

Flessenpost – Een poëtische werkvorm over troost

Beste lezer,

Wat fijn dat je rondkijkt in de toolkit van TroostWijs.

De werkvorm hieronder helpt je om woorden te vinden voor troost – een gevoel dat vaak diep zit, maar lastig te vangen is in taal.

Want hoe vaak weten we zélf eigenlijk direct een antwoord op de vraag: *Wat is troost voor jou?* Of: *Hoe wil jij graag getroost worden?*

Gevoel en emotie laten zich niet altijd gemakkelijk in woorden vatten. Daardoor stukt het gesprek soms. Denk aan een kind dat buikpijn zegt te hebben, terwijl het een oorontsteking blijkt te zijn. In de zorg is dit een herkenbaar voorbeeld, maar ook volwassenen ervaren iets soortgelijks.

Als je nooit geleerd hebt om woorden te geven aan je emoties of pijn, of als je niet weet hoe je dit moet onderzoeken, dan zijn vragen hierover lastig te beantwoorden.

Taal dus... Daar gaat deze werkvorm over.

Over de werkvorm



Deze werkvorm is geschreven door Merel van de Ham, geïnspireerd op het boek 'Lampje' van Annet Schaap. Voor meer informatie kun je terecht op: www.de-verhalenwinkel.nl

Je kunt de oefening gebruiken in combinatie met een verhaal uit de TroostWijs-bundel, maar ook zelfstandig als je vanuit een ander perspectief naar troost wilt kijken. Lampje biedt hiervoor een bijzonder vertrekpunt.

De opdracht kun je aanklikken in de PDF hieronder bestaat uit twee delen:

1. Het maken van een woordenbank
2. Het schrijven van een poëtische vorm zoals een gedicht of haiku

Lees de volledige werkvorm eerst helemaal door voordat je aan de slag gaat.

💡 Waar in de werkvorm gesproken wordt over Lampje, kun je een verhaal uit de bundel aanhalen of een eigen verhaal wat misschien tijdens of na het lezen van de bundel naar boven is gekomen. Natuurlijk is het lezen van Lampje zeker de moeite waard en aanvullend om een gesprek aan te gaan over troost emotie en ervaring.

💡 Waar in de werkvorm gesproken wordt over een 'digibord', kun je ook denken aan PowerPoint of een ander digitaal middel wanneer je het gedicht of onderdelen van de opdracht visueel wilt presenteren aan de groep.

Tot slot

Troost hoeft niet altijd een antwoord te zijn. Soms is het het zoeken zelf dat troostend werkt. Maar waar je na deze werkvorm toch meer handvaten in hebt om je zorgvrager hierin te kunnen begeleiden of jezelf.

Met deze werkvorm breng je woorden, gevoel en verbeelding samen. Wie weet komt er via poëzie ineens een inzicht boven, een herinnering, of een nieuwe taal voor wat eerder nog I

Veel plezier en verwondering bij het schrijven

Werkvorm:



BENODIGHEDEN EN VOORBEREIDING

Voor deze activiteit heb je de volgende materialen nodig:

Per leerling lijntjes papier A4

Pen voor iedere leerling

Bij deze activiteit hoort een **digibordpresentatie** (Zie map: **Activiteit 5**)

Bij deze activiteit hoort ook een **werkblad 1** (zie map: **Activiteit 5**)

'Flessenpost'

INLEIDING

Rouw en verlies zijn thema's die in Lampje voorkomen maar ook in de bundel. Het zijn dan ook belangrijke onderwerpen geworden voor deze activiteit waarin studenten een eigen gedicht maken zodat ze hun eigen woorden kunnen geven aan dit onderwerp. Daarna kunnen ze beelden toevoegen door hun eigen 'flessenpost' te maken.

Tijdens deze werkvorm gaan jullie eerst in gesprek met elkaar wat rouw en verlies betekent voor iedereen en maken ze kennis met verschillende poëtische technieken. Door middel van een 'woordbank' komen ze goed op gang en leggen ze de basis voor hun eigen gedicht. Na afloop bespreken jullie de gedichten.

Vervolgens maken de leerlingen hun eigen flessenpost in een afsluitende creatieve verwerkingsopdracht en krijgen de gedichten zo een mooie plek.

STAPPENPLAN maak je eigen gedicht

stap 1a. Bespreek het thema rouw&verlies vanuit de bundel of in 'Lampje'. Vraag de studenten/deelnemers: welke momenten gaan over verlies? Hoe gaan de personages ermee om. Sta ook stil bij de 'innerlijke stem' van Lampje of de verteller uit de bundel, In lampje is dit haar overleden moeder. Wie herkent dit soort stemmen in zijn hoofd?

stap 1b. Bespreek dat rouw&verlies niet altijd over de dood gaan, maar ook over gemis en verlies van een plek bijvoorbeeld of een vriendschap, een huis, een gevoel van veiligheid. Het kan eigenlijk van alles zijn waar je afscheid van hebt moeten nemen.

stap 2a. Start de je laptop op en laat de onderstaande afbeeldingen zien.

Bespreek een voorbeeldgedicht 'De Zee' van Toon Hermans.

stap 2b. Bespreek verschillende poëtische technieken zoals

- beeldspraak: metaforen en vergelijkingen
- Herhaling: voor ritme en nadruk
- Zintuigelijk taalgebruik: geur, geluid en gevoel

stap 3. Schrijfoefening: maak een woordbank. Print het **werkblad** uit bij activiteit 5 voor iedere leerling. Let op hier zit ook een voorbeeld bij, maar laat je leerlingen er zelf één maken.

Toon Hermans

De zee

Ik wil alleen zijn met de
zee, ik wil alleen zijn
met het strand, ik wil
mijn ziel wat laten
varen, niet mijn lijf en
mijn verstand.

Ik wil gewoon een beetje
dromen rond de dingen
die ik voel
en de zee, ik weet het
zeker, dat ze weet wat
ik bedoel.

Ik wil alleen zijn met de
golven, 'k wil alleen zijn
met de lucht, ik wil
luist'ren naar mijn
adem,

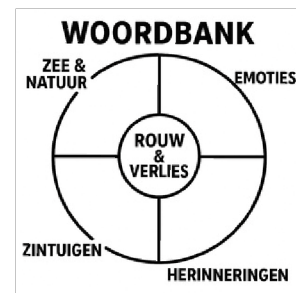
ik wil luisteren naar mijn zucht.

Ik wil luisteren naar mijn
zwijgen, daarna zal ik
verder gaan
en de zee, ik weet het
zeker,
zal mijn zwijgen wel verstaan.



Wat is een WOORDBANK?

- Een woordbank zijn simpelweg lijsten met woorden om de leerlingen te ondersteunen bij hun schrijfwerk en het vergroot hun woordenschat. Het is een lijst met bijvoeglijk naamwoorden, krachtige werkwoorden of bijwoorden



Hoe maak je een WOORDBANK?

- Laat leerlingen individueel of in groepjes een woordbank maken en woorden die passen bij rouw&verlies.
- Kies een thema: bijvoorbeeld de zee&natuur. Maar het kan ook een ander thema zijn.
- Verzamel woorden: gebruik hiervoor de cirkel van het **werkblad bij activiteit 5: de Wordbank**.

Stap 1: Kies woorden uit elk kwadrant

- Pak een paar woorden uit elk van de vier categorieën (Zee & Natuur, Emoties, Zintuigen, Herinneringen). Bijvoorbeeld:
- Zee & Natuur: golf, storm, eb, mist, nacht
- Emoties: verdriet, hoop, verlangen, wanhoop, troost, angst
- Zintuigen: ruisen, zilt, schaduw, koud, fluisteren, zout
- Herinneringen: stem, brief, geur, lach, aanraking, melodie

Stap 2: Bepaal de structuur

- Je kunt verschillende vormen gebruiken:
 - Vrije vorm (geen vaste regels)
 - Haiku (5-7-5 lettergrepen)
 - Rijmend (bijvoorbeeld AABB of ABAB)
- ### **Stap 3:** Speel met beelden en klank
- Gebruik beeldspraak, vergelijkingen en herhaling om sfeer te creëren.

Voorbeeldgedicht (op basis van bovenstaande woorden) *De zee zucht in golven, verdrinkt het laatste woord. Een brief, vergeten in de wind, de geur van toen verstoord.*

#tips tijdens het schrijven

begin met een gevoel of een beeld (bijv. een stormachtige zee
gebruik zintuigen: wat zie, hoor en voel je bij rouw en
verdriet? speel met klank en ritme: de golven van de zee,
nemen in de zwarte nacht, al mijn zouten tranen mee.

STAPPENPLAN maak een fles(senpost)



BENODIGDHEDEN & VOORBEREIDEN

Een lege fles (plastic of glas) met een dop of kurk
Permanentmarkers (inbegrepen)
Touw (10m inbegrepen) of lint of andere
decoraties
papier & pen voor het gedicht
Eventueel zand, kiezeltjes en schelpjes of glitters

Stap 1 Fles voorbereiden

- Was de fles goed uit en verwijder het etiket (dit kun je de leerlingen eventueel thuis laten doen). Laat de fles volledig drogen.

Stap 2 Decoreren

- Laat de leerlingen de buitenkant van de fles versieren met stift.
- Laat ze eerst een schets maken en vraag hen een sfeer te creëren die past bij hun gedicht. Ze kunnen bijvoorbeeld symbolen of kleuren gebruiken die hierbij aansluiten.

Stap 3 Het gedicht

- Laat de leerlingen hun gedicht schrijven op scheppapier of op papier dat ze zelf 'oud' maken met koffie of thee.

Gebruik hiervoor de QR-code naar het instructiefilmje.

- Rol het gedicht op en maak het dicht met een lintje, touwtje of een stukje tape. Let op: stop het gedicht nu nog niet in de fles!

Stap 4 De fles vullen

- Voeg eventueel wat zand, kiezeltjes of schelpjes toe en sluit de fles goed af.

Stap 5 Afsluiting: Bespreek samen het proces. Leerlingen die hun gedicht willen delen,

-
-



mogen dat doen. Praat er met elkaar over. Daarna stopt iedereen zijn of haar gedicht in de fles en sluit deze goed af. Geef de flessen een mooi plekje in de klas en geniet er samen nog even van voordat ze mee naar huis gaan.