



Inspiratiefiche

door Sammie Stege



Web van angst

Auteur: Arlette Krijgsman
Uitgever: Moon
Jaar van uitgave: 2025

Over de maker

Arlette (Let) Krijgsman debuteert met haar boek *Web van angst*. Ze schrijft vooral voor young adults en schrijft het liefst over thema's als fantasie, horror en een beetje romantiek. Ze vindt het belangrijk dat queer-personages ook een rol spelen in haar verhalen. In haar dagelijks werk is Arlette proposal writer en schrijft ze aanbestedingsteksten. Het schrijven van haar young adult-verhalen doet ze in haar vrije tijd en tijdens de schrijfavonden van Het Papieren Zwaard. In 2024 won ze de Moon YA Fantasy Contest en in 2026 is ze geselecteerd door de Leesjury.

Korte inhoud

Clara, Oliver, Silk en Seb wonen in een wereld waar angsten de vorm kunnen krijgen van allerverwoestende daimons. Daarom slikken alle bewoners peras, een medicijn dat ze gevoelloos maakt. Maar aan de academie waar Clara en Seb studeren, leren ze spinnen: een techniek waarmee ze de daimons kunnen vernietigen. Ze krijgen les van Oliver, die Clara al van vroeger kent. Maar een zwaar ongeval doet hun vriendin Jules omkomen, maakt Seb doof en brengt Oliver en Clara in contact met Silk. Hij is ook een spinner, maar dan eentje die het doet voor show en entertainment. Clara en Silk moeten samen undercover gaan om achter het plan van de rebellen te komen die ook voor de dood van Jules hebben gezorgd. Uiteindelijk kunnen ze de tweede aanslag niet voorkomen en komen ze erachter dat de baas van de rebellen de oude triadegenoot van Oliver is. Het verhaal eindigt met de boodschap dat Clara, Silk en Oliver een triade moeten vormen en Seb die met de gevangene Hora ontsnapt uit de Academie.

Doelgericht in interactie met de inspiratiefiche

Kinderen en jongeren die meedoen met de Leesjury lezen bewust en actief. Sommigen doen dit tijdens hun vrije tijd in de bibliotheek, thuis of via de school. Jij als begeleider helpt hen daarbij. Door met hen in interactie te gaan, doe je hen als lezer groeien in hun literaire competenties. Daarbij komen vier aspecten aan bod: juryleden beleven, interpreteren, analyseren en beoordelen de Leesjury-boeken.

De inspiratiefiches van de Leesjury bieden jou als begeleider houvast. Ze nodigen je uit om met gerichte vragen en opdrachten te werken. Zo help je de leeservaring van je juryleden te verrijken en verdiepen. Je leest er meer over op <https://www.deleesjury.be/doelgericht-interactie-met-de-inspiratiefiches>.

Deze fiches zijn opgemaakt voor elke Leesjury-begeleider, in de bib of op school. Sta je voor de klas? Elke fiche is gelinkt aan enkele minimumdoelen en eindtermen van het Vlaamse onderwijs. Op het einde van deze inspiratiefiche vind je de gelinkte minimumdoelen of eindtermen.

1

VOOR HET LEZEN

- Waar moet je aan denken als je 'web van angst' hoort? Welke gevoelens roept deze titel op?
- Welke angsten hebben jullie?
- Lees de achterkant. Als je zelf zou mogen kiezen, zou je dan op de Academie Ataraxia willen studeren?
- Welk genre zou je dit boek geven?

2

TIJDENS HET LEZEN

- Vanuit hoeveel personages wordt het verhaal verteld? (4, die van Clara, Oliver, Silk en Seb)
- Hoeveel personages zijn belangrijk in dit verhaal? (Er zijn ongeveer 10 belangrijke personages die bepalend zijn voor het verhaal. Dit zijn Clara, Oliver, Silk, Seb, Jules, Meck, Hora, Tamar, Dolores en Castor. De overige personages zijn minder belangrijk voor de plotlijnen).
- Welke woorden in het boek zijn nieuw? En wat betekenen deze woorden? (Bijvoorbeeld peras, daimons, spinnen, etc.)
- Vanuit welk perspectief wordt het verhaal verteld? Vind je dit een fijn perspectief? (Het gaat hier over een personele verteller, een verteller die alles weet maar zelf niet meespeelt. Het verhaal is geschreven vanuit hij/zij perspectief en we volgen steeds één personage.)

3

NA HET LEZEN

Cover en vormgeving

- Spreekt de cover je aan? Waarom wel/niet?
- Welke elementen van de cover komen terug in het verhaal? Welke elementen herken je? (Je ziet Clara, Oliver en Silk. Oliver heeft een web op zijn kleding. Clara draagt een uniform met het logo van de academie en je ziet haar brandwond. Silk draagt zijn kostuum waarin hij vecht. Je ziet ook de gouden lijnen van Clara's web. De achtergrond wordt gevormd door de pilaren van de academie en in de rechterbenedenhoek zie je de schaduwen van een daimon.)
- Als je zelf een cover zou moeten ontwerpen, hoe zou die er dan uitzien? Welke elementen zou jij laten terugkomen?

Personages

- Clara Mars: Clara is een van de 4 hoofdpersonages in het verhaal. Ze is als kind haar ouders verloren in een ongeval waar Dolores en Oliver bij betrokken waren en studeert sindsdien aan de academie. Ze is onderdeel van de triade van Seb en Jules en is een sterke spinner. Ze is vaak angstig maar ook dapper en doet alles om degene die ze liefheeft te beschermen.
- Oliver Winter: Is de nieuwe docent aan de academie. Hij heeft met zijn triade in het fabrieksgebied gewerkt en daarna voor de raad, maar is nu opnieuw docent. Zijn twee triadegenoten zijn overleden tijdens het ongeluk in de fabriek, maar later blijkt dat niet zo te zijn. Hij is bot, kan uit de hoogte doen maar geeft ook veel om anderen. Hij laat zijn gevoelens niet gemakkelijk zien en duwt mensen van zich af om zichzelf te beschermen.
- Silkander (Silk) Catt/ Moira: Silk is een apaat die zijn geld verdient door op de markt te werken en mee te doen aan illegale gevechten in ondergrondse clubs. Hij zorgt voor zijn oma die bij hem woont. Zijn broer Cyriel zit in de gevangenis en zijn moeder ligt in het ziekenhuis vanwege een overdosis aan peras. Hij is koppig, eigenwijs maar ook een sterke spinner, zelfs zonder opleiding. Hij heeft een romantische relatie met Hora gehad, tot die laatste te veel het slechte pad op ging.
- Seb: Seb is onderdeel van de triade van Clara en woont al zijn hele leven op de academie. Hij is verliefd op Jules, alleen weet hij niet goed hoe hij dat moet uiten. Tijdens het ongeval in de club wordt hij doof en hierdoor kan hij geen apaat meer worden. Als hij erachter komt dat er daimons in de academie worden gehouden, wordt hij opgesloten en ontmoet hij Hora. Uiteindelijk helpt hij deze ontsnappen en verlaat hij zelf ook de academie. Hij is vriendelijk, staat sterk in zijn schoenen en durft dingen in twijfel te trekken.
- Jules: Jules is de laatste triadegenoot van Clara en Seb. Ze is goede vrienden met beide en academisch sterk. Ze helpt Clara met het onder controle houden van haar angsten en is grote fan van schaduwspinner Moira. Ze komt te overlijden tijdens de aanslag in de club.
- Tamar: Tamar is een oud-klasgenoot en vriendin van Oliver. Ze werkt in het laboratorium op de academie en doet onderzoek naar onder meer schaduwspinnen en mysterieuze overlijdens. Ze is erg slim en empathisch.
- Hora: Hora is een vriend van Silk en was vroeger zijn romantische partner. Nu werkt hij als prostituee en werkt mee aan de aanslagen van de rebellen. Hij is de informant van Silk en Dolores.
- Dolores: Dolores is de triadegenoot van Oliver en tweelingzus van Castor. Ze gaat nu als Helen door het leven en leidt de rebellen. Ze bestuurt daimons door deze met leidraden aan zich vast te maken. Ze geraakt in coma na haar val van de citadel aan het einde van het verhaal.

→ In welk personage herken je jezelf het meeste? Waarom?

→ Deden sommige personages dingen die je niet had verwacht? Welke dingen? (Seb gaat aan het einde mee met de rebel Hora, terwijl hij al heel zijn leven op de academie woont. Silk besluit een triade te vormen met Oliver en Clara, terwijl hij eerst altijd alleen werkte. Tamar besluit stappen te ondernemen om meer te weten te komen over leidraden en daimonen. Clara besluit om in de triade met Oliver en Silk te stappen en dus niet met Seb.)

→ In het verhaal hebben meerdere mensen affectie voor elkaar. Wie is er allemaal verliefd op wie? Op welke manier hebben de romantische relaties invloed op het verhaal? (Silk en Hora zijn een koppel geweest. Oliver is een koppel geweest met Castor maar heeft nu zowel affectie voor Clara als voor Silk. Seb was verliefd op Jules. De romantische

relaties geven het verhaal een extra gelaagdheid en geeft aan hoe sterk de banden binnen triades kunnen zijn. Daarnaast zorgt het ervoor dat het verhaal herkenbaar wordt: ook wij als lezer hebben mogelijks wel eens een romantische relatie gehad of zijn verliefd geweest.)

- Welk personage spint in welke kleur? Zegt dat iets over de persoonlijkheid van het personage? (Oliver = rood, Clara = goud, Silk = lichtblauw, Dolores = zwart, Meck = paars, Seb = zilver)

Wereldopbouw

- Vind je de kaart in het begin van het boek behulpzaam? Heb je er tijdens het lezen naar gekeken?
- Welke elementen uit onze eigen wereld herken je in Agathon? (Het verschil tussen rijke delen in de wereld en armen, de manier waarop de rijken het voor het zeggen hebben, landen die bestuurd worden door een 'raad' of parlement, hogescholen met internaten, nachtclubs die illegale zaken doen, peras of drugs die tot verslaving leiden, etc. Er zijn veel elementen uit onze huidige maatschappij die terugkeren in het boek, zij het op een andere manier.)
- Welke woorden zijn je bijgebleven?
- Vind je dat de schrijfster een duidelijk beeld schept van Agathon? Op welke manier doet ze dat? (Ze geeft veel beschrijvingen over de gebouwen, de klederdracht, de manier waarop mensen met elkaar omgaan, etc. Door de vele beschrijvingen en de kaart kun je je als lezer een beeld vormen van de stad.)
- Merk je dat dit boek het eerste boek is uit een reeks? Waaraan merk je dat? (Er komen veel personages aan bod die allemaal tot in detail worden uitgewerkt. Er wordt veel beschreven en je krijgt veel achtergrondinformatie over de personages en de wereld waarin het verhaal zich afspeelt. De meeste actie gebeurt aan het einde van het verhaal en het boek heeft ook een open einde. Hierdoor is er nog een mogelijkheid tot een vervolg.)

Creatieve verwerking

Extraatje Oliver, Castor en Dolores



Materiaal

- extra hoofdstuk (zie bijlage 1)
- schrijffiche (zie bijlage 2)
- schrijfgerief

In het boek focust het verhaal zich vooral op Oliver, Clara en Silk. Maar voordat het verhaal met deze personages begint is er al een hoop gebeurd in Agathon. Op de website van Arlette staat een extra hoofdstuk, geschreven in de tijd dat Oliver, Castor en Dolores zelf nog op de academie zaten en een triade vormden.

1. Lees het extra hoofdstuk van Oliver in bijlage 1.
2. Bespreek dit hoofdstuk kort. Dat kan aan de hand van onderstaande vragen.
 - Wat gebeurt er in dit hoofdstuk?
 - Wat verraste je in dit hoofdstuk?

→ Is je beeld van Castor en Dolores nu veranderd na het lezen van dit hoofdstuk? Wat is er veranderd?

3. Geef iedere lezer een schrijffiche. Ze moeten nu zelf een hoofdstuk schrijven vanuit het perspectief van een van de andere personages: Dolores of Castor. Hiervoor baseren ze zich op het hoofdstuk dat ze net gelezen hebben. Het eerste deel van hun tekst behandelt wat er gebeurt in het gelezen hoofdstuk, in het tweede deel mogen ze zelf een vervolg verzinnen.
4. Als iedereen klaar is met zijn tekst, worden de teksten doorgegeven. Op die manier krijgt iedereen de tekst van een andere lezer voor zich. Zo lezen de lezers enkele teksten en worden deze onderling besproken. De lezers geven aan wat ze goed vinden en waar ze nog vragen over hebben.

EHBO voor angsten



Materiaal

- videofragment met Arlette Krijgsman: <https://vimeo.com/1218843779/a9a89fd1e3>
- EHBA-kaartjes voor angst (zie bijlage 3)
- post-its
- pot of bakje (voor post-its)
- doos (voor EHBA-kaartjes)

Angst speelt een belangrijke rol in dit verhaal. Het is namelijk angst die de daimons oproept en het is de voornaamste reden dat peras wordt ingenomen door de bevolking. Het verhaal is gebaseerd op Arlette Krijgmans eigen ervaring met angst.

1. Bekijk de videoboodschap van Arlette Krijgsman als inleiding (zie URL bij 'Materiaal'). Bespreek de video kort met behulp van onderstaande richtvragen.
 - Ken jij de 'aandoening' die Arlette aangeeft die ze heeft (hypochondrie)? (Hypochondrie is een angststoornis waarbij je heel bang bent om ziek te worden of een ziekte te krijgen. Geruststelling door een arts helpt vaak maar even.)
 - Zijn er nu dingen uit het boek die je beter snapt, dankzij Arlette haar uitleg? (Bv. dat ze in het boek ook altijd moeten samenwerken om de daimonen te verslaan, ze kunnen het niet alleen.)
 - Klopt het wat Arlette zegt als ze aangeeft dat iedereen wel eens bang is? Waarom wel/niet?
 - Welke dingen raadt Arlette aan om te doen als je bang bent? Zijn dat tips waar je iets aan hebt?
2. Iedere lezer krijgt nu 5 post-its. Hierop schrijven ze 3-5 angsten, 1 per post-it. Het mag gaan over simpele angsten (bv. spinnen, een slecht punt op een toets) of over diepere angsten (bv. doodgaan, een geliefde verliezen). Alle angsten worden in een pot gedaan.
3. Maak samen met de lezers een eerste hulp bij angsten-pakket. De bedoeling is dat iedere lezer één manier opschrijft om met angsten om te gaan. Ze doen dat op de kaartjes uit bijlage 3. Als er meer lezers dan kaartjes zijn, kunnen ze ook zelf een methode opzoeken of ze kunnen dezelfde meerdere keren invullen.
4. Plak het kaartje EHBA op een doos en verzamel hierin alle kaartjes die door de lezers zijn gemaakt.
5. Overloop in groep enkele tips. Welke tips zouden de lezers zelf gebruiken?

6. Pak nu enkele kaartjes uit de angstenpot en lees deze luidop voor. Beslis samen met de groep welke methode uit de EHBA-doos jullie bij deze angst zouden gebruiken.
7. Eindig de oefening met een open gesprek. Enkele richtingsvragen hierbij zijn:
 - Zijn er angsten die iemand met de groep wil delen?
 - Zijn er nog methodes die we kennen om met angsten om te gaan?
 - Is een angst altijd slecht? Waarom wel/niet?

Woordenlijst



Materiaal

- luisterfragment NPO Radio 1
- blanco woordenschatlijst (zie bijlage 4)
- ingevulde woordenschatlijst (zie bijlage 5)
- schrijfgerief
- laptop, tablet of gsm met internettoegang

In het boek komen veel moeilijke en nieuwe woorden aan bod. Al deze woorden heeft Arlette met een reden gekozen. In een interview op de radio vertelt ze hier meer over: <https://www.nporadio1.nl/fragmenten/de-taalstaat/0198229d-05a6-7099-8db5-a1ffee50ef93/2025-07-19-arlette-krijgsman-over-haar-boek-web-van-angst> (vanaf minuut 3 tot minuut 4.15).

1. Beluister samen met de lezers het fragment waarin Arlette enkele woorden uitlegt. Bespreek daarna de gebruikte woordenschat in groep. Dat kan aan de hand van onderstaande richtvragen.
 - Welke woorden zijn belangrijk om het verhaal te begrijpen? Waarom?
 - Van welke woorden kan je de betekenis al afleiden? (Bijvoorbeeld bij triade, hier komt 'tri' in voor en dat betekent drie.)
 - Wat vind je ervan dat er zoveel 'nieuwe' woorden gebruikt worden? Hoe beïnvloedt dat je leeservaring?
2. Geef iedere lezer een blanco woordenlijst. Laat ze de belangrijkste woorden opschrijven in de eerste kolom. Daarna geven ze een zelfverzonnen definitie aan dit woord in de tweede kolom, gebaseerd op het verhaal.
3. De lezers zoeken de oorsprong van het woord online op. Ze geven aan uit welke taal het komt en wat het oorspronkelijk betekent.
4. Bespreek de lijsten vervolgens aan de hand van enkele richtvragen in groep.
 - Welke woorden kende je al?
 - Verandert je mening over het boek nu je de verklaringen van deze woorden kent en weet waar ze vandaan komen?
 - Wat is je favoriete woord en waarom?
 - Ken je andere boeken waarin ze woorden uit bestaande talen gebruiken en hier een iets wat afwijkende definitie aan geven? Welke?

4

VERDER LEZEN

Volgende boeken zijn gelinkt aan dit Leesjury-boek door hun onderwerp, thema, soort of genre. Je kan ze tippen aan je juryleden, zelf lezen en/of gebruiken bij volgende leesactiviteiten:

- Zonderling / Laini Taylor (Van Goor, 2019) - magie, dystopie, afgezonderde stad, mysterie
<https://www.boekenzoeker.be/zonderling>
- In het vervloekte hart / Rima Orie (Moon, 2022) - monsters, speciale gave, actie
<https://www.boekenzoeker.be/het-vervloekte-hart>
- De seizoensproeven / Yasmine Van Den Meesch en Jonas De Backer (Pelckmans, 2024) - speciale gave, rebellenbeweging, fantasiewereld, grote stad
<https://www.boekenzoeker.be/de-seizoensproeven>

Volgende bronnen werden gebruikt bij 'Over de maker':

- <https://letkrijgsman.com/>
- <https://www.overamsteluitgevers.com/auteur/2299/arlette-krijgsman.html>

5

EINDTERMEN

Met deze fiche kan je werken aan volgende eindtermen:

Finaliteit doorstroom

- Nederlands - 02.07: De leerlingen drukken zich creatief uit met taal.
- Nederlands - 02.13: De leerlingen geven overeenkomsten en verschillen aan in taaluitingen, taalvariëteiten en talen.
- Nederlands - 02.16: De leerlingen gaan in interactie over de relevantie van literaire teksten voor hun leefwereld, voor de samenleving waarin ze leven en voor de samenleving waarin de teksten ontstonden.
- Lichamelijke en geestelijke gezondheid - 01.02: De leerlingen ontwikkelen gezondheidsvaardigheden in functie van hun fysiek en mentaal welzijn binnen verschillende thema's.
- Burgerschap - 07.04: De leerlingen gaan geïnformeerd, beargumenteerd en constructief in dialoog over maatschappelijke thema's.

Finaliteit arbeidsmarkt

- Nederlands - 02.06: De leerlingen drukken zich creatief uit met taal.
- Nederlands - 02.12: De leerlingen geven overeenkomsten en verschillen aan in taaluitingen, taalvariëteiten en talen.
- Nederlands - 02.13: De leerlingen verwoorden de eigen beleving en interpretatie van literaire teksten.

- Lichamelijke en geestelijke gezondheid – 01.02: De leerlingen ontwikkelen gezondheidsvaardigheden in functie van hun fysiek en mentaal welzijn binnen verschillende thema's.
- Burgerschap – 07.04: De leerlingen gaan geïnformeerd, beargumenteerd en constructief in dialoog over maatschappelijke thema's.

Dubbele finaliteit

- Nederlands – 02.06: De leerlingen drukken zich creatief uit met taal.
- Nederlands – 02.12: De leerlingen geven overeenkomsten en verschillen aan in taaluitingen, taalvariëteiten en talen.
- Nederlands – 02.13: De leerlingen verwoorden de eigen beleving en interpretatie van literaire teksten.
- Lichamelijke en geestelijke gezondheid – 01.02: De leerlingen ontwikkelen gezondheidsvaardigheden in functie van hun fysiek en mentaal welzijn binnen verschillende thema's.
- Burgerschap – 07.04: De leerlingen gaan geïnformeerd, beargumenteerd en constructief in dialoog over maatschappelijke thema's.



Juryleden kunnen online op de boeken reageren. Zo ontstaat er nog meer interactie in de Leesjury-community! Ga naar www.deleesjury.be, klik op 'Lezen' en dan op de gewenste leeftijdsgroep en het boek in kwestie.

© Iedereen Leest en Sammie Stege, 2026
Vormgeving: Simon Bequoye

BIJLAGE 1

Extra hoofdstuk Oliver, Castor en Dolores

Oliver voelt zijn longen branden tegen de tijd dat hij de binnenplaats bereikt. Zijn hardlooprondte langs de academie wordt met de dag langer en vandaag had hij bedacht dat hij ook de trap richting het fabrieksgebied wel deels mee kon nemen. Dat was misschien wat ver gegrepen. Toch dwingt hij zichzelf door te lopen. Zijn stappen zijn slordig en het voelt alsof hij zijn ledematen nauwelijks meer onder controle heeft, maar hij stopt pas als hij naast het standbeeld in het midden van de binnenplaats staat. Hij legt een hand tegen het koele, stenen oppervlak en leunt er met zijn volle gewicht tegenaan. Zijn ogen vliegen langs de muur en richting de grote deuren. De vroege ochtendzon reflecteert als goud in de ramen. Hij hoort vogels zingen in de verte. Verder is de binnenplaats verlaten.

Als hij zeker weet dat hij alleen is, slaakt hij een diepe zucht die bijna meer pijn dan goed doet. Hij voelt een zweetdruppel van zijn haar over zijn neus naar beneden rollen.

‘Overdrijven is ook een vak.’

Oliver schrikt zich dood en draait zich om richting de stem. Hij weet niet eens waarom hij zo schrikt – hij had kunnen horen dat het Dolores was. Ze staat een paar meter van hem vandaan en draagt, hoewel het een zaterdagochtend is, haar trainingsuniform. Haar donkere haren heeft ze netjes opgestoken en haar tas hangt over haar schouder.

‘Ook goedemorgen,’ mompelt Oliver, terwijl hij probeert niet te laten merken dat hij compleet buiten adem is. Dolores trekt een wenkbrauw op.

‘Wat denk je precies dat je bij mij bereikt door stoer te doen? Ik zie je iedere ochtend met je mond open in bed liggen.’

Oliver laat zijn schouders zakken. Ze heeft gelijk. Hij kent Dolores al sinds ze allebei nog luiers droegen en ze delen al zes jaar een kamer met elkaar – en Dolores’ tweelingbroer, Castor. Ze weet alles van hem.

Of nou ja, zo ongeveer.

‘Ik weet het niet,’ zegt hij. ‘Ik had je niet verwacht. Waar ga je heen?’

‘Afspraak met Meck,’ antwoordt ze.

‘Zo vroeg?’ Oliver fronst.

‘Net zo vroeg als jij gaat hardlopen, kennelijk.’

De ochtendzon valt op haar chocoladebruine haren, die bijna rood glimmen. Niet voor de eerste keer staat hij ervan versteld hoe erg ze niet op Castor lijkt, met zijn bijna witte haar en lichtgroene ogen. Ze zijn compleet tegenovergesteld. In uiterlijk, maar ook in karakter.

‘Meck lijkt me niet het type om uit te slapen,’ zegt Oliver dan. Zijn longen voelen eindelijk weer een beetje normaal en hij laat het standbeeld voorzichtig los. ‘Ik loop wel een stuk met je mee onderweg naar de badruimte.’

‘Prima,’ zegt Dolores. ‘Maar niet te dichtbij. Dit uniform is schoon en je stinkt.’

Oliver schudt zijn hoofd met een grijns en volgt haar richting de grote deur. Hij neemt haar opmerking niet persoonlijk, hoewel hij honderd procent zeker weet dat ze het meent. Zo is Dolores nou eenmaal.

De grote hal van de academie is verlaten, maar dat is niet zo vreemd. Zijn vriendin had gelijk: het is erg vroeg. Hij gaat er het liefst rond vijf uur uit, voordat de zon grip op de dag kan krijgen. Het wordt hier warm in de zomer, zelfs in de bergen. Die eerste koele uurtjes zijn hem het vroege opstaan meer dan waard.

‘Waar gaat je afspraak met Meck over?’ vraagt Oliver, terwijl ze samen de trap richting haar kantoor beklimmen. Hij moet er een verder, naar de verdieping met hun slaapzalen en de badruimte.

‘Al sla je me dood,’ Dolores haalt haar schouders op. Je weet het nooit met die vrouw. Misschien heb ik ondergepresteerd in spinklas.’

Oliver trekt zijn wenkbrauwen op.

‘Jij? Nooit.’

‘Je weet het niet, Ollie. Ik zeg het zo vaak,’ begint ze. Oliver draait met zijn ogen, omdat hij precies weet wat er nu komt.

‘Ja, ja. Als je iets vanzelfsprekend vindt ga je fouten maken.’

Dolores is zo gedreven. Niet dat hij de kantjes er vanaf loopt, maar toch. Soms maakt hij zich zorgen om hoe moeilijk het voor haar lijkt om dingen los te laten. Vroeger was ze er beter in. Hij herinnert zich nog goed hoe hij, Dolores en Castor vroeger ‘s nachts naar buiten slopen om naar de sterren te kijken. Dat is er nu niet meer bij.

‘We weten het snel genoeg,’ zegt Dolores dan. Ze legt haar hand op de deurklink richting de gang met docentenkamers. ‘Zie ik je bij het ontbijt?’

Oliver knikt.

‘Ik was me even en dan haal ik Castor op. Onze gebruikelijke tafel.’

Dolores steekt haar duim op en verdwijnt dan door de grote deur. Vreemd. Als hij haar niet beter had gekend had hij gedacht dat ze zich zorgen maakte. Maar wat kan zij nou te vrezen hebben van Meck? Ze is de beste student die de academie ooit gehad heeft. En dat zijn niet eens Olivers woorden.

Misschien is ze gewoon te streng voor zichzelf. Dat zal het zijn. De Thesis komt steeds dichterbij. Dat blijft spannend.

Oliver beklimt de laatste trap en wandelt richting de badruimte. Gelukkig is het hele vertrek verlaten, want hij heeft er een hekel aan om onder de douche te springen als er ook anderen zijn. Hij wast zichzelf grondig maar snel. Het grote, warme zwembad is aantrekkelijk, maar hij kent zichzelf. Als hij zich daar eenmaal door laat verleiden mist hij straks het ontbijt én zijn eerste les. Daarom zet hij de douche nog een tandje kouder en spoelt hij snel de shampoo uit zijn haar. Misschien vanavond.

Als hij even later droog is, vertrekt hij naar zijn kamer. Hij heeft een van de badjassen aangetrokken die voor de studenten beschikbaar worden gesteld, zodat hij zich niet in zijn vieze hardloopkleding hoefde te wurmen. Het donkere tapijt op de vloer is zo zacht aan zijn voeten. Hij laat zichzelf er even van genieten terwijl hij de kamers van zijn medestudenten passeert. Bij de deur van Tamar aarzelt hij. Hij kan even aankloppen om te vragen of ze ook mee wil naar het ontbijt, maar dan loopt hij wel het risico dat hij een van

haar twee kamergenoten tegenkomt.

Oliver besluit dat hij dat maar beter kan voorkomen en loopt drie deuren verder, naar zijn eigen kamer. Hij doet geen moeite om stil binnen te komen. Dolores is immers bij Meck en hij kan zich niet voorstellen dat Castor nog slaapt. Toch ziet hij, als hij zijn natte handdoek en vieze kleding over de stoel gooit, een bult onder het dekbed die er verdacht veel uitziet als een opgekruld mens. Hij werpt een blik op de klok boven de deur. Tien over half acht. Dat betekent dat hij het luiden van de bel al twee keer genegeerd heeft. Over tien minuten moeten ze onderweg zijn naar het ontbijt.

Oliver zou natuurlijk de dekens van Castor af kunnen trekken. Als hij een paar jaar jonger was geweest had hij dat misschien ook wel gedaan. Hij herinnert zich de vele kussengevechten en rondjes tikkertje door de kamer nog goed. Op een gegeven moment waren ze er overheen gegroeid, maar er zijn dagen dat hij het mist. Nu is het zo aanlokkelijk om gewoon even te vergeten wie hij is of waar hij voor studeert, om gewoon even een jongen van zeventien te zijn. Om een ruk aan het donkerblauwe laken te geven.

Hij doet het niet.

In plaats daarvan kruipt hij naast de vorm op het smalle eenpersoonsbed. Castor beweegt wat onder de dekens en mompelt iets, maar Oliver verstaat hem niet. Hij laat zijn arm ongeveer over Castors middel vallen.

‘Wat was dat?’ vraagt hij plagend.

‘Ga-weg,’ klinkt het, nu iets duidelijker, van onder de hoop dekens. Oliver lacht. Castor is nooit een ochtendmens geweest.

‘Toch een beetje te laat opgebleven gisteren?’

‘Ollie,’ Castor zegt het zo dramatisch mogelijk. Toch beweegt hij een beetje, zodat zijn witte haar zichtbaar wordt. Het zit ontzettend in de war.

‘Weet je, er zijn dagen dat ik gewoon niet geloof dat jij en Dolores een tweeling zijn,’ zegt Oliver, terwijl hij Castors imposante ochtendkapsel bestudeert. ‘Want hoe kan het dat ik haar om zes uur in vol ornaat tegenkwam op het binnenplein terwijl jij eruit ziet alsof je drie daimons hebt bevochten in je slaap?’

‘Wie zegt dat ik dat niet heb?’ zegt Castor knorrig, maar hij lijkt iets meer in het land der levenden. ‘Misschien heb ik me wel nuttig gemaakt vannacht.’

‘Dat zou dan ook voor het eerst zijn.’

Castor trekt een gezicht, en een seconde later ziet Oliver helemaal niets meer, omdat zijn vriend zijn kussen in zijn gezicht heeft geduwd. Lachend probeert hij de ander van zich af te worstelen, maar Castor is sterker dan hij er op het eerste oog uitziet. Hij mag dan wel een slungel zijn, het lukt Oliver nooit om hem te verslaan in dit soort situaties.

‘Dat neem je terug!’ zegt hij.

‘Nooit!’

Castor trekt het kussen opzij. Zijn lichte ogen kijken Oliver onderzoekend aan, alsof ze ergens op wachten. Zijn grijs verstomt een beetje. Oliver bekijkt hem en beseft wederom dat hij geen genoeg kan krijgen van Castors gezicht.

‘Denk je dat echt?’ vraagt hij dan.

'Wat?' fronst Oliver, die was afgeleid door hoe mooi de ander was. Zo grappig, denkt hij, want dat had hij nog nooit over Dolores gedacht, en afgezonderd van hun haarkleur lijken ze als twee druppels water op elkaar. 'Dat ik nooit nuttig ben?'

Even staart Oliver hem aan, maar dan moet hij lachen. Hij ziet dat dat niet de juiste reactie is, want Castor fronst, maar hij kan het niet helpen.

'Je bent gek,' zegt hij dan, en hij trekt Castor naar beneden om hem een kus te geven. Dat zou de boodschap helderder moeten overbrengen dan zijn woorden het kunnen.

Hij zou willen dat de tijd stil bleef staan, maar helaas. Hij heeft Castor pas net écht een beetje kunnen laten zien hoe nuttig hij hem vindt als de deur open zwaait. Hij duwt zichzelf omhoog op zijn ellebogen en ziet Dolores in de deuropening staan. Ze lijkt niet onder de indruk.

'Wat een verrassing,' zegt ze. 'Komen jullie? Anders zijn we te laat voor het ontbijt.'

Bron: <https://letkrijgsman.com/snippet-1-oliver-castor-dolores/>

BIJLAGE 2

Schrijffiche extra hoofdstuk

Proloog Web van Angst

Personage: Castor / Dolores
(omcirkel wie je kiest)

Schrijf hier het eerste deel van je verhaal. Baseer je hiervoor op het extra hoofdstuk van Oliver.

Castor: Begin met 'Castor voelde hoe het gewicht van Oliver zijn matras indrukte...'

Dolores: Begin met 'Dolores kon vanaf de andere kant van het binnenplein zien dat Oliver stond te hijgen alsof hij net een marathon had gelopen.'

Mijn tekst:

Schrijf hier het tweede deel van je verhaal. Ga verder vanaf het moment dat de proloog van Oliver stopt. Je gaat dus verder vanaf het moment dat Dolores de deur open doet en Castor en Oliver kussend aantreft.

Mijn tekst:



BIJLAGE 3

EHBA - kaartjes



EHBA Methode: BOX–ademhaling

Hoe lang duurt de oefening?

Wat heb ik nodig voor deze oefening?

Waar moet ik zijn voor deze oefening?

Stappenplan:

EHBA Methode: 3-3-3 regel

Hoe lang duurt de oefening?

Wat heb ik nodig voor deze oefening?

Waar moet ik zijn voor deze oefening?

Stappenplan:

EHBA Methode: Aardingsoefening

5-4-3-2-1

Hoe lang duurt de oefening?

Wat heb ik nodig voor deze oefening?

Waar moet ik zijn voor deze oefening?

Stappenplan:

EHBA Methode: Bodyscan

Hoe lang duurt de oefening?

Wat heb ik nodig voor deze oefening?

Waar moet ik zijn voor deze oefening?

Stappenplan:

EHBA Methode: Positieve visualisatie

Hoe lang duurt de oefening?

Wat heb ik nodig voor deze oefening?

Waar moet ik zijn voor deze oefening?

Stappenplan:

EHBA Methode: Laat je lichaam schudden

Hoe lang duurt de oefening?

Wat heb ik nodig voor deze oefening?

Waar moet ik zijn voor deze oefening?

Stappenplan:

EHBA Methode: Ga wandelen

Hoe lang duurt de oefening?

Wat heb ik nodig voor deze oefening?

Waar moet ik zijn voor deze oefening?

Stappenplan:

EHBA Methode: Schrijf angsten op

Hoe lang duurt de oefening?

Wat heb ik nodig voor deze oefening?

Waar moet ik zijn voor deze oefening?

Stappenplan:

EHBA Methode:

Hoe lang duurt de oefening?

Wat heb ik nodig voor deze oefening?

Waar moet ik zijn voor deze oefening?

Stappenplan:

Blanco woordenschatlijst

[illegible]

BIJLAGE 5

Ingevulde woordenschatlijst

Woorden uit het boek	Betekenis in het boek	Gebaseerd op welk woord	Oorsprong woord	Oorspronkelijke betekenis woord
<u>Apaat</u>	Iemand die kan schaduwspinnen en op die manier daimons kan vangen en vernietigen.	Apatheia	Oudgrieks	Zonder gevoel
<u>Triade</u>	Een groep van 3 apaten die samenwerken en vaak een goede band hebben.	Trias	Oudgrieks	Drietal
<u>Ataraxia</u>	De academie waarop apaten leren hoe ze moeten schaduwspinnen en hun angsten onder controlen moeten houden.	Atarassein	Oudgrieks	Onverstoorbaarheid of vrijheid van de zielsrust
<u>Peras</u>	De medicatie die de inwoners slikken tegen hun angst. Ze worden hier gevoelloos van.	Peras	Oudgrieks	Het begrensde, eindige
<u>Daimons</u>	Angst in de vorm van schaduw-monsters. Het zijn deze wezens waar apaten tegen vechten.	Daimon	Oudgrieks	Een bovennatuurlijk wezen, een geest
<u>Logos</u>	De gebarentaal die ze gebruiken in Agathon voor de dove inwoners.	Logos	Oudgrieks	Woord, rede of taal
<u>Agathon</u>	De stad waarin het verhaal zich afspeelt.	Agathos	Oudgrieks	Goed, edel, deugdzaam