

ONLINE TRAINING 'HET PERSPECTIEF VAN DE KUNSTENAAR'



WORKSHOP 1

Ambities en obstakels

Hoe breng je jouw dagelijkse praktijk van je kunstenaarschap in balans met je plannen, je ambities, beperkingen en mogelijkheden?

Een ambitie is iets dat je echt heel graag wil bereiken. Waar je veel voor over hebt. De ambitie staat voor richting en streven. Voor inspiratie dus.

Opdracht 1: Je ambities

Waar ben jij over 5 jaar? Hoe ziet jouw omgeving eruit? Wat doe je? En over 10 jaar? Schrijf voor jezelf op wat jouw ambitie is. Neem hier tijd en aandacht voor. Denk daarbij aan de onderstaande vragen.

- Wat heb je bereikt?
- Wat ben je aan het doen?
- Waar ben je?
- Hoe ziet dat eruit? Ben je binnen of buiten, in Nederland of ver over de grens?
- Wie zijn er bij je?
- Met wie werk je samen?
- Wie zitten er in je netwerk?
- Wat is hun rol?

Tip

Hulpmiddel bij deze opdracht: sluit je ogen en laat je gedachtes afdwalen naar deze opdracht. Neem rustig de tijd. En stel jezelf voor over 10 jaar.

Opdracht 2: Jouw tijdlijn

Introductie

Je ambitie de ruimte geven die je hebt. De tijd en energie die je hebt bepalen wanneer en hoe je aan jouw ambitie kunt werken. Zelfs als dat maar een uur per week is, is dat de moeite waard. Dus laat de eventuele oordelen over jezelf of anderen los. Wat jij doet is goed. En waar jij aan werkt is jouw ambitie.

De tijdlijn

In het derde deel van workshop 1 legt Kaatje Kunst ook uit hoe je de tijdlijn kunt gebruiken. Deze tijdlijn bestaat uit maximaal 8 uren. Je kunt voor iedere dag van de week een eigen tijdlijn maken. Een gemiddelde werkdag in kaart brengen. Het gaat erom dat je inzicht krijgt in hoeveel tijd je beschikbaar hebt voor jouw werkzaamheden. Dat betekent inzicht in alle tijd en energie die je hebt voor alle activiteiten. Dus voor je kunst maken (inclusief schetsjes, experimenten, ontwikkeltijd etc.), je presentaties, je documentatie en je administratie.

Misschien werk je in plaats van doordeweeks wel liever in het weekend. Overdag of 's avonds. Op andere dagen, of in de avond. Doe wat bij jou past. Het gaat erom dat je inzicht krijgt van jouw energie, de spanningsboog daarvan en de tijd die je tot je beschikking hebt. Soms werk je misschien te lang door, terwijl je al oververmoeid bent bijvoorbeeld. Dat helpt niet. Je merkt het doordat je fouten gaat maken, gaat aanrommelen of je raakt geïrriteerd.



Tips

Je concentratie, op de momenten dat je aan de slag bent, verbetert wanneer je wat vaker rust neemt. Ook lukt het je dan soms wat meer te doen of langer door te werken. Het helpt ook om op tijd wat te eten en drinken nemen, voldoende te ontspannen of afleiding te zoeken.

Opdracht

Experimenteer met jouw tijdlijn, jouw overzicht van beschikbaarheid. Hieronder vind je een blanco tijdlijn, die je kunt gebruiken voor je eigen tijdlijn of weekplanning.

Weekplanning, de tijdlijn:

Maandag



Dinsdag



Woensdag



Donderdag



Vrijdag



Zaterdag



Zondag



Opdracht 3: SMART-doelen stellen

Introductie

Je weet nu hoeveel uren en energie je hebt te besteden en aankunt. Je weet wat je ambitie is. Je weet ook dat je goed voor jezelf moet blijven zorgen; zonder jou geen kunst. Een ambitie kan je leven lang richting geven. Uit een ambitie formuleer je concrete doelen. Doelen die je stelt zijn haalbaar en concreet.

Je doelen zijn SMART.

Om er zeker van te zijn dat je doel kans van slagen heeft, kun je het toetsen door het SMART te maken.

Links voor nadere informatie:

https://nl.wikipedia.org/wiki/Piramide_van_Maslow

<https://nl.wikipedia.org/wiki/SMART-principe>

SMART staat voor:

Specifiek

Meetbaar

Acceptabel

Realistisch

Tijdgebonden

Voorbeeld

Een voorbeeld van een doelstelling SMART formuleren.

Doel: Ik wil over een jaar mijn kunstwerken exposeren.

Nu kun je SMART werken:

- **Specifiek:** waar ga ik dan exposeren? Als je nog niet bekend bent met de mogelijkheden in jouw culturele omgeving, dan zoek je die uit. Dat betekent dus op pad, plekken bezoeken en mensen spreken.
- **Meetbaar:** ik exposeer het werk dat ik nu klaar heb. Het moet nog presentabel worden gemaakt. Een sokkel eronder, een lijst er omheen, je foto's afgedrukt.
- **Acceptabel:** ik heb voldoende tijd in een jaar om dit te kunnen doen, en ik kan ook de investeringskosten op die manier spreiden.
- **Realistisch:** lukt het me wel om een fijne expositieplek te vinden en de expositie goed voor te bereiden, ik hoef het niet allemaal alleen te doen. Dat doe ik door contacten te leggen. Door duidelijk te zijn in wat ik wil. Door zelf actief te blijven.
- **Tijdgebonden:** Een jaar is een goed streven. Maar misschien is er over 14 maanden een prima plek beschikbaar waar je kunt exposeren, of over 9 maanden al. Houd jezelf aan het jaar totdat je concreet weet waar je aan toe bent.

Opdracht

Kies een doel dat jij wil bereiken en beantwoord vervolgens alle SMART-vragen.

Specifiek: Wat ga je precies doen?

Meetbaar: Wat is het resultaat?

Acceptabel: Valt het binnen je mogelijkheden, kun je je eigen opgave aan?

Realistisch: Is het betaalbaar, is het haalbaar binnen jouw energie, tijd en middelen? Heb je er voldoende geld voor?



Tijdgebonden: Wanneer is het doel behaald?

Pas je doel aan als je merkt dat niet alles mogelijk is. Maak je doel wat kleiner. Zoek hulp of werk samen.

Vervolgopdracht:

Je weet nu wat je ambitie is. Dat je doelen kunt stellen en deze in de tijd uit kunt zetten, binnen jouw mogelijkheden en binnen jouw energie.

Je hebt nu een stevige basis en ambitie. Kijk nu nog eens naar je tijdlijn/weekplanning. Hoeveel tijd en energie heb je tot je beschikking?

Je kunt eventueel opnieuw uitrekenen hoeveel uren je nodig hebt om je doel voor te bereiden. En hoeveel uren je over hebt om nieuw werk te maken.

