

# OEFENINGEN VOOR GROEPEN

## 150 KORTE OEFENINGEN

THERAPIE - OPLEIDING - TRAINING

### 76 De woordenstroom

**Doelstelling:** Spontaniteit, Starten, Vitaliseren

**Proces:** G / Ex / Mat0

**Werkvorm:** Stem

**Groepsgrootte:** kan groter zijn dan 12

**Tijdsduur:** 10 minuten

#### Instructie

- Iedereen begeeft zich kriskras door de ruimte en begint in zichzelf te praten. Het maakt niet uit wat er precies gezegd wordt, als maar non-stop gesproken wordt. Het is geen brabbeltaal die gesproken wordt, maar gewone Nederlandse taal. Het hoeft echter geen logisch verhaal te zijn. Zo kan iedereen bijvoorbeeld hardop een beschrijving geven van alles wat hij ziet tijdens het rondlopen, wat hij die dag heeft meegemaakt, hoe hij zich voelt, wat voor kleren hij aanheeft, enzovoort. Het gaat om een continue woordenstroom.
- Als deze woordenstroom op gang gekomen is, geeft de begeleider de opdracht om wat meer volume te geven en tegelijkertijd de pas wat te versnellen. Vervolgens nog iets meer. Na enige tijd geeft de begeleider aanwijzingen om de pas wat te vertragen en samen te komen in het midden, terwijl het volume hetzelfde blijft. De verschillende woordenstromen komen nu samen en op een teken van de begeleider zwelt het geluid aan tot een geweldige kakofonische geluidsstroom.
- De begeleider kondigt het naderende einde aan en op een teken van hem houdt iedereen tegelijk zijn mond dicht.
- De groepsleden blijven zo nog even bij elkaar staan en nemen de stilte in zich op.

#### Varianten

- In plaats van een plotseling einde kan het volume ook langzaam afnemen tot fluisteren en vervolgens uitdoven in stilte.
- In paren bedenken de groepsleden een bekend kinderliedje. Samen beginnen ze dat liedje te zingen, alle paren tegelijk.
  - Al rondlopend proberen de zingende tweetallen andere paren van de wijs te brengen (letterlijk!). Dat kunnen ze proberen door extra hard te zingen of hun liedje overtuigingskracht te geven door middel van bewegingen.
  - Als dat lukt, neemt het 'overwonnen' tweetal het liedje van het andere tweetal over. Gezamenlijk proberen ze nog meer zingende paren voor hun liedje te winnen.