

Thuis in Troost

Thuis in Troost - Vertelstenen

Welkom

Soms mis je iets.

Een persoon, een dier, een plek, een tijd uit je leven, een vriend, een school, een vakantie of gewoon hoe iets vroeger was. Iedereen mist wel eens iets. Dat kan verdrietig zijn, maar ook mooi. Soms moet je lachen om een herinnering.

Soms word je boos omdat iets niet meer hetzelfde is. Soms weet je niet precies wat je voelt.

De Vertelstenen helpen om woorden te geven aan wat je denkt, voelt, mist en onthoudt.

Door twee dobbelstenen te gooien ontstaat steeds een nieuwe combinatie van een openingszin en een onderwerp.

Dat maakt het makkelijker om verhalen, herinneringen, gevoelens en gedachten te delen.

Er zijn geen goede of foute antwoorden. Er is geen winnaar. Er is alleen ruimte voor jouw verhaal.

Inhoud van de doos:

- 1 dobbelsteen met openingszinnen
- 1 dobbelsteen met onderwerpen
- 1 spelhandleiding

Voor wie?

De Vertelstenen zijn geschikt voor:

- Kinderen vanaf ongeveer 5 jaar;
- Gezinnen;
- Scholen;
- Kindercoaches;
- Maatschappelijk werkers;
- Rouw- en verliesbegeleiders;
- Therapeuten;
- Iedereen die op een speelse manier een gesprek wil voeren over missen, herinneren en gevoelens.

Doel van het spel

De Vertelstenen helpen kinderen om:

- Gevoelens te herkennen;
- Herinneringen te delen;
- Woorden te vinden voor wat er in hen leeft;
- Te ontdekken wat hen kracht geeft;
- Te ervaren dat alle gevoelens welkom zijn.

Het spel kan worden gebruikt bij verlies, rouw, verandering, verhuizing, scheiding, afscheid, ziekte of andere gebeurtenissen die impact hebben op het leven van een kind.

Spelregels

Stap 1 : Gooi beide vertelstenen.

Stap 2 : Kijk welke symbolen boven liggen.

Stap 3 : Lees samen wat de symbolen betekenen.

Bijvoorbeeld:



"Soms droom ik dat..." + "iets waardoor ik mij sterker voel..." ↓

Stap 4

Maak de zin af in je eigen woorden. Vertel zoveel of zo weinig als je wilt.

Stap 5

Luister naar elkaar.

Er bestaan geen goede of foute antwoorden.

Stap 6

De volgende speler gooit of dezelfde speler gooit opnieuw.

Spelafspraken

- Iedereen mag vertellen.
- Iedereen mag passen.
- Niemand hoeft antwoord te geven.
- Luisteren is net zo belangrijk als praten.
- Alle gevoelens mogen er zijn.
- Je mag opnieuw gooien als een combinatie niet prettig voelt.
- Je mag het spel alleen spelen.
- Stilte is ook een antwoord. Geef dan je beurt aan de volgende speler door de vertelstenen te overhandigen.

Dobbelsteen 1: De openingszin

Symbol	Betekenis
	<i>Soms mis ik...</i>
	<i>Soms lach ik nog om...</i>
	<i>Soms word ik boos om...</i>
	<i>Soms droom ik dat...</i>
	<i>Soms doe ik iets wat mij herinnert</i>
	<i>aan... Soms wil ik gewoon...</i>

Dobbelsteen 2: Het onderwerp

Symbol	Betekenis
	<i>Een herinnering</i>
	<i>Een gevoel</i>
	<i>Een plek</i>
	<i>Iets wat ik heb geleerd</i>
	<i>Iets wat mij eraan doet denken</i>
	<i>Iets waardoor ik mij sterker voel</i>

Napraten na het spelen

De Vertelstenen zijn bedoeld om ruimte te maken voor verhalen, gevoelens en herinneringen. Neem na het spelen rustig de tijd om samen terug te kijken op wat er is gedeeld. Dat hoeft geen lang gesprek te zijn. Soms zijn een paar minuten al voldoende.

Mogelijke vragen:

- Welke combinatie maakte de meeste indruk?
- Waar vertelde het kind makkelijk over?
- Waar leek het kind juist over na te moeten denken?
- Welke onderwerpen kwamen meerdere keren terug?

Let niet alleen op woorden

Sommige kinderen vertellen veel. Andere kinderen vertellen weinig of helemaal niets.

Ook als een kind vooral luisterde, stil was of alleen nadacht, kan het spel waardevol zijn geweest. Stilte betekent niet dat er niets gebeurt. Het kan juist betekenen dat het kind bezig is met verwerken, begrijpen of voelen.

Ontdek wat kracht geeft

Tijdens het spel komen vaak vanzelf dingen naar voren die helpend zijn voor een kind.

Denk aan:

- Een favoriete plek;
- Een herinnering;
- Een vriend of vriendin;
- een knuffel;
- Muziek;
- Sporten;
- Tekeningen;
- Familie;
- Humor.

Benoem wat goed ging

Je kunt bijvoorbeeld zeggen:

- "Wat fijn dat je dit met mij wilde delen."
- "Ik vond het knap dat je hierover nadacht."
- "Dank je dat je jouw verhaal vertelde."
- "Je had mooie voorbeelden."

Onthoud

Het doel van de Vertelstenen is niet om iets op te lossen.

Het doel is om ruimte te maken.

Ruimte voor wat wordt gemist. Ruimte voor wat wordt gevoeld. Ruimte voor wat mag blijven bestaan.

Soms ontstaat daaruit een bijzonder gesprek.

En soms is het belangrijkste wat je kunt geven: aandacht, tijd en een luisterend oor.

Kijk op www.thuisintroost.nl om alle 36 combinaties in te zien met een voorbeeldvraag om het gesprek op gang te brengen.

Colofon

Titel: Thuis in Troost - Vertelstenen Een spel over missen, herinneren, voelen en verbinden.

Concept en ontwikkeling: Jenny Hamel Thuis in Troost

Illustraties: Kees Luijendijk & Auteursrecht illustraties: © 2026 Kees Luijendijk

De illustraties zijn speciaal voor de Thuis in Troost Vertelstenen vervaardigd in opdracht van Thuis in Troost.

Uitgever: Thuis in Troost & Eerste uitgave: 2026

Auteursrecht tekst: © 2026 Jenny Hamel / Thuis in Troost

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar worden gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteursrechthebbende.

De illustraties in deze uitgave zijn auteursrechtelijk beschermd. Hergebruik, reproductie, verspreiding of commerciële toepassing van de illustraties is uitsluitend toegestaan na schriftelijke toestemming van de rechthebbende.

Handelsnaam: Thuis in Troost – Vertelstenen zijn namen die niet zonder toestemming mogen worden gebruikt voor afgeleide producten, trainingen of commerciële toepassingen.

Aansprakelijkheid

De Thuis in Troost Vertelstenen zijn ontwikkeld als educatief, preventief en ondersteunend spelmateriaal. Het spel vervangt geen professionele medische, psychologische, pedagogische of psychiatrische begeleiding. De makers en uitgever kunnen niet aansprakelijk worden gesteld voor directe of indirecte schade voortvloeiend uit het gebruik van dit product.

Veiligheidswaarschuwing

Niet geschikt voor kinderen jonger dan 3 jaar vanwege kleine onderdelen en mogelijk verstikkingsgevaar.