

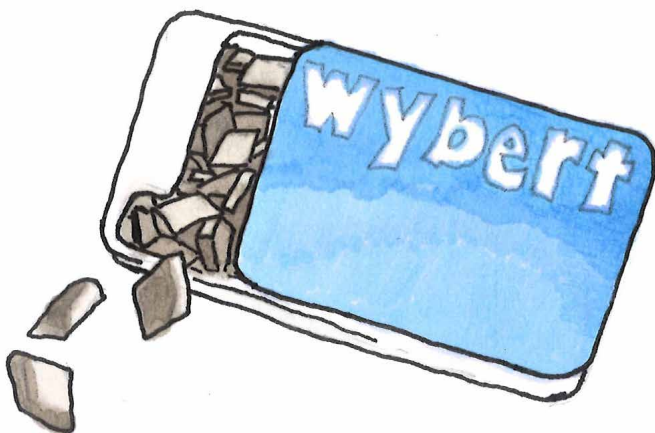
Invuloefening

Je schaamte wieberen

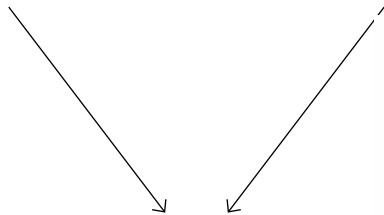
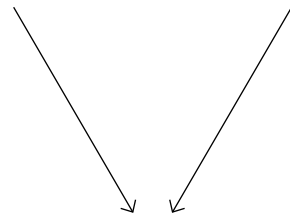
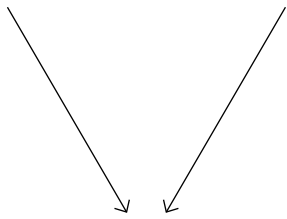
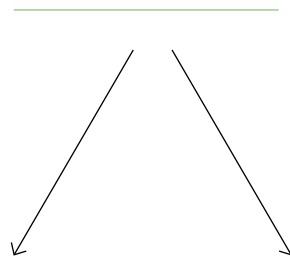
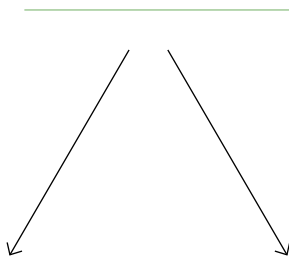
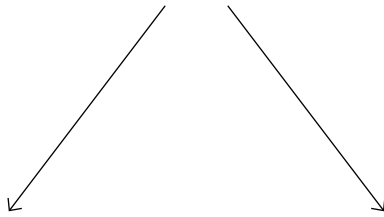
We gaan nu nog een stapje verder in het vertrouwd raken met je schaamte. We gaan namelijk een associatieoefening doen over het woord schaamte. Door deze oefening merk je op dat je schaamte bestaat uit veel verschillende betekenislaagjes en ontdek je mogelijk iets nieuws, iets wat jouw schaamte je wil zeggen. We gebruiken hiervoor het invulschema op de pagina hiernaast.

Deze associatieoefening noemen we wiebertje omdat de uitwerking van deze oefening de vorm heeft van het gelijknamige kleine dropje uit het blauwe blikje. Volg de onderstaande stappen:

1. Bovenin het wiebertje staat het woord schaamte. Noteer in de regel daaronder twee associaties die bij je opkomen. Denk niet te hard na, maar volg je eerste ingevingen. Mocht je blokkeren en niks kunnen bedenken, werk daar dan mee en noteer: 'blokkeren' in het ene vakje en 'niet denken' in het andere. Je kunt het niet goed of fout doen in deze oefening, dus probeer maar gewoon iets.
2. Bedenk nu bij die twee nieuwe woorden weer twee associaties, doe dit wederom heel intuïtief en losjes.
3. Nu gaan we in een volgende stap vanuit die twee woorden één woord bedenken dat beide woorden omvat.
4. Dit doe je nogmaals tot je onderin het wiebertje tot één nieuw woord komt. Dit woord vormt het vertrekpunt voor de schrijfoefening op de volgende pagina.



Schaamte



voorbeeld

