebonden activiteiten. Westerse deelnemers bij Salsa Sociál nemen deel aan activiteiten zoals zingen in een gospelkoor en mindful Afrodans. Bij Dance Connects licht een vrouwelijke deelnemer haar brede muzieksmaak toe: “Ik draai Slavische muziek of Afrikaanse muziek, niet alleen klassiek, ... ik heb veel verschillende soorten muziek, wereldmuziek, Arabisch muziek ja ook, ik hou van alle stijlen eigenlijk.” Deze brede culturele interesse blijkt ook bij de deelnemers bij dansgroep Trinitaria: zij hadden recent besloten om de Molukse dans ‘potjo potjo’ te leren, zodat ze mee konden doen aan de soosdagen van de lokale Molukse gemeenschap.

#### DANS IN DE OPVOEDING

De verwachting van de onderzoekers dat niet-westerse deelnemers tijdens de opvoeding wellicht meer in aanraking waren gekomen met muziek en dans dan westerse deelnemers bleek niet helemaal te kloppen. Een groot deel van álle deelnemers kwam al vroeg met muziek en dans in aanraking, al is er wel een duidelijk verschil in hoe de kennis is opgedaan.

De deelnemers van Salsa Sociál en Trinitaria kwamen voornamelijk informeel in aanraking met muziek en dans

en hebben dat van huis uit meegekregen. De deelnemers van dansgroep Trinitaria zijn overwegend op de Antillen of in Suriname opgegroeid. Ze noemen veelvuldig de invloed van familieleden op het leren van dans. Sommigen leerden het op de voeten van hun vader of moeder, anderen zagen hun oma dansen tijdens het schoonmaken of kregen dansles van een oom of tante tijdens familiefeestjes. Een deelnemer vertelt: “We vierden Carnavalsfeesten gewoon vanuit huis. En daarna gingen we de straat op. Ik kan me herinneren dat we bij mij thuis Bal Masqué hadden toen ik klein was, en dan kwamen mijn oma en tantes en ooms. En bij elke verjaardag: we feestten het hele jaar door!” De westerse deelnemers van Salsa Sociál vertellen over ouders die veel muziek draaiden of een broer die platen mee naar huis nam waarop gedanst werd: “De schuifdeuren gingen open, alle stoelen rondom en verder ging alle [meubilair] de kamer uit. Dan gingen ze de héle avond (...). Mijn oom is marinier geweest op Curaçao en hij nam heel veel platen mee. Als we dáár een feestje hadden, ja dan was het de hele avond merengue.” Daartegenover staan een paar deelnemers die dans hebben geleerd door ‘op les te gaan’ met stijldansen en ballet. Bij de westerse deelnemers van Dance Connects zijn de onderlinge verschillen groter. Sommigen zijn formeel of informeel in aanraking gekomen met muziek en dans, anderen helemaal niet. Een deelnemer die het van huis uit mee kreeg: “Bij ons thuis werd elk feestje wel een dansfeestje, mijn vader was gek op dansen en was heel vroeger ook stijldansleraar. Feestjes zonder dansen, dat kwam niet voor.” Anderen leerden pas op veel latere leeftijd dansen: “Bij ons werd er dus echt niet gedanst en was heel weinig muziek, dus wat ik weet is van school en van verjaardagspartijtjes. Maar ik was enorm geremd in dansen, want dat was gewoon gek en raar. Dus heb ik er echt heel veel moeite voor moeten doen om dat [danssen] weer van mezelf te maken.”

Het viel ons op dat vooral de niet-westerse deelnemers het leren dansen binnen de familie niet als les beschouwen: “Nee, we hebben niet op dansles gezeten. We leerden het gewoon...” Ook zeggen ze dat het leren van de pasjes niet het belangrijkste is: in eerste instantie gaat het over de muziek en het meevoe-len van de ‘groove’ of het ritme met het lijf. Het formeel leren tellen benoemen ze als obstakel, omdat dat tegen het eigen ritmegevoel of intuïtie ingaat. Ook het tekort aan mannen bij dansgroep Trinitaria verklaren ze vanuit dat perspectief: “De mannen gaan wel naar de feesten, maar ze komen niet op les zoals wij. [...] Op een feest is het niet ‘leren dansen’, dan is het ‘gewoon dansen’. Dan kun je elkaar een beetje vasthouden en dat allemaal.” Een andere vrouwelijke deelnemer bevestigt dat het nemen van danslessen in de eerste plaats cultureel gebonden is en dat mannen uit niet-westerse culturen daar onwennig tegenover kunnen staan: “Kijken om de pasjes te leren, maar echt een dansschool of een dansles bestond voor ons niet. Ik vond het ook heel moeilijk toen ik voor het eerst op dansles ging, om het aan te leren van: ‘En nu moet je naar links en nu moet je dit.’ En dat vinden Surinaamse mannen niet leuk – over het algemeen – dat ze gezegd wordt wat ze moeten doen.”

#### MOTIVATIE: WAT BEWEEGT DEZE DOELGROEP?

Uit de gesprekken met alle deelnemers komt een grote afkeer van ‘bejaardengymnastiek’ naar voren: ze willen niet alleen fysiek uitgedaagd worden, maar ook gestimuleerd op artistiek en sociaal vlak.

Bij motivatie wordt doorgaans onderscheid gemaakt intrinsieke en extrinsieke motivaties. Wij houden hier de definities aan van Vallerand en collega’s. Zij omschrijven intrinsieke motivatie als het plezier en voldoening halen uit de activiteit (Vallerand, Pelletier, Blais, Brière, Sénécal & Vallières, 1992, p. 1004), in dit geval dus het dansproces zelf. Ze onderscheiden



daarbij ‘iets willen leren’, ‘iets willen bereiken’ en ‘gestimuleerd willen worden’.

Extrinsieke motivatie is daarentegen gericht op resultaten die niet direct met de activiteit zelf (dans in dit geval) te maken hebben (Vallerand et. al., 1992, p. 1004), zoals beloningen of het tegengaan van beperkingen. De deelnemers in dit onderzoek noemen redenen die samenhangen met gezondheid, sociale contacten en zelfvertrouwen.

#### INTRINSIEKE MOTIVATIE

##### *Iets willen leren*

Deze vorm van intrinsieke motivatie betreft “learning, exploring, or trying to understand something new” (Vallerand et. al., 1992, p. 1005.). In dit geval dus de wil om iets over dans te leren en nieuwe dingen uit te proberen. De deelnemers van Salsa Sociál en Dance Connects vinden het leren van danstechniek belangrijk. Maar bij de salsales gaat het daarbij niet alleen over de pasjes, maar ook over leren leiden of leren volgen: “... Gewoon voelen. Maar dat moest ik trouwens ook leren hoor. Want ik was altijd aan het leiden.” De deelnemers van Dance Connects onderstrepen het belang van ‘exploring’: “Je fantasie komt erin [naar voren], je lijf drukt zichzelf uit.” De docent van dansgroep Trinitaria beschouwt het leren van danstechniek als minder belangrijk, maar ook hier proberen deelnemers dingen uit of maken ze nieuw materiaal: “Dat je zelf met ideeën komt of aangeeft ... En als de docent dat herkent en er iets mee doet, dat is altijd leuk.”

De motivatie om meer te leren over dans gaat verder dan de eigen dansontwikkeling. De deelnemers van Dance Connects benoemen bijvoorbeeld dat zij door het beoefenen van dans meer inzicht hebben gekregen in dansen op professioneel niveau. Een deelnemer zegt: “[Het dansen] heeft mij ook gestimuleerd om beter te kijken naar een voorstelling op de televisie. Ik zie op

ARTE vaak dans, aahhh wat doen zij het goed, eh ja, het vormt wel een kloof met wat ik doe, met de Franse slag...maar het is zo mooi om te zien, ik geniet van het kijken naar professionele dans.”

### *Iets willen bereiken*

Deze tweede vorm van intrinsieke motivatie omvat het verkrijgen van plezier en voldoening uit een activiteit, omdat "one attempts to accomplish or create something" (Vallerand et. al., 1992, p. 1005). Bij alle groepen komt dit ‘willen bereiken’ van dansgerelateerde resultaten naar voren, maar er zijn verschillende redenen. Bij Dance Connects zien we dat deelnemers zowel de technische als creatief-expressieve opdrachten heel gedreven beoefenen. Sommige deelnemers van Salsa Sociál willen kunnen ‘scoren’ op dansfeestjes. Bij dansgroep Trinitaria ligt het accent meer op optreden. De groep treedt gemiddeld vijf keer per jaar op bij een buurtfeest of evenement in Zuid-Oost. De deelnemers willen graag aan een publiek laten zien dat ze goed kunnen dansen. Vaak worden de optredens gefilmd. Een deelnemer grapt: “Wie weet, ha! Over twee jaar zijn wij BN’ers!” De deelnemers zijn extra trots wanneer ze complimentjes krijgen van Antilliaanse familie en vrienden: “Die optredens waren heel leuk, echt waar. In de Drecht. Mensen die fotograferen, die film maken. (...) En helemaal...alles gaat ook naar Curaçao, naar de Antillen, en dan vragen ze van: ‘Was jij (dat)?! Met die gele pak!? Ohhh, dat vond ik zo geweldig!”

### *Gestimuleerd willen worden*

Bij de derde vorm van intrinsieke motivatie neemt iemand deel aan de activiteit “to experience stimulating sensation (e.g. sensory pleasure, aesthetic experiences, as well as fun and excitement) derived from one’s engagement in the activity” (Vallerand et. al., 1992, 1006). Deze vorm van motivatie draait dus om het ervaren van plezier en het krijgen van esthetische ervaringen.

Dit plezier tijdens de lessen noemen alle deelnemers meermaals. Sommigen ervaren het al van kinds af aan: “Ik heb mijn hele leven van dansen gehouden. (...) Dansen maakt je blij. En dat is de reden.” Anderen vinden het veel leuker dan sport: “Sporten, lopen, fietsen, ik vind het vreselijk (...) dansen kan ik uren. Ik denk altijd maar, dat is ook...sporten, haha” Deelnemers beleven soms ook plezier aan dingen durven en uitproberen, zoals de creatief-expressieve leeractiviteiten bij Dance Connects: “We doen nog eens iets ‘out of the box’ (iedereen lacht) en dat vind ik heel erg leuk.”

Daarnaast willen de deelnemers danstechnisch flink uitgedaagd worden: “...de lat best wel hoog leggen. Niet te laag, dat je denkt [met] die oudjes [moet je het rustig aandoen].” De deelnemers voelen zich ook gestimuleerd door het fysieke voorbeeld van de docent. Bij alle groepen zien we dat de docent veel voordoet en dat de deelnemers er met bewondering naar kijken. Eigenlijk is de docent een performer in haar eigen les: zij inspireert en is een voorbeeld waar men naar opkijkt. Het fysieke voorbeeld lijkt een extra danselixir. De deelnemers van Dance Connects missen het naar eigen zeggen om zelf zo voluit te kunnen dansen, maar tegelijkertijd halen ze veel voldoening uit het kijken naar de docent: “Zij beweegt echt vanuit zichzelf en dat is voor mij de enige manier om dans over te dragen.” Een andere deelnemer vult aan dat het dansplezier van de docent eigenlijk de belangrijkste stimulans is.

Daarnaast voelen de deelnemers zich gestimuleerd wanneer de docent hen achter de broek zit. Een deelnemer van Dance Connects: “Ik wil ook echt wel iemand met een beetje pit hebben. Geen bejaardengymnastiek zeg maar. Een beetje uitdaging en dan kom je jezelf ook af en toe tegen.” Een andere deelnemer valt bij: “Daag mij maar uit...” Ook bij dansgroep Trinitaria kijkt men uit naar een positieve uitdaging: “Want we zijn allemaal vrouwen van boven de 65 jaar. Dus we kunnen laten

“Er kwam een tijd lang een 87-jarige man uit Amstelveen helemaal naar Landsmeer voor de les. Dat je op zo’n leeftijd nog deze stappen kan nemen. Prachtig.”

Deelnemer Salsa Sociál

zien dat we flink kunnen bewegen.” Dit zien we ook terug in het oefenen van de dansjes voor de presentatie: heupen worden in de strijd gegooid en de gezichten gaan open. Het opzoeken van de fysieke grenzen werkt stimulerend: “Hè ja ik kan het toch! Ook al gaat het ietsje minder, maar het gaat!”

## EXTRINSIEKE MOTIVATIE

### *Gezondheid*

Het op peil houden van de lichamelijke conditie blijkt een belangrijke reden om danslessen te volgen. Bij Dance Connects benoemt een van de deelnemers de lichamelijke activiteit als ‘must’ voor haar herstel na een blessure: “Ik dans omdat het voor mij een stukje revalidatie is dat in een sportschool niet te doen is, dat kon het lijf niet aan.”

Bij de andere groepen draait het voornamelijk om in conditie blijven. Een deelnemer van dansgroep Trinitaria: “To stay in shape (...).” En een andere deelnemer bevestigt: “Om in beweging te blijven.” Daar komt ook een esthetische reden bij: een van de deelnemers benoemt het tegengaan van zwembandjes oftewel ‘colocos’.

### *Sociale contacten*

Daarnaast noemen deelnemers het tegengaan van sociaal isolement, bijvoorbeeld na een ingrijpende levensgebeurtenis: “Je moet het allemaal zelf doen hè. Niemand doet het voor je. Dus toen heb ik voor mijzelf de knop omgezet: Nou móét ik veranderen, anders ga ik echt door het putje heen. Als je dan eenmaal begonnen bent, dan is het ook heel leuk inderdaad om het met anderen te delen, van: Nou ja, het klinkt misschien gek, maar ik ben op salsa gegaan, want dan ben ik toch een beetje onder de mensen en zo.”

Zich verbinden aan de dansles ervaren deelnemers niet als een last, integendeel. Sommigen halen er voldoening uit

dat ze door de vaste lestijd soms geen tijd hebben voor andere dingen. Een deelnemer van dansgroep Trinitaria: “Ik wil dansen en ik vind het gewoon een uitje. Dan heb je wat te doen. Je hebt het in de agenda. Als iemand zegt ‘dinsdag afspreken?’ [Dan zeg ik:] ik kan niet! Ik ga naar dansles!” Een andere deelnemer benoemt het verlangen naar meer sociaal contact: “Als je niet meer werkt, dan kom je ook eigenlijk nergens meer en de dans is een gelegenheid om andere mensen te ontmoeten.” Een andere deelnemer valt bij: “(..) zo wordt de kennissenkring toch groter.” De lessen leiden soms zelfs tot sociale controle. Deelnemers van dansgroep Trinitaria spreken elkaar aan op afwezigheid: “Als ik er niet ben, dan ‘oh je was er niet’. Iedereen vraagt dan: waar ben je gebleven?” De locatie leent zich daar ook voor: de gemeenschappelijke ruimte op de begane grond van de woongroep is eigenlijk een soort verlengstuk van de huiskamer, met uitzicht op straat. Soms kijken de deelnemers tijdens het dansen naar buiten om te zien wie er langsrijden en soms stopt een deelnemer om op het raam te tikken en aan te geven dat ze over drie kwartier klaar is met de les. Deelnemers voelen zich ook gestimuleerd door deelnemers die ouder zijn dan zij en trouw naar de les blijven komen en nemen daar een voorbeeld aan: “Er kwam een tijd lang een 87-jarige man uit Amstelveen helemaal naar Landsmeer voor de les. Dat je op zo’n leeftijd nog deze stappen kan nemen. Prachtig.” (deelnemer Salsa Sociál). Sommige deelnemers benoemen ook een intercultureel sociaal aspect dat het dansen met zich meebrengt. Dit komt voornamelijk naar voren bij dansgroep Trinitaria. De groep is overwegend Antilliaans, maar er zijn ook twee vrouwen die oorspronkelijk uit Suriname komen. Een van hen zegt: “Wij zijn Surinaams en zij zijn Antilliaans. Eigenlijk zijn het gescheiden groepen en nu leer je Antillianen beter kennen. Je vrienden zijn voornamelijk Surinaams en nu krijgen we er Antilliaanse vrienden bij.” Een andere Antilliaanse deelnemer valt bij en zegt dat zij het erg

bijzonder vindt dat alle deelnemers ondanks hun hogere leeftijd toch hun best doen om andere culturele opvattingen te leren kennen. De Surinaamse dame voegt daar weer aan toe: “Wij praten ook gewoon Nederlands met elkaar, zodat we elkaar kunnen begrijpen.” Door het dansen van de Molukse ‘potjo potjo’ krijgen de deelnemers niet alleen sociale, maar ook culturele toegang tot de buurtsoos waar voornamelijk mensen uit de Molukse gemeenschap komen. Daarnaast willen ze met een dans als de ‘potjo potjo’ laten zien dat ze meer kunnen dan de stijlen waarmee de dansgroep doorgaans geassocieerd wordt: “We willen naar voren brengen dat wij dat ook kunnen. Bij de aankondiging van een Antilliaanse dansgroep denkt iedereen dat we de Seou of Tamboe gaan dansen, maar ineens...ze blijven kijken.”

### *Zelfvertrouwen*

Het dansen vergroot het zelfvertrouwen. De deelnemers van Dance Connects vertellen bijvoorbeeld: “Ik voel me niet geremd in wat ik doe, misschien is dat wel weer een kwestie van dat we wat rijper (ouder) zijn, je weet wie je bent en accepteert jezelf in je goede en slechte dingen.” Dit wordt bevestigd bij dansgroep Trinitaria: “Wij dansen met al ons hebben en houden.” Tijdens de observaties zien we dat ook duidelijk terug. Er is geen terughoudendheid tijdens de verschillende soorten oefeningen, ook niet wanneer daar veel eigen inbreng voor nodig is.

Aan de andere kant komen de deelnemers van Salsa Sociál juist naar de les om zelfvertrouwen te ontwikkelen, bijvoorbeeld om het huis uit te durven gaan ondanks eenzaamheid of depressie, of zonder schroom mee te durven dansen op het maandelijkse salsa- of familiefeest. Een deelnemer: “Je voelt je gewoon veel zekerder van jezelf, om het gewoon te doen en fouten te durven maken.” Belangrijk daarbij is om op te merken dat mensen tijdens de salsales altijd in tweetallen dansen en er ‘samen voor gaan’.

TABEL 2: Technische, creatief-expressieve en affectieve aspecten

	TECHNISCH	CREATIEF- EXPRESSIEF	AFFECTIEF
<i>Dance Connects</i>	Dansvaardigheid: techniek en leren over het lijf.	40% lestijd dans maken met inspiratiebronnen (bijv. eigenschappen objecten of schilderijen).	Verschillende samenwerkingsvormen tijdens creatief-expressieve opdrachten + presenteren aan elkaar.
<i>Salsa Sociál</i>	Dansvaardigheid: techniek en stimuleren hersenfuncties.	Tijdens laatste deel les improviseren de deelnemers met het aangeleerde materiaal.	De dansvorm gaat uit van luisteren/reageren + vaak wisselen van partner.
<i>Dansgroep Trinitaria</i>	Dansvaardigheid: coördinatie en fitheid.	Ieder leidt een stuk van de warming-up, co-creatie dans, 'presentation drilling' en 'closing circle'	Wisselen front tijdens de dans (luisteren/reageren op nieuwe 'buur').



## 3.3

## THE COMMUNITY

*Dit laatste deel gaat in op de vraag hoe het leren in de community plaatsvindt en wat de rol van de docent daarbij is (onderzoeksvraag 3). Wij beschrijven hoe de groepsleden met elkaar omgaan en hoe ze leren en hoe de docent specifiek inspeelt op de oudere, cultureel diverse doelgroep.*

## LEERPROCESSEN ALS DRIELUIK

De leerprocessen konden op basis van de observaties verdeeld worden in drie soorten: technisch, creatief-expressief en affectief. De verschillen en overeenkomsten per groep (samengevat in Tabel 2) bespreken we hiernaast.

*Technisch*

Bij deze leerprocessen draait het om de ontwikkeling van lichamelijk bewustzijn en technische dansvaardigheid (Lammers, 2018, p.14). Wij zien dat alle groepen gemiddeld tot veel aandacht besteden aan technische aspecten.

Bij Dance Connects werkt de groep tijdens de eerste helft van de les met een flink tempo aan de danstechnische uitvoering. Het accent ligt op West-Europese moderne dans met invloeden uit jazzdance. De docent benadrukt bijbehorende technische aspecten met aanwijzingen zoals ‘voet afrollen’. Ze gebruikt ook hulpmiddelen om het lichamelijk bewustzijn te vergroten. Bij de eerste les toonde ze bijvoorbeeld digitale plaatjes van de wervelkolom om de correcte plaatsing van het bekken uit te leggen. Ze verwijst vaak naar danstechnische elementen die in de vorige les(sen) aan bod zijn gekomen. We zagen dat ze tijdens de ene les actief coachte op gewichtsverplaatsing en bij de volgende les het gebruik van focus toevoegt.

Bij Salsa Sociál ligt de nadruk op het leren van de salsa en de merengue, veelal door nadoen en oefenen. De docent benoemt de instrumentele rol van dans als belangrijk doel: “Het in beweging blijven en het coördineren van hersenfuncties met motorische functies. Het is bewezen dat dansen wel degelijk een remmende werking heeft op dementie.” Desondanks zien we dat de docent de technische uitvoering van de passen en de armvoering heel actief begeleidt. Ze doet het grootste deel van de les mee (er is vaak wel iemand zonder danspartner), terwijl ze feedback geeft aan de verschillende paren: “Pas als je kan zien welke kleur d’r ogen zijn mag je je hand laten zakken.” Niemand komt weg met een verkeerde uitvoering van de pasjes. Ook bij dansgroep Trinitaria ligt het zwaartepunt op nadoen en oefenen. De bewegingen zijn grotendeels ‘African-based’, elementen als de ‘bounce’ komen vaak terug. Wij zien dat het technische aspect voornamelijk het coördinatie- en uithoudingsvermogen betreft: de deelnemers worden aangemoedigd om flink te bewegen met armen en benen, waarbij veel aandacht is voor coördinatie. Wanneer deelnemers het lastig vinden, komt de docent naast hen dansen en doet ze het voor tot ze verbetering ziet.

### *Creatief-expressief*

Deze leerprocessen betreffen de ontwikkeling van eigen dansmateriaal door eigen of aangereikte inspiratiebronnen, en het dansant reageren en zich durven uiten in verschillende situaties (Lamers 2018, p.14). Dit is het meest zichtbaar bij Dance Connects, in mindere mate bij dansgroep Trinitaria en het minst bij Salsa Sociál.

De docent van Dance Connects geeft na de danstechnische oefeningen veel ruimte aan eigen inbreng van de deelnemers. Ze heeft elke les verschillende materialen om hen te inspireren tijdens het improviseren of dans maken. Tijdens

onze eerste observatie had ze kleine voorwerpen bij zich en moedigde ze de deelnemers aan om dans te maken vanuit de eigenheid van elk object. De keer daarna vormen afbeeldingen van schilderijen de inspiratiebron voor deelnemers om vrij te associëren en vervolgens bewegingen te maken. Het open staan voor creatief-expressieve opdrachten is volgens de docent ‘eigen’ aan deze doelgroep: “Alsof er niets te verliezen is, dat vind ik heel vet aan het werken met deze mensen. Ze hebben (...) geen grenzen. (...) je kunt al snel veel dingen met hen doen en experimenteren.”

Ook bij dansgroep Trinitaria zet de docent tijdens de warming-up en de laatste oefening actief in op eigen inbreng van de deelnemers. Een van de drie dansen is samengesteld op basis van co-creatie. De docent: “Ik denk dat veel mensen onderschatten dat ouderen nog zo flexibel zijn (lacht), ...ze willen heel graag...maar je moet ze ook de ruimte geven om zelf uit te spreken waar zij behoefte aan hebben.” Ook traint ze de deelnemers op expressiviteit vanwege de publieke presentaties: “Bewegen met de armen en de heupen, blik omhoog en lachen.” Aan het einde van de les doen de deelnemers tijdens een ‘closing circle’ kleine geïmproviseerde solo’s.

Bij Salsa Sociál ligt de nadruk op het onthouden en uitvoeren van de passen (technisch) en het luisteren naar en reageren op elkaar (affectief). Het creatief-expressieve element wordt alleen zichtbaar aan het einde van de les, wanneer deelnemers improviseren met de aangeleerde pasjes. De deelnemers wisselen op eigen initiatief van partner, oefenen specifieke pasjes nog een keer en voegen eigen variaties toe.

### *Affectief*

Affectieve leerprocessen gaan over persoonlijke ontwikkeling, zoals luisteren, reageren en waarderen (Lamers 2018, p.14). Daarnaast gaan ze over de ontwikkeling van de groep (contact

maken, samenwerken, relaties opbouwen). Deze affectieve aspecten zien we het sterkst terug bij Salsa Sociál en vervolgens bij Dance Connects. In de observaties besteedt dansgroep Trinitaria daar het minste aandacht aan.

In salsa komen de affectieve elementen voort uit de dansvorm zelf. Het is een stijl waarbij de danspartners continu op elkaar moeten reageren. De docent geeft daarvoor veel aanwijzingen, zoals: “Het is een gesprek, vraag en antwoord.” De affectieve component bestaat ook uit waardering: wanneer de danspartners de passen correct uitvoeren en dus echt ‘samen dansen’ is er duidelijk wederzijdse erkenning. De docent doet vaak een direct beroep op het vermogen tot luisteren, reageren en samenwerken: “Het is net een draaideur. Hij gaat naar voren, zij gaat naar achteren.” Ook laat ze de deelnemers regelmatig wisselen van danspartner. Tijdens het interview vertelt ze dat ze het behalen van bepaalde technische doelen heeft teruggeschroefd en nu meer ruimte geeft aan de affectieve aspecten. In de loop der jaren heeft ze daar meer waardering voor gekregen: “Mijn visie op salsa is zeker veranderd, want ja, als je jong bent, dan ga je voor het hoogst bereikbare, ook in jezelf. Dan wil je beste worden van...eigenlijk de hele wereld toch. En het blijkt dus dat dat misschien niet altijd zo belangrijk is. Dus ja dat beïnvloedt je (...) Dat je ook wat voor anderen kunt betekenen op deze manier.”

Bij Dance Connects zien we het affectieve aspect onder meer tijdens een partneroefening: het spiegelen van (ofwel ‘luisteren naar’) elkaars bewegingen om nieuwe bewegingsimpulsen te ontdekken. Over het algemeen gebruikt de docent diverse samenwerkingsvormen (improviseren of creëren met twee, drie of vier mensen) en vervolgens delen deelnemers het resultaat ook door naar elkaar te kijken. De deelnemers noemen de aspecten ‘durven’ en ‘waarderen’ waardevol: “Je bevestigt niet meer zo afhankelijk te zijn van een mening van de ander.

Vorige week had ik dat heel sterk: toen zag ik zo een hele groep op me afkomen, en dat vind ik heel ontroerend: iedereen staat zo in zichzelf en in zijn of haar bewegingen.”

Bij dansgroep Trinitaria komt de affectieve component terug in ‘side-coaching’: wanneer een nieuwe dans ingewikkeld is, legt de docent het per tweetal uit terwijl ze meedoet. Verder splitst de docent de groep in tweeën, zodat de ene helft kijkt terwijl de andere helft de dans uitvoert. Zo kunnen deelnemers naar elkaar kijken en elkaar waarderen.

#### DE ROL VAN DE DOCENT: LEEFTIJD VAN DE DEELNEMERS

Wij zagen een aantal overeenkomsten in de organisatorische en didactische aanpakken voor ouderen. In de lessen voor ‘plussers’ is er wel een minimum-, maar geen maximumleeftijd. Dat houdt in dat de docent soms rekening moet houden met een leeftijdsverschil van zo’n vijftwintig jaar.

#### *Expertise van de docent*

Tijdens de gesprekken met de docenten kwam een opmerkelijk resultaat naar voren: geen van hen is specifiek opgeleid om les te geven aan ouderen of aan cultureel diverse groepen. Ze hebben dat in de praktijk ontwikkeld.

De oprichter van Dance Connects kreeg vanuit haar docentenopleiding de opdracht om aan een doelgroep les te geven waar ze nog nooit mee gewerkt had. Ze koos voor ouderen: “En vervolgens heb ik het ontwikkeld tot wat het nu is en kan ik mezelf een specialist noemen.” Haar collega heeft een uitvoerende dansopleiding gedaan, wilde andere doelgroepen bereiken en is na langdurig observeren les gaan geven: “Ik heb eerst een jaar lang alleen maar aan de kant gezeten en geobserveerd, [...] gekeken naar wat wel en niet werkt en daarna de stap genomen: het is ook doen en leren in de praktijk.”

De docent van Trinitaria heeft een vooropleiding in

dans gedaan en is daarna culturele antropologie gaan studeren: “Ik ken de dames al zeven jaar nu. Eerst gaf ik les bij een ander ouderencentrum voor Caribische ouderen, ook hier in Zuid-Oost. Daar zijn we begonnen.” Bij doorvragen noemt de docent haar afkomst en de buurt waarin ze is opgegroeid ook als beweegredenen om les te geven aan ouderen met diverse culturele achtergronden: “Ik heb een Afro-Surinaamse achtergrond en ben in Zuid-Oost opgegroeid. Ik ben dus bekend met verschillende soorten culturen en etnische groepen, vooral ouderen van de Caribische eilanden: Curaçao, Aruba, Bonaire...het is voor mij best een natuurlijk proces.”

De docent van Salsa Sociál was wedstrijddanseres voor ze zich specialiseerde in Zuid-Amerikaanse dansstijlen. Volgens haar is het werken met deze doelgroep juist iets voor mensen met veel ervaring: “Dan komt er iets ter sprake of er komt iets op en daar moet je op in kunnen spelen. Zowel in het dansen als bij voorkeur ook in het lesgeven. En met heel veel geduld.” Dit laatste zagen we terug tijdens de observaties: vaak duurt het wat langer voor een bepaalde wisseling van benen of een draai ‘erin’ zit. In plaats van de deelnemers te laten aanmodderen of door te gaan met de volgende oefening, neemt de docent tijd om het nog eens te laten zien en uit te leggen.

### *Ruimte voor sociaal contact*

Bij alle groepen maakt de docent bewust ruimte voor persoonlijke contact, bijvoorbeeld aan het begin van de les: de docent treft de laatste voorbereidingen (zoals het klaarzetten van de muziek) en gebruikt de tijd voor sociale interactie met de deelnemers. Bij dansgroep Trinitaria bijvoorbeeld zitten deelnemers voor aanvang aan tafeltjes in het voorste gedeelte van de ruimte en nemen ze de week door. De docent vindt dit moment belangrijk voor de deelnemers, maar wil ook zelf horen hoe het gaat: “Zo kom ik meer te weten over de persoon die elke week trouw naar

de les komt”. En later: “Ik denk dat dat ook bijdraagt aan de sfeer in de les en hoe graag ze komen...”. Daarbij benoemt ze ook wat zij ervan leert: “Je hebt mensen voor je die een hele geschiedenis hebben en dat vind ik interessant”

Bij Salsa Sociál gebruiken mensen de tijd voor de les om iets te drinken en in te dansen. Voor de salsadocent is het persoonlijk contact tussen en met de deelnemers van groot belang, ook met het oog op nieuwe deelnemers: “Ik heb mensen soms urenlang aan de telefoon: ‘Ik durf het huis niet meer uit nadat mijn man of mijn vrouw is overleden.’ Nou kom maar langs, zeg ik dan, je zult het zien. ‘Ja maar, ben ik dan niet te...’, vul maar in, oud, onhandig, kreupel, noem het maar op. Nee, komt u nou maar. En dan zijn ze er en dan gaat er een wereld voor ze open.” De docent van Dance Connects bevestigt: “Het voornaamste doel van mijn les is dat ze anderhalf uur uit de [dagelijkse] realiteit kunnen stappen.”

Sociale activiteiten vinden ook online plaats. De deelnemers hebben contact via bijvoorbeeld WhatsApp en delen filmpjes van de les met elkaar. Naast flyers is internet een belangrijk middel voor de acquisitie van deelnemers: dat gebeurt steeds vaker digitaal. Een deelnemer van de moderne dansgroep: “Gezocht, [op het] internet, en dan kom je het vanzelf tegen.” De docent van de salsales: “De computerkunde bij deze groep is best wel hoog. Het is niet van ‘Wat moet ik daarmee?’” De docent maakt tijdens de les ook zelf regelmatig filmpjes, zodat de deelnemers gedurende de week kunnen oefenen. Bij de moderne dansgroep ligt dat anders: “Ook digitaal, maar zeker nog niet vervangen. Het aantal deelnemers dat ons via internet of sociale media heeft leren kennen, is nog klein; de meesten komen binnen via flyers, advertenties in de krant of via via.” De nadruk op sociale interactie komt ook naar voren in de pauze, die bij alle groepen deel uitmaakt van de les. De docent van Dance Connects neemt thee mee in thermoskan-

nen. De oprichter: “Dat is onderdeel van de formule. (...) er is aandacht voor de artistieke ontwikkeling, maar [...] we hebben ook behoefte om elkaar te ontmoeten en nieuwe connecties te leggen. In die zin is de theepauze een essentieel moment om even ruimte te maken voor wat er speelt buiten de les.” De pauze heeft daarnaast een praktische reden: anderhalf uur achter elkaar dansen is voor de meeste deelnemers fysiek lastig.

### *Variaties in organisatievormen*

De docenten stimuleren de groepsdynamiek ook met diverse organisatievormen. Bij Salsa Sociál trekt het ene duo sneller naar elkaar toe dan het andere en daarom laat de docent de groep regelmatig van partner wisselen: “Kom op, je moet naar hem nu!” De docent van Trinitaria varieert voornamelijk ruimtelijk: tijdens elke dans draait de groep in z'n geheel een kwartslag, zodat er steeds andere mensen vooraan staan. Dit houdt ook in dat de deelnemers steeds nieuwe ‘buren’ hebben. Bij Dance Connects is er veel variatie in werkvormen: individueel, in tweetallen en in kleine groepjes.

### *Afstemming zonder betutteling*

Sommige deelnemers zijn ver op leeftijd en daarom is er een aanzienlijk grotere blessuregevoeligheid of een beperkte conditie. De docenten houden hier rekening mee, maar willen niet teveel pampieren. De docent van Salsa Sociál: “Ja, ik ben wat minder fanatiek. Stukken minder fanatiek. Maar aan de andere kant wil ik wel mensen stimuleren om hun best te doen.” Voor de docent van Dance Connects geldt hetzelfde. De pittigheid zit niet zozeer in opdrachten die het lichaam uitputten of te zwaar belasten (geen grove gewichtsverplaatsingen of andere radicale bewegingen zoals ‘spring en val neer op de grond’), maar in de didactische aanpak: het tempo en de afwisselende werkvormen



zorgen voor het gevoel dat er steeds iets nieuws staat te gebeuren. Daarbij willen de docenten de doelgroep met respect en gelijkwaardig behandelen: “De meeste mensen komen zonder enige ervaring in dans, maar benader ze [gelijkwaardig aan jou]: op hetzelfde volwassen niveau.” Ze reageren bijvoorbeeld niet overdreven bezorgd wanneer iemand valt. De deelnemers van dansgroep Trinitaria zeggen die combinatie van geduld en aanmoediging zeer te waarderen: “Ja, ze heeft veel geduld, maar blijft ook strak.” Een andere deelnemer vult aan: “Wat betreft de sociale omgang tussen docent en deelnemers: ze geeft je het gevoel dat je het kunt!”

### *Differentiëren en improviseren*

Sommige deelnemers kampen met een blessure of een chronische ziekte. Bij alle praktijken spelen docenten hierop in met maatwerk. Vaak passen ze bewegingen zodanig aan dat de deelnemer met een beperking gewoon kan blijven meedoen. Zo zien we bij dansgroep Trinitaria dat sommige dansers de warming-up niet volhouden in verband met bijvoorbeeld een zere knie. De docent laat het tempo van de les niet zakken, maar past de bewegingen voor die personen aan. Een deelnemer bij Salsa Sociál lijdt aan een zenuwziekte, waardoor ze haar armen niet omhoog kan doen. De docent: “Daar moet je op inspelen, want anders kan ze thuisblijven. (...) Wij kunnen best aanpassen wat we doen, zodat ook zij mee kan dansen.” De docent voegt daaraan toe dat een lichamelijke beperking en een complete dansbeleving elkaar zeker niet uitsluiten: “De misvatting bij docenten is dat ze denken dat deze mensen het niet goed kunnen doen en dat ze daarom niet zoveel plezier zullen hebben. Maar ik denk dat het omgekeerde waar is. Ik denk dat ze meer plezier hebben dan diegene die volledig capabel is om alles tot in de puntjes te doen. Want die raakt veel sneller gefrustreerd. Deze mensen raken nooit gefrustreerd. En dat hoeft ook niet, want gaat het

niet, dan doen we het gewoon weer opnieuw...” Bovendien krijgen de deelnemers tijd om elkaar bij te praten over een operatie of fysieke aandoening.

De docent van Dance Connects vindt deze doelgroep heel open over de beleving van de les: “Ze zijn heel eerlijk en kritisch dus dat is ontzettend leerzaam. Als docent ga je nog meer kijken naar de opbouw van je les, naar of het wel fysiek verantwoord is en vooral ook of het artistiek nog interessant genoeg is. Je gaat heel gedifferentieerd over je opdrachten nadenken, waardoor ik denk dat je eigenlijk betere docent wordt.”

De observaties bevestigen dat het spontaan kunnen inspelen op lessituaties een belangrijk aandachtspunt is. De docent van dansgroep Trinitaria: “Houd niet teveel vast aan hoe het zou moeten horen (...), de praktijk is altijd anders.” In alle geobserveerde lessen lijken thema’s en onderdelen haast geïmproviseerd in elkaar over te gaan, maar de docenten benadrukken dat zij heel goed weten wat ze per les wil behandelen en steeds inspelen op situaties die op de dansvloer ontstaan. Een verrassend aspect waarmee de docenten rekening moeten houden, is de wisselende samenstelling van de groep. Senioren hebben een druk schema, vaak nog drukker dan voor het pensioen. De docent van Dance Connects: “Het leven houdt echt niet op als je stopt met werken. Eigenlijk begint er nog een hele hoop nieuws en dat vind ik echt supercool om te zien.” Deelnemers zijn er soms niet, omdat ze op reis zijn of voor kleinkinderen zorgen.

Daarnaast moet de docent bij deze doelgroep ook flexibel omgaan met de aanvangstijd van de les. Bij Dance Connects is iedereen ruim op tijd aanwezig, bij Salsa Sociál komt een enkele deelnemer iets te laat en bij dansgroep Trinitaria waren sommige deelnemers erg laat en deden de helft van de les mee. Sommigen konden niet op tijd aanwezig zijn in

verband met werk. De docent van dansgroep Trinitaria vindt dat geen probleem: “Mensen komen iets later binnen, het gaat iets trager allemaal en daar moet je gewoon geduldig in zijn.”

#### DE ROL VAN DE DOCENT: CULTURELE DIVERSITEIT

Tijdens de interviews vroegen wij de deelnemers en de docenten of er tijdens de les rekening gehouden moet worden met de culturele achtergrond. Daar kwam geen eenduidig antwoord op. De westerse deelnemers vinden dat minder of niet belangrijk. Een van de deelnemers van Dance Connects zegt: “Ik vind belangrijk dat een docent een eigen stijl heeft van overbrengen (...), maar ik zou het heel raar vinden als een docent met diverse mensen rekening moet gaan houden, (...)” Ze krijgt bijval van anderen. Wel rekening houden met verschillende culturele achtergronden zou leiden tot een geforceerde lessituatie, vinden ze. Ook de deelnemers van dansgroep Trinitaria – allen met een niet-westerse achtergrond – vinden het niet nodig om rekening te worden met de culturele achtergrond van deelnemers, want: “... wij willen allemaal dezelfde dans.” Een andere deelnemer vult aan: “Het gaat niet over cultuur. Want kijk, die potjo potjo is een Molukse dans, wij kenden dat niet.” Twee niet-westerse deelnemers van Salsa Sociál vinden het daarentegen wel belangrijk: “Het zou fijn zijn als een docent wat meer daarvan weet en daarop kan inspelen. Dat is altijd wel leuk ja.”

De drie docenten blijken wel degelijk rekening te houden met de culturele achtergronden van de deelnemers, vooral door te voorkomen dat één bepaalde groep of cultuur centraal komt te staan. Zo vindt de docent van Salsa Sociál het belangrijk dat iedereen mee kan doen: “Ik gaf ook les op middelbare scholen (...), waar je dus een veel grotere groep allochtonen hebt. En dan heb je weleens dat allochtone meisjes met een hoofddoek alleen met elkaar willen dansen, maar ze doen

wel mee, terwijl ze dat in een andere omgeving waarschijnlijk niet hadden gedaan. Dat is dan wel weer een overwinninkje.”

Ook de docent van dansgroep Trinitaria wil de les bewust toegankelijk maken voor een brede groep, door niet alleen bewegingen te gebruiken uit de Caribische dansstijlen: “Ik denk niet heel bewust ‘Dit is een Caribische groep, dus deze bewegingen...’ Nee, want dan plaats je ze ook wel weer in een hokje en dat wil ik niet.” Qua omgangsvorm houdt ze wel rekening met de culturele achtergrond van haar deelnemers door haar dansers consequent aan te spreken met ‘u’, de gebruikelijke aanspreekvorm voor ouderen in de Nederlandstalige Afro-Caribische cultuur.

### *Muziek*

Het streven naar culturele diversiteit blijkt onder meer uit de gevarieerde muziekkeuze in veel lessen. Bij Salsa Sociál speelt dit in mindere mate, omdat daar (vanzelfsprekend) Zuid-Amerikaanse muziek gebruikt wordt. De docent van Dance Connects wil graag inspelen op verschillende muzieksmaken en gebruikt muziek uit verschillende werelddelen. Deelnemers mogen aan het begin van de lessenserie ook zelf suggesties aandragen: “Ik vind het belangrijk dat er muzikale variatie is en dus voor ieder wat wils.”

De docent van dansgroep Trinitaria beperkt zich niet tot muziek uit de Afro-Caribische cultuur: “Ik draai nummers van een Curaçaose band, of van een Ghanese artiest, een Nigeriaanse artiest, Surinaams, wel gemixt, maar dat is misschien ook wel omdat ik van die muziek houd (lacht).” Hoe verschillend de muziekkeuze ook is, in alle praktijken domineert muziek die duidelijk ritmisch georiënteerd is: van popnummers tot nummers met een Afrikaanse of Zuid-Amerikaanse invloed.

*Niet tellen, maar grooven*

Een tweede intercultureel aspect van de lessen is gerelateerd aan de dansdidactiek. Waar veel westerse dansstijlen zijn gebaseerd op het exact tellen van passen en bewegingen op muziek, zijn de geobserveerde lessen vaak veel meer gericht op het ervaren van een puls of 'groove'. De deelnemers van dansgroep Trinitaria vinden deze benadering prettig: 'van huis uit' gaat het immers meer over het ritme en het gevoel van de muziek dan het tellen van de beweging.





# 4 BESLUIT

## CONCLUSIE

*Hoe ziet de praktijk van een dansgroep voor ouderen in een grootstedelijke, cultureel diverse context eruit?*

Voor dit onderzoek zijn lessen van drie dansgroepen geobserveerd. Een groep die zich richt op moderne dans voor ouderen (Dance Connects), een Afro-Caribische dansgroep (Trinitaria) en een salsagroep (Salsa Social). Alle danslessen vinden plaats op locaties met een ‘gemengde functie’, zoals de gemeenschappelijke ruimte van een woongroep of een buurt- of dienstencentrum waar ook andere cursussen en sociale activiteiten plaatsvinden.

Het verloop van de geobserveerde lessen is bij de drie praktijken enigszins vergelijkbaar. De lessen ontstaan vanuit een gemoedelijke sfeer, waarbij binnendruppelende deelnemers onderling en met de docent kletsen en soms iets drinken. Voor de les echt start, zet de docent vaak alvast wat muziek aan. De lessen beginnen veelal met een dynamische warming up gericht op het losmaken van spieren, ademhalingsoefeningen of ‘indansen’. Daarna volgt een instructiedeel waarin deelnemers nieuwe bewegingen leren of eerder geleerde bewegingen en dansfrases oefenen. In alle praktijken neemt de docent een belangrijke rol in door bewegingen voor te doen en deelnemers te coachen. Daarbij valt op dat de docenten vaak hoge eisen stellen aan de dansers door hen regelmatig te corrigeren of een vlot lestempo te hanteren. Daarnaast besteden ze alle drie veel aandacht aan sociale interactie, bijvoorbeeld door dansers steeds van plek te laten wisselen, hen geïmproviseerde solo's te laten doen, steeds nieuwe wisselende subgroepen te maken of door informele gesprekken tijdens het dansen. Het einde van de les verloopt



in de meeste gevallen heel geleidelijk. Deelnemers blijven nog enige tijd kletsen of dansen door tot er een volgende les begint.

Naast deze overeenkomsten heeft elke groep een eigen focus. Dance Connects richt zich - naast het leren van danstechniek - sterk op experimenteren en individuele en groepsimprovisatie. Deze groep zou je ook het meest 'transcultureel' kunnen noemen, omdat de bewegingen, dansfrases en de gebruikte muziek uit zeer diverse bronnen afkomstig zijn. Dansgroep Trinitaria presenteert zich het meest als een collectief en verzorgt zo'n vijf keer per jaar optredens bij evenementen in de wijk. De nadruk ligt hierbij op het aanleren en uitvoeren van choreografieën. De groep heeft een herkenbare basis in Antilliaanse muziek en bewegingen, maar schuwt andere stijlen niet. Salsa Sociál is het meest vormvast en richt zich op het aanleren van latin parendansen als salsa, merengue en bachata. Ook is er een focus op toepassing van het geleerde buiten de les, bijvoorbeeld op dansavonden en feesten in de vrije tijd.

Op basis van de analyse van deze praktijken kunnen we stellen dat de danslessen voor deze doelgroep niet heel sterk afwijken van die voor andere groepen amateurs, zoals jongeren of volwassenen. De bewegingen van de dansers zijn soms wat trager of minder soepel en er is veel aandacht voor informeel contact, maar de lessen zijn allerm minst vrijblijvend en vragen om betrokkenheid en inzet van zowel deelnemers als docent.

*Wie zijn de deelnemers en wat willen ze bereiken in deze lessen?*

Het vinden van dansgroepen voor ouderen met een cultureel diverse bezetting in en om Amsterdam bleek lastiger dan aanvankelijk gedacht. Het aanbod van dans voor ouderen is gevarieerd (van flamenco en buikdans tot Israëliëse folklore en Afrikaanse dans), maar deelnemers zijn overwegend 'wit' met een westerse achtergrond. Tijdens de inventarisatie constateerden we vaak een grotere mate van culturele diversiteit bij

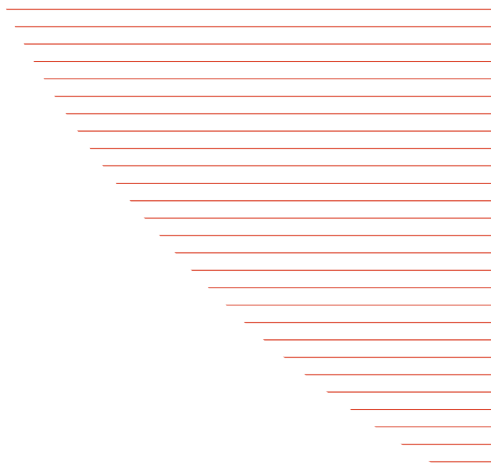
salsafeesten en sportscholen in vergelijking met dansgroepen die regelmatig samenkomen. Niettemin slaagden we er voor dit onderzoek in om drie dansgroepen te selecteren met een gevarieerde culturele samenstelling. Het gaat hier vooral om deelnemers met een Nederlandse, Afro-Caribische (Antilliaans, Surinaams) en Indonesische achtergrond.

Bij alle deelnemers is er een breed gedragen interesse in muziek en dans. Dit bleek in vele gevallen te maken te hebben met opvoeding. Niet-westerse deelnemers maakten vrijwel allemaal informeel kennis met muziek en dans. Bij westerse deelnemers wisselde dit, soms informeel, in andere gevallen deden mensen deze kennis op in lesverband, zoals stijldansen en ballet.

De drie groepen bleken niet alleen cultureel, maar ook qua opleiding en danservaring divers. De danservaring varieerde van tien jaar dansles tot een eerste keer. Verder werkte een derde van de deelnemers nog, dus bij dans voor ouderen draait het niet alleen om gepensioneerden. Tot slot hadden de groepen een ondergrens van gemiddeld 55 jaar, maar geen bovengrens. Dat betekent dat er binnen sommige groepen een leeftijdsverschil was van vijftienvijf jaar. Op één punt waren de drie groepen wel homogeen: de overgrote meerderheid van de deelnemers was vrouw.

Een belangrijke intrinsieke motivatie om danslessen te volgen is dat deelnemers iets nieuws willen leren. Het gaat hierbij niet alleen om het aanleren van danspassen of -technieken, maar ook om het experimenteren of het maken van nieuw dansmateriaal. Ook blijkt zelf dansen bij te dragen aan de waardering voor dans als professionele kunstvorm. Het leren over en met dans is niet vrijblijvend, deelnemers willen met de lessen ook daadwerkelijk iets bereiken. Ze zijn bereid om door veel oefenen hun danstechniek, creativiteit of expressiviteit naar een hoger niveau te tillen en willen dit soms ook tonen aan

Deze deelnemers zien dans niet enkel als een vorm van conditietraining, maar identificeren zich sterk met het dansen als kunstvorm.



anderen, zoals familie en vrienden. Verder willen deelnemers voldoening en plezier halen uit het dansen. Ze zien danslessen niet als een alternatieve sport of gymnastiek, maar ontlene esthetische ervaringen en fysiek genoeg aan het dansen zelf. De docent als professional vormt daarbij vaak een belangrijke stimulus: als voorbeeld in de les, maar ook als degene die hen continu uitdaagt om de lat hoger te leggen.

Daarnaast noemen deelnemers ook redenen die niet direct met het dansen zelf te maken hebben (extrinsieke motivatie). Ze beschouwen de deelname aan danslessen als een manier om gezond en in conditie te blijven, te revalideren van een blessure of om slank te blijven. Daarnaast zien ze de dansles als een middel om sociale contacten op te doen, eenzaamheid tegen te gaan en de agenda gevuld te houden. Die sociale interactie krijgt soms ook een interculturele dimensie, omdat je culturele opvattingen leert kennen van buiten je eigen kring. Ten derde zien deelnemers de danslessen als een manier om meer zelfvertrouwen te krijgen. De danslessen dagen deelnemers uit om het huis uit te gaan, initiatief te nemen en zich fysiek te uiten. Ze bieden een veilig platform om ongeremd dingen uit te proberen en fouten te maken.

Daar waar de vakliteratuur veelal extrinsieke effecten benoemt, laat deze studie zien dat oudere dansers wel degelijk ook sterk intrinsiek gemotiveerd zijn. Dat komt overeen met een recent onderzoek onder oudere dansers in het Verenigd Koninkrijk (People Dancing, 2016). Ook de Amsterdamse deelnemers dansen niet alleen om sociale of gezondheidsredenen, maar beleven plezier in het dansen zelf, waarbij ze nieuwe dingen willen leren, hun artistieke en technische vermogens willen vergroten en deze leeropbrengsten willen delen met anderen. Daarmee valt de afkeer voor ‘bejaardengymnastiek’ die deelnemers in alle groepen meermaals uitten, ook beter te begrijpen. Deze deelnemers zien dans niet enkel als een vorm

van conditietraining, maar identificeren zich sterk met het dansen als kunstvorm.

*Hoe vindt het leren plaats, en wat is de rol van de docent daarbij?*

Bij alle groepen is er ruime aandacht voor technische aspecten. Dansbewegingen worden veelvuldig geoefend en besproken, soms zelfs met anatomische afbeeldingen. De docenten geven de dansers daarbij doorlopend feedback, doen bewegingen voor of dansen mee.

Ook zagen we bij alle groepen creatief-expressieve leerprocessen. Deze kwamen het sterkst naar voren bij Dance Connects, waar het 'zelf dans maken' circa 40% van de lestijd beslaat. Deelnemers kregen hier bijvoorbeeld schilderijen of kleine voorwerpen als inspiratiebronnen voor het maken van korte choreografieën. Bij dansgroep Trinitaria lag het accent vaak op het gezamenlijk aanleren van bewegingen, maar maakte de docent ruimte voor co-creatie en sloot ze de les af met kleine geïmproviseerde solo's van elke deelnemer. Bij Salsa Sociál werd het creatief-expressieve element pas zichtbaar aan het einde van de les, wanneer deelnemers improviseren met het aangeleerde materiaal en eigen variaties toevoegen.

Ook affectieve leerprocessen komen in alle praktijken voor, maar in verschillende vormen en niet overal even sterk. Het is niet verbazingwekkend dat ze het sterkst zichtbaar zijn in de lessen van Salsa Sociál. Omdat salsa een parendans is, is het vraag-en-antwoordspel tussen danspartners cruciaal en de docent stuurt hier ook sterk op. Zo laat zij deelnemers regelmatig wisselen van danspartner en beloont ze duo's die echt 'samen dansen' met positieve feedback. Bij Dance Connects zijn affectieve leerprocessen vooral verwerkt in de didactische werkvormen. Deelnemers doen bijvoorbeeld partneroefeningen of werken zelfstandig in kleine groepen van drie tot vier dansers. Bij dansgroep Trinitaria is frontale instructie dominant, maar

doet de docent ook aan ‘side-coaching’ en splitst ze de groep soms in tweeën, zodat de ene helft van de groep kijkt, terwijl de andere helft de dans uitvoert.

Op grond van de geobserveerde leerprocessen kunnen we stellen dat de drie geobserveerde praktijken een rijke leeromgeving bieden. De danslessen draaien niet enkel om het aanleren of imiteren van danspassen, maar er is volop ruimte voor de eigen creatieve inbreng van de deelnemers en de sociale interactie en samenwerking tussen de dansers. Ook het didactisch handelen van de docenten is gevarieerd: ze wisselen frontale instructie af met werken in deelgroepen, individuele opdrachten en persoonlijke coaching.

Alle praktijken hebben een professionele docent met veel praktijkervaring en een (voor)opleiding tot danser of dansdocent. Hoewel de geobserveerde lessen qua inhoud en didactiek niet onderdoen voor ‘reguliere danslessen’, spelen de docenten wel degelijk op deze specifieke doelgroep in. Omdat voor deze doelgroep de danslessen ook een belangrijke sociale functie hebben, besteden de docenten veel aandacht aan sociaal contact, zowel tussen dansers onderling, als met de docent. Daarvoor maken ze ruimte voor en na de les en in pauzes. Alle docenten vinden het belangrijk dat ze op de hoogte zijn van de persoonlijke situatie van de deelnemers, wat de vertrouwensrelatie versterkt en waardoor ze desgewenst in kunnen gaan op persoonlijke kwalen en problemen. Sociale onderlinge interactie stimuleren ze ook door te variëren in organisatievormen tijdens de les. Met afwisselende werkvormen zorgen ze ervoor dat iedere deelnemer evenveel aandacht krijgt en stimuleren ze het collectieve leerproces.

De docenten houden ook rekening met eventuele fysieke beperkingen van de doelgroep. Het valt op dat ze daarbij allemaal gebruik maken van een leiderschapsstijl die omschreven kan worden als ‘afstemming zonder betutteling’. Ze spreken

deelnemers primair aan als dansers (Almqvist & Andersson, 2019) en dagen hen uit om daarin, binnen de eigen grenzen, een zo hoog mogelijk niveau te halen. Grote gewichtsverplaatsingen en sprongen vermijden ze, maar de lessen hebben soms een straf tempo en deelnemers moeten echt hun best doen. Omdat de danscapaciteiten van deelnemers door leeftjidsverschil, blessures of ziektes uiteenlopen, differentiëren docenten vaak door te ‘schalen’: deelnemers met een beperking doen alles mee met de groep, maar in een aangepaste vorm.

Daarnaast moeten docenten bij deze doelgroep kunnen improviseren. De groepsgrootte wisselt nogal eens, doordat deelnemers later binnen komen of wegens andere bezigheden (vakantie, oppassen kleinkinderen) verhinderd zijn.

De docenten houden tenslotte ook rekening met de diversiteit in culturele achtergronden. Daarbij valt op dat ze een pluralistisch uitgangspunt (Saraber, 2006) hanteren: ze willen voorkomen dat één bepaalde groep of cultuur dominant is, zodat de les breed toegankelijk is. Dit uitgangspunt is ook hoorbaar in de muziekkeuze, die vaak een mix vormt van sterk ritmische nummers in verschillende stijlen en uit diverse werelddelen. Dit geldt minder voor Salsa Sociál, die vanwege de dansstijl gebonden is aan overwegend Zuid-Amerikaanse muziek. Verder valt op dat de docenten hun didactiek eerder baseren op het ervaren van een puls of groove, dan op het al tellend ‘vastzetten’ van danspassen op de muziek.

## DISCUSSIE EN DILEMMA'S

‘Culturele diversiteit’ bleek in dit onderzoek een complexe term. Sommige deelnemers wensten niet aangesproken te worden op hun etnische achtergrond (“we zijn toch allemaal Nederlanders?”), anderen gingen hierbij in op hun maatschappelijke status (zoals ongehuwd) of de klasse waarin ze waren opgegroeid (zoals arbeiders). Bij het vragen naar etnische

achtergrond bleek ook belangrijk wie de vraag stelde: onderzoekers met een gemengde culturele achtergrond kregen meer respons dan een ‘witte’ onderzoeker. We kregen dan ook te maken met een ‘diversiteitsparadox’: om cultureel diverse danspraktijken te analyseren is het nodig om verschillende culturele groepen van elkaar te onderscheiden. Juist dit ‘etnisch labelen’ van dansers voelt soms ongemakkelijk, omdat het haaks lijkt te staan op het uitgangspunt van het onderzoek zelf. We hebben getracht om culturele verschillen genuanceerd en contextrijk te benoemen, waarbij we etnische groepen zo neutraal mogelijk hebben aangeduid, met begrippen van het Centraal Bureau voor Statistiek, (‘met een Nederlandse achtergrond’ en ‘met een niet-westerse migratieachtergrond’).

Hoewel we veel moeite hebben gedaan om dansgroepen te selecteren die de diversiteit in de Randstad weerspiegelen, ontbreken de twee grootste migrantengroepen, namelijk Nederlanders met een Marokkaanse of Turkse migratieachtergrond (CBS, 2019). Dit zou verklaard kunnen worden op grond van eerder onderzoek, waaruit bleek dat deze groepen minder gebruikmaken van de culturele infrastructuur dan mensen met een Surinaamse of Antilliaanse migratieachtergrond (Van Wel, 1998, Van den Broek, 2010). Dit sluit ook aan bij onze eerdere kanttekening dat dansfeesten en sportscholen waarschijnlijk een cultureel diversere groep dansende ouderen herbergen. Deze community’s vielen echter buiten de selectiecriteria voor dit onderzoek, omdat ze geen lessituatie zijn (dansfeesten) of geen echte focus op dans hebben (sportscholen). Een andere verklaring voor het ontbreken van oudere dansers met Marokkaanse of Turkse migratieachtergrond kan onze *snowball-sampling* zijn. Deze selectiemethode is effectief, maar brengt nu eenmaal met zich mee dat onderzoekers binnen eigen netwerken naar dansgroepen gaan zoeken. Het blijft nu de vraag of bijvoorbeeld



onderzoekers met een Arabische achtergrond andere groepen hadden weten te selecteren.

#### AANBEVELINGEN

Op basis van dit onderzoek kunnen we de volgende aanbevelingen voor de danspraktijk formuleren:

- Dansen voor ouderen is een serieuze vorm van amateurdans die nog sterk in ontwikkeling is. Het aanbod van danslessen voor ouderen lijkt groeiende, maar dit netwerk zou verder versterkt en uitgebreid kunnen worden.
- Ofschoon het grootste deel van de deelnemers aan danslessen voor ouderen ‘wit’ is, is het aanbevelenswaardig om in de praktijk meer ervaring op te doen met een cultureel diverse benadering van dans voor ouderen. Dit past bij de toenemende diversiteit onder de ouderen, vooral in de grote steden, en past bij het streven naar een inclusievere rol van kunst in de samenleving.
- Om beide aspecten (dans voor oudere en cultureel diverse amateurs) te ontwikkelen is het nodig dat er goede dansdocenten worden opgeleid. De casuïstiek en inzichten uit deze studie kunnen daaraan bijdragen.

Naast praktische aanbevelingen levert deze studie ook aanbevelingen voor vervolgonderzoek op:

- Onderzoeken onder groepen ouderen in cultureel diverse contexten zijn schaars en gaan vaak vooral in op gezondheidsaspecten. Het is waardevol om dit soort onderzoek ook in andere gebieden van Nederland uit te voeren en met andere culturele groepen, zoals oudere dansers met een Arabische migratieachtergrond.
- Dit onderzoek richtte zich niet zozeer op de lespraktijk van

docenten, maar op de danspraktijk van ouderen. Het zou interessant zijn om ook te onderzoeken in hoeverre een lespraktijk met ouderen onderdeel kan zijn van een creatieve maakpraktijk van dansers en dansdocenten in Nederland.

## BESLUIT





# 5 LITERATUUR

- Aalten, A. (2002). De lessen van de levensloop. Danseressen over ambities en keuzes, *Amsterdams Sociologisch Tijdschrift*, 29(1), 99-117.
- Adewole, F. (2010). The growth of community dance in Britain. In: F. Haanstra (ed.), *Divers: Negen onderzoeken over interculturaliteit en de docentenopleidingen van de Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten*. Amsterdam: Lectoraat Kunst- en cultuureducatie. pp. 104-118.
- Amans, D. (2017). *An introduction to community dance practice* (second edition). Basingstoke, Hampshire, UK: Red Globe Press.
- Baarda, D.B. & De Goede, M. (2006). *Basisboek methoden en technieken*. Groningen: Noordhoff Uitgevers B.V.
- Benammar, K. (2006). *Reflectietools*. Amsterdam: Boom Lemma Uitgevers.
- Boeije, H. (2014). *Analyseren in kwalitatief onderzoek: Denken en doen*. Amsterdam: Boom.
- Bulterman, J. & De Muynck, B. (2014). *Is alles van waarde meetbaar? Toetsing en vorming in het onderwijs*. Amsterdam: Buijten en Schipperheijn.
- Burr, J., Caro, F., & Moorhead, J. (2002). Productive Aging and Civic Participation. *Journal of Aging Studies*, 16(1), 87-105. [https://doi.org/10.1016/S0890-4065\(01\)00036-6](https://doi.org/10.1016/S0890-4065(01)00036-6)
- Centraal Bureau voor Statistiek. (2019). Nederlandse bevolking naar migratieachtergrond. Geraadpleegd op 17 augustus 2019. <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/37296ned/table?dl=107C4>
- Coubard, O., Duretz, D., Lefebvre, V., Lapalus, P. & Ferrufino, L.

- (2011). Practice of Contemporary Dance Improves Cognitive Flexibility in Aging. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 3(13). <https://doi.org/10.3389/fnagi.2011.00013>
- Dansbelang. (2016). Meer danslessen voor ouderen? Ja, natuurlijk! Van: <https://www.dansbelang.nl/2016/10/meer-dans-voor-ouderen-ja-natuurlijk/>
- Edward, M. (2011). More hip op than hip hop: temporality of the dancing body. *Animated Community Dance Magazine*, Winter, 22-24.
- Edward, M. (2018). *Mesearch and the Performing Body*. Cham, UK: Palgrave Pivot.
- Ferm Almqvist, C. & Andersson, N. (2019). To offer dance as aesthetic experience and communication among elderly people: An art-based study. *International Journal of Education & the Arts*, 20(12), 1-22. <http://doi.org/10.26209/ijea20n12>
- Fetterman, D. M. (1998). *Ethnography: Step by step* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Gardner, S. (1997). *Lying Down in the Air: Feminism, (New) Dance, and Representation*. Centre for Comparative Literature and Cultural Studies, Monash University, Melbourne, Australia.
- OIS Amsterdam (2018). Amsterdam in cijfers, Jaarboek 2018, p. 15. Van: <https://www.ois.amsterdam.nl/downloads/pdf/2018%20jaarboek%20amsterdam%20in%20cijfers.pdf>
- Gullette, M. M. (1997). *Declining to decline: Cultural combat and the politics of the midlife*. Charlottesville, VA: University Press of Virginia.
- Gullette, M. M. (2017). *Ending ageism, or how not to shoot old people*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Heijnen, E. (2011). Informele Visuele Netwerken. *Cultuur + Educatie*, 11(30), 32-53.
- Hsieh, H.F. & Shannon, S.E. (2005). Three approaches to

- qualitative content analysis. *Qualitative Health Research*, 15(9), 1277-1288. <https://doi.org/10.1177/1049732305276687>
- Kattenstroth, J.C., Kalisch, T., Holt, S., Tegenthoff, M., & Dinse, H.R. (2013). Six months of dance intervention enhances postural, sensorimotor, and cognitive performance in elderly without affecting cardio-respiratory functions. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 5(5). <https://doi.org/10.3389/fnagi.2013.00005>
- Karasawa, M., Curhan, K. B., Markus, H. R., Kitayama, S. S., Love, G. D., Radler, B. T., & Ryff, C. D. (2011). Cultural perspectives on aging and well-being: a comparison of Japan and the United States. *International journal of aging & human development*, 73(1), 73–98.
- Kaeberlein, M., Rabinovitch, P. & Martin, G., (2015). Healthy aging: the ultimate preventative medicine. In *Science*, 350(6265), 1191–1193. <https://doi.org/10.1126/science.aad3267>
- Katsma, W. (1991). Omgaan met didactische vaardigheden. Doetinchem: Reed Business Kunstfactor Sectorinstituut Amateurkunst (2012). Inhoudelijke richtlijnen kaderopleiding Internationale dans, Werelddans en Urban dansvormen. Utrecht. Van: [https://www.lkca.nl/~media/downloads/startpaginas/richtlijnen/ak\\_2009\\_inhoudelijke\\_richtlijnen\\_kaderopleiding\\_internationale\\_dans\\_werelddans\\_en\\_urban\\_dansvormen.pdf](https://www.lkca.nl/~media/downloads/startpaginas/richtlijnen/ak_2009_inhoudelijke_richtlijnen_kaderopleiding_internationale_dans_werelddans_en_urban_dansvormen.pdf)
- Lamers, D. (2018). *Handleiding Werkplan*. Amsterdam: Academie voor Theater en Dans - Bachelor Dance in Education, Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten.
- Mazo, J. (1974). *Dance is a contact sport*. New York, NY: Da Capo Press.
- Meewis, V. (2010). Cultuurbeleid in spagaat: eenheid of verscheidenheid? Onderzoek naar de betekenis van culturele diversiteit in het landelijke en grootstedelijke cultuur(educatie) beleid. In: F. Haanstra (ed.), *Divers: Negen onderzoeken*

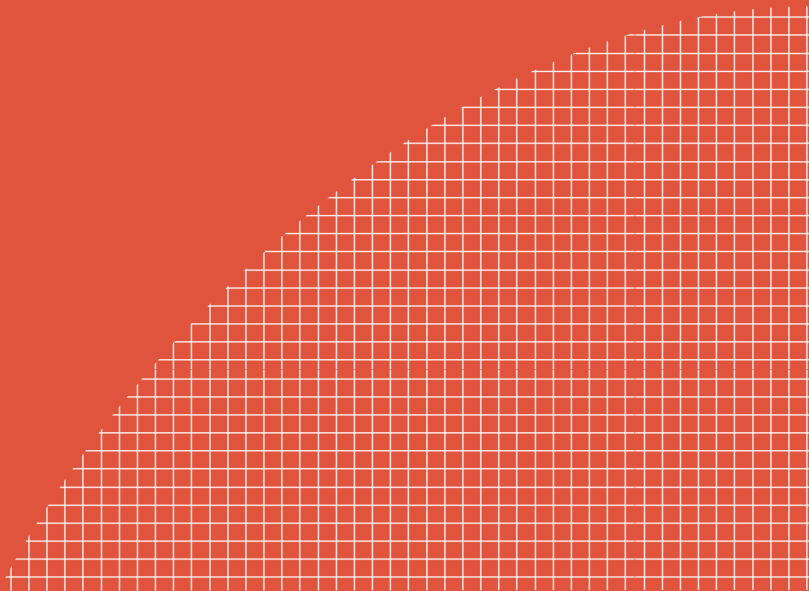


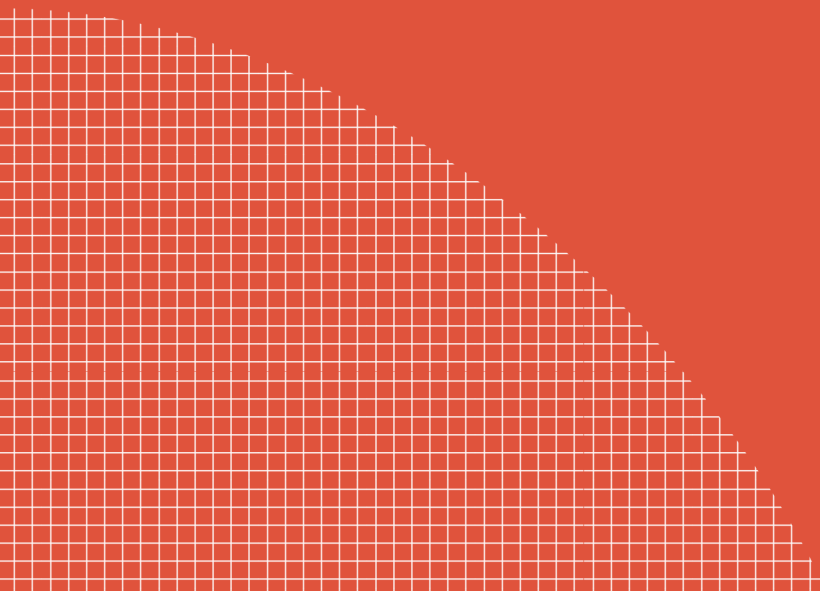
- over interculturaliteit en de docentenopleidingen van de Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten*. Amsterdam: Lectoraat Kunst- en cultuureducatie. pp. 12-29.
- Merom, D., Cumming, R., Mathieu, E., Kaarin J Anstey, K.J., Rissel, C., Simpson, J.M., Morton, R. L., Cerin, E., Sherrington, C. & Lord, S. R. (2013). Can social dancing prevent falls in older adults? A protocol of the Dance, Aging, Cognition, Economics (DAnCE) fall prevention randomised controlled trial. *BMC Public Health*, 13(477). <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-477>
- Mieras, M. (2014). Older, culturally active and full of life. Van: <http://www.longlivearts.eu/upload/files/Article%20Mark%20Mieras%281%29.pdf>
- Nakajima, N. (2011). De-aging Dancerism? The aging body in contemporary and community dance. *Performance Research*, 16(3), 100-104.
- Ouderenwegwijs. (2017). Danslessen voor senioren. Van: <https://www.ouderenwegwijs.nl/danslessen-voor-senioren/>
- People Dancing (2016). *Older people's dance activities – the first UK survey*. Leicester, UK: People Dancing - the foundation for community dance.
- People Dancing (2019). Professional code of conduct. Van: <https://www.communitydance.org.uk/membership-services-and-join/professional-code-of-conduct>
- Perron, W. (2015, 23 juni). Aging dancers: An alternative vision. Van: <http://wendyperron.com/aging-dancers-an-alternate-vision/>
- Provincie Noord-Holland (2019). Bevolkingsprognose Noord-Holland 2017-2040. Van: [https://www.noord-holland.nl/Onderwerpen/Ruimtelijke\\_inrichting/Demografie](https://www.noord-holland.nl/Onderwerpen/Ruimtelijke_inrichting/Demografie)
- Richards, J. (2018). *Active older people participating in creative dance - challenging perceptions*. DProf thesis, Middlesex University, UK.

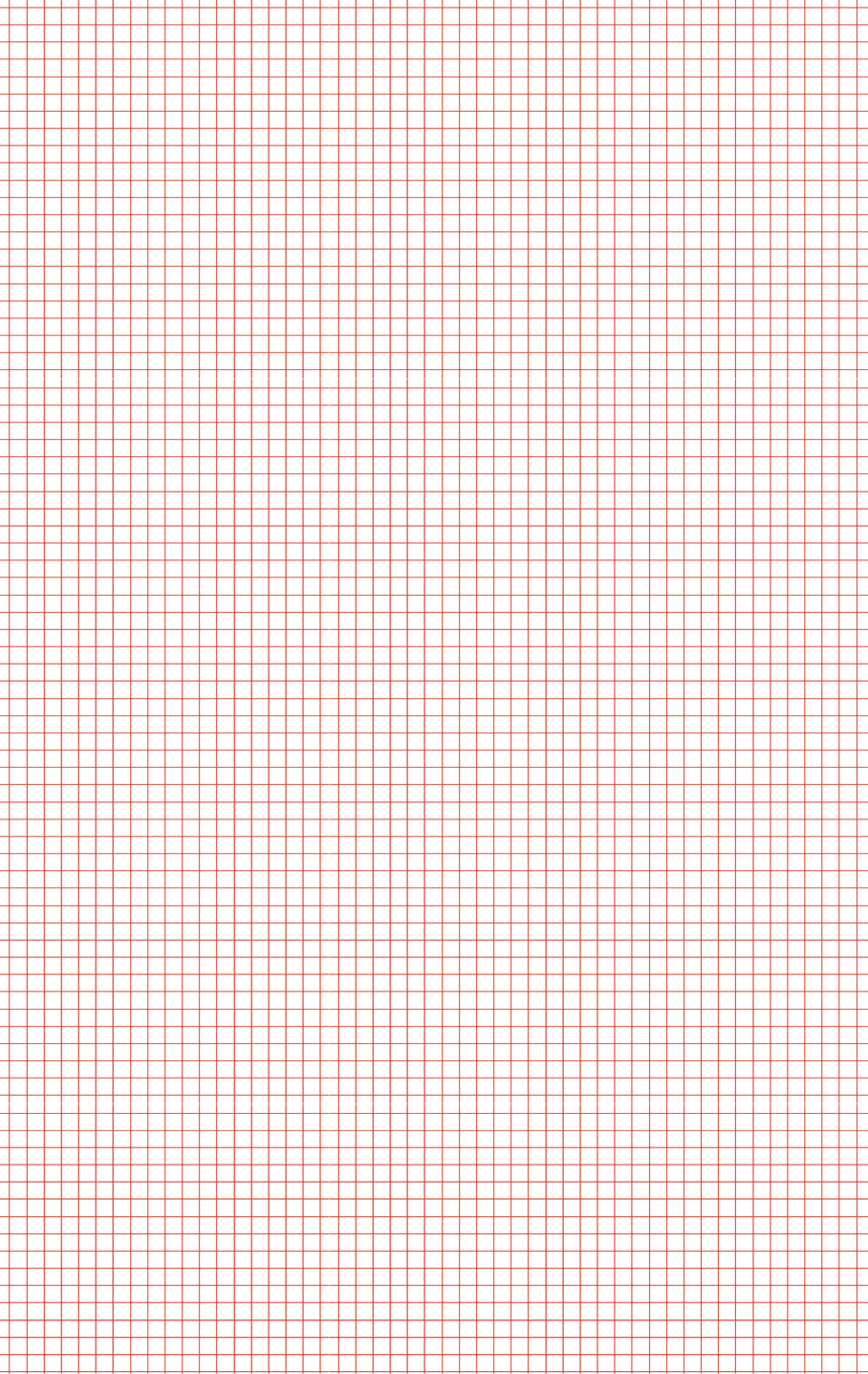
- Sangasubana, N. (2011). How to Conduct Ethnographic Research. *The Qualitative Report*, 16(2), 567-573.
- Saraber, L. (2006). *Meervoud als mentaliteit. Culturele diversiteit in dansvakonderwijs*. Amsterdam: Lectoraat Kunst en cultuureducatie, Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten.
- Schaefer, B. (2015, 29 mei). Why dance needs older dancers. *Out Magazine*. Geraadpleegd op <https://www.out.com/theater-dance/2015/5/29/why-dance-needs-older-dancers>
- Schwaiger, L. (2005). Performing one's age: Cultural constructions of aging and embodiment in western theatrical dancers. *Dance Research Journal*, 37(1), 110. <https://doi.org/10.3102/0091732X030001239>
- Vadeboncoeur, J.A. (2006). Engaging Young People: Learning in Informal Contexts. *Review of Research in Education*, 30(1), 239-278. <https://doi.org/10.3102/0091732X030001239>
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Briere, N. M., Senecal, C., & Vallieres, E. F. (1992). The academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52(4), 1003–1017. <https://doi.org/10.1177/0013164492052004025>
- Van den Broek, A. (2010). *FAQs over kunstbeoefening in de vrije tijd*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Wahl, H.W., Iwarsson, S. & Oswald, F. (2012). Aging well and the environment: toward an integrative model and research agenda for the future. *Gerontologist*, 52(3), 306-16. <https://doi.org/10.1093/geront/gnr154>
- Wel, F. van (1998). 'Ik heb mijn eigen smaak en cultuur'. Cultuurdeelname van allochtone en autochtone jongeren. In: I. Van Hamersveld. (Ed.), *Nieuwe Nederlanders en musea*. Boekman Studies/Mondriaan Foundation, Amsterdam, pp. 50–67.
- Wenger, E. (2015). *Introduction to communities of practice*. Van:

<https://wenger-trayner.com/introduction-to-communities-of-practice/>

- Wilson, H. (2017). Community dance in performance. In: D. Amans (ed.). *An introduction to community dance practice*. (2nd edition). Basingstoke, Hampshire, UK: Red Globe Press. pp. 63-76.
- Visker, R. (2007). Transculturele vibraties. *Etcetera: tijdschrift voor podiumkunsten*, 106, 5-13.
- York-Pryce, S. (2014). *Ageism and the Mature Dancer*. Oxford, UK: Mansfield College Oxford University.







## OVER DE AUTEURS

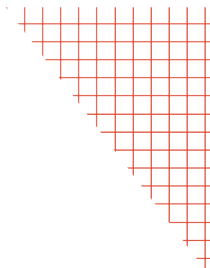
*Roos van Berkel* (1981) is choreografe en dansonderzoeker. In haar werk staat het observeren en beschrijven van bewegingen en gedragingen centraal. Aan de Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten doceert zij aan de opleidingen Docent Dans, Moderne Theaterdans en Expanded Contemporary Dance. Daarnaast geeft ze les bij de faculteit Industrial Design van de TU Eindhoven. Als choreografe werkt zij op het snijvlak van dans en wetenschap: vanuit de schoonheid van bewegingen en systemen maakt ze de kracht en kwetsbaarheid van materie voelbaar.

*Emiel Heijnen* (1970) is lector Kunsteducatie en senior docent aan de Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten. Hij doet onder meer onderzoek naar authentieke kunsteducatie, curriculumontwikkeling en interdisciplinaire informele vormen van kunsteducatie- en cultuurparticipatie.

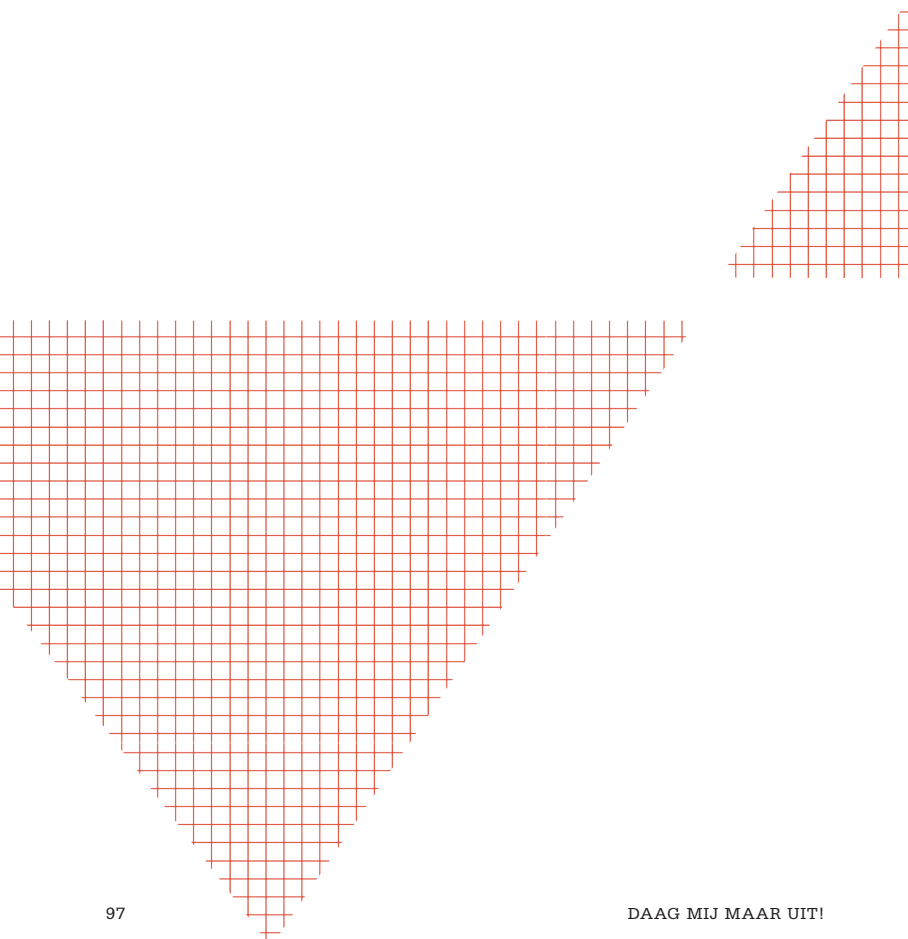
*Damar Lamers* (1977) is docent en lid van het kernteam aan de Opleiding Docent Dans aan de Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten. Ze is docerend maker en vooral gespecialiseerd in improvisatie. In 2004 heeft ze Stichting TjillSkillz opgericht, dans en theater voor en door jongeren en heeft ze verschillende producties gemaakt. De laatste jaren is haar werkveld verrijkt door het werken met kwetsbare doelgroepen, in het bijzonder mensen met een chronische aandoening en ouderen. Hiervoor heeft ze stichting ReDiscoverMe opgericht. Beide stichtingen delen inclusief werken en empowerment.

*Jimat Pelupessy* (1986) studeerde in 2010 af aan de opleiding Docent Dans aan de Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten (AHK). In 2013 behaalde ze haar Master Theaterwetenschappen aan de Universiteit van Amsterdam. Zij is theorieducent aan de opleiding Docent Dans aan de AHK, dans- en bewegingsdocent bij verschillende culturele instellingen en adviseur Cultuur bij de Gemeente Utrecht.

*Nita Liem* (1962) ontwikkelde zich als maker vanuit de door haar grondig onderzochte danstalen uit de hiphop- en house-dancescene. Ze werkt met dansers en performers die 'de grootstedelijke rafels in hun kleren hebben' en weet in haar danswerk verschillende werelden te verbinden, vanuit haar kennis van sociale en rituele dansvormen en geïnspireerd door haar eigen perspectief op migratie. Als performer haalt ze inspiratie uit de Javaanse hofdans en de danstechniek ontwikkeld door Germaine Acogny. Sinds 2000 vormt ze samen met Bart Deuss de artistieke leiding van danstheater Don't Hit Mama.●







# COLOFON

“DAAG MIJ MAAR UIT!”

*Dans en ouderen in grootstedelijke context*

*door*

Roos van Berkel en Emiel Heijnen

m.m.v. Damar Lamers, Jimat Pelupessy en Nita Liem

*redactie*

Bea Ros

*grafisch ontwerp*

Maaïke Besseling, naar format Brigiet van den Berg

*uitgever*

Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten

ISBN: /// 978-90-71681-48-6

2020 Het lectoraat Kunsteducatie steunt open access publishing voor wetenschappelijke publicaties. Dit werk valt onder een Creative Commons Naamsvermelding-Niet-Commercieel-GeenAfgeleideWerken 4.0 Internationaal-licentie. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

*Lectoraat Kunsteducatie*

Het lectoraat Kunsteducatie van de Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten richt zich op kennisontwikkeling en onderwijsontwikkeling op het gebied van kunst- en cultuureducatie. Het lectoraat wordt geleid door de lectoren Melissa Bremmer en Emiel Heijnen.

[www.ahk.nl/onderzoek](http://www.ahk.nl/onderzoek)

**Lectoraat Kunsteducatie**



**Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten**

“DAAG MIJ MAAR UIT!”



Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten