

Ja-maar...

wat is dit voor een kaartspel?

Doel

Het omdenken-opvoedspel is bedoeld om lastig gedrag van een kind 'om te denken' tot er een nieuwe mogelijkheid ontstaat.

Voor wie

Dit spel kan gespeeld worden in elke situatie waarin sprake is van een kind dat lastig gedrag vertoont: school, gezin, sportclub of scouting. Het spel is zowel geschikt om in de persoonlijke als in de professionele sfeer te spelen. Niet iedereen hoeft het kind te kennen. De enige voorwaarde is dat 'de probleemhebber' als opvoeder rechtstreeks met het kind te maken heeft.

Achtergrond

In de visie van omdenken is lastig gedrag niets anders dan 'ruwe energie, ongestold verlangen, een behoefte die zich op een stuntelige manier uitdrukt'. Het kenmerkende van omdenken is dat je het lastige gedrag niet oplost, je werkt het ook niet weg, maar je gebruikt het in je eigen voordeel. Je zou ook kunnen zeggen: de energie die nodig is om lastig gedrag te veroorzaken, gebruik je in positieve zin. Je maakt van een vijand een bondgenoot. Van een gebrek een talent. Van een probleem een mogelijkheid.

De kerngedachte van omdenken is dat je 'ja' zegt tegen de werkelijkheid, dat je stopt je te verzetten tegen problemen, maar de dingen accepteert zoals

ze zijn. Hoe moeilijk dat soms ook is. Dat doe je door eerst het probleem tot feiten te 'deconstrueren' en daarna op basis van de feiten een nieuwe mogelijkheid te 'construeren'. Een voorbeeld.

Rennen in de gang

Hoe vaak werd het vroeger tegen jou geroepen op school? 'Niet rennen in de gangen!' En hoe vaak deed je het alsnog? Precies. Kinderen willen nou eenmaal rennen. Maar dat kan natuurlijk gevaarlijke situaties opleveren in de gangen van een school. En dus zijn we geneigd rennen in de gang als lastig gedag te definiëren. Tegelijkertijd vinden we dat kinderen meer zouden moeten bewegen. In feite een schizofreen probleem.

De Deense Tovshøjskolen-school vindt het geen goed idee het rennen te verbieden. Dat hadden ze per slot van rekening al jaren gedaan. Zonder enig resultaat. Wat doen ze wél? Precies het tegenovergestelde. Ze splitsten de gang in twee delen, een loop- en een rengedeelte. Als je je in het rengedeelte van de gang bevindt, moet je rennen.

Het proces van omdenken bestaat uit twee simpele stappen, die je op elk probleem toe kan passen. Stap 1: maak van een ja-maar (iets wat jij niet wilt) een ja, van een probleem een feit. In dit geval: rennen in de gang is geen probleem waar je je tegen zou moeten verzetten, het is gewoon een *feit*. Zeg er simpelweg 'ja' tegen. Beschrijf de dingen zoals ze zijn en niet zoals ze volgens jou zouden-moeten-zijn. Deze stap kan je omschrijven als 'deconstructie': je deconstrueert een probleem tot een feit.

Vervolgens maak je van dit feit, door er ja-en tegen te zeggen, er helemaal in mee te gaan, een nieuwe *mogelijkheid*. Wat als 'rennen in de gang' nou eens

de bedoeling zou zijn?! Door deze gedachtesprong zou je op het concept van 'rennen in de gang' kunnen komen. Deze tweede stap kan je omschrijven als 'constructie': je construeert vanuit de feiten een nieuwe mogelijkheid.

Van deconstructie tot constructie.

Van ja-maar tot ja-en.

Van zou-moeten-zijn naar zou-kunnen-zijn.

Van probleem tot mogelijkheid.

Berthold Gunster
Utrecht, oktober 2015

Noot

Twee noten. Ten eerste. Met 'opvoeder' wordt in het spel diegene bedoeld die verantwoordelijk is voor het kind waar het over gaat. Dat kan dus een ouder zijn, maar ook een medewerker van de overblijf, leerkracht, orthopedagoog, oma, psycholoog of badmeester. Ten tweede. Met 'hij' bedoelen we (uiteraard) zowel hij als zij.

De vier vragen

Dit spel is gebaseerd op het boek *Lastige kinderen, heb jij even geluk* van Berthold Gunster. Het boek gaat over het omdenken van lastig gedrag in onderwijs en opvoeding. In dit hoofdstuk geven we de kerngedachte van het boek weer.

Voor elk probleem geldt dat er drie manieren zijn waarmee we ermee om kunnen gaan. De eerste, meest voor de hand liggende, is die van het *oplossen*. Simpel. Het lastige is alleen dat als het gaat om lastig gedrag – en daar gaat dit kaartspel over – oplossen meestal niet werkt. Nogal wat problemen rond kinderen zijn nou eenmaal complex en niet 1-2-3 op te lossen.

De tweede optie is de kern van dit kaartspel, het probleem *omdenken*. Daarnaast is er nog een derde optie, *loslaten*. Het probleem simpelweg laten voor wat het is. Er verder geen energie in stoppen. Loslaten lijkt passief en berustend, maar verrassend genoeg kan loslaten ook tot een nieuwe mogelijkheid leiden. Daarom is de kunst te kunnen loslaten een wezenlijk bestanddeel van het omdenken.

Ter illustratie van het principe van het loslaten: De metro in New York had decennialang last van vuilnis. De oplossing? Meer en meer vuilnisbakken plaatsen. Werkte deze aanpak? Nee. Integendeel. De vervuiling nam alleen maar toe. Totdat men besloot de vuilnisbakken helemaal weg te halen. Je zou kunnen zeggen dat ze het principe van de vuilnisbak 'loslieten'. Het effect? Stations zonder vuilnisbak produceerden 50 tot 67 procent minder afval dan toen ze er nog wel stonden. Een woordvoerder van

de metro New York zegt: 'Als onze passagiers hun afval nergens kwijt kunnen, dan nemen ze het mee.'

Om te bepalen welke benadering het beste is – loslaten, oplossen, omdenken – zijn er vier omdenkvragen.



1. Wat is het probleem?

Op deze kaarten staat het symbool van een vraagteken.



2. Is het een echt probleem?

Vragen van deze categorie hebben een bliksemschicht.



3. Ben jij niet het probleem?

Op deze kaarten staat een pijl die een driekwart cirkel maakt.



4. Is het probleem de bedoeling?

Hierop staat een uitroepteken.

Vraag 1. Wat is het probleem?

De eerste vraag klinkt verraderlijk simpel. Wat is het probleem? Toch is een probleem benoemen (veel) lastiger dan het lijkt. Een probleem bestaat altijd uit een tegenstelling tussen feiten enerzijds en verwachtingen anderzijds. Om een probleem adequaat te kunnen benoemen is het dus de kunst beide categorieën, zowel de feiten als de verwachtingen, accuraat te benoemen.

Uiteraard is het de kunst het probleem toereikend in beeld te brengen. Problemen staan bijna nooit op zichzelf. Er is bijna altijd sprake van een samenhang van meerdere factoren. Een systeem. Je zou bijvoorbeeld kunnen zeggen 'ik heb er last van dat mijn kind zo druk is' en dat dan ontleden

in tegenstelling tot enerzijds verwachting ('ik wil graag rust aan mijn hoofd') en anderzijds feiten ('mijn zoontje rent de hele dag door het huis'). Daarmee lijkt het probleem wel in kaart gebracht, maar het is natuurlijk een zeer oppervlakkige en vooral ontoereikende beschrijving van de situatie, die meteen allerlei vragen oproept. Hoe druk is hij dan (precies), wat vind jij eigenlijk 'druk', wat verwacht jij dan aan rust (precies), hoe zit jullie huis in elkaar, is hij op school ook druk, is hij altijd druk (of vooral na het eten), hoe is zijn slaapgedrag, vindt je partner je zoontje ook druk, zijn er nog andere kinderen in het gezin, et cetera. Kortom, voordat je een probleem aan kunt pakken, is het de kunst een toereikende beschrijving van het probleem te geven. Ik kies hierbij bewust voor het woord 'toereikend', omdat een volledige beschrijving niet alleen onmogelijk is, maar ook onnodig.

We zijn geneigd om bij elk probleem op zoek te gaan naar de oorzaken en het liefst alle oorzaken in beeld te brengen, inclusief hun onderlinge samenhang. We denken dat we 'de oorzaken' moeten kennen om 'het probleem' te begrijpen. Maar die oorzaken zijn er vaak helemaal niet. Toch zijn we met dit denken besmet. Op school kregen we vragen voorgeschiedeld als 'Wat zijn de vijf belangrijkste redenen waarom de NSDAP in Duitsland in de jaren twintig van de vorige eeuw voet aan de bodem kreeg?' of 'Wat zijn de drie belangrijkste oorzaken waarom het voormalig Oostblok ophield te bestaan?' Dergelijke vragen simplificeren de complexiteit van de werkelijkheid. Alsof de werkelijkheid als een soort klok functioneert en nauwgezet alle onderdelen kan analyseren. Onderdeel kapot? Vervangen! We denken dat als we de oorzaak van een probleem nou maar wegnemen, daarmee het probleem is opgelost. Helaas werkt het zo vaak niet. En als het gaat om lastig gedrag

werkt deze manier van problemen oplossen bijna per definitie niet. Lastig gedrag is bijna altijd complex. Er zijn te veel variabelen bij betrokken om op zoek te gaan naar één simpele oorzaak.

Zoals gezegd, het kernwoord is *toereikend*. Zeker als het gaat om pijnlijke problemen, zijn we nogal eens geneigd uitputtend te zoeken naar verklaringen waarom het probleem is zoals het is. Hoe verstandig die verklaringen soms ook klinken, de vraag is interessant of we niet gewoon bezig zijn met 'verklaren' om maar niets met het probleem te hoeven doen. Nogal eens is een verklaring niets meer dan een excuus.

Je zal merken, door na te denken over wat het probleem precies is, dat heel wat 'problemen' als vanzelf zullen verdwijnen. Door serieus te onderzoeken hoe druk je zoontje is, zou je weleens tot de conclusie kunnen komen dat hij helemaal niet druk is. Of misschien kom je er al onderzoekend achter dat er eigenlijk een heel ander probleem is. Misschien heb je zelf te weinig uitdaging als moeder van een alleenstaande zoon en ga je allemaal 'problemen' zoeken, om zelf maar ergens van toegevoegde waarde te kunnen zijn. Wie weet heb jij een problematische zoon nodig om een goede moeder te kunnen spelen. *Who knows*.

Kortom, de eerste vraag 'wat is het probleem?' helpt je om te definiëren wat het probleem precies is en wat je ermee kunt doen. Kan je het oplossen? Los het op. Probleem weg. Moet je het loslaten? Laat het los. Het probleem is er nog steeds, maar je hoeft er niets mee. Alleen als je denkt dat het probleem om te denken is, ga je door naar vraag 2.

De tweede vraag heeft te maken met de *urgentie* van het probleem. Is het een groot of klein probleem, een berg of een molshoop? Hoe erg is het dat je regelmatig ernstige conflicten hebt met je opgroeiende dochter? Horen die er niet gewoon bij? In onze keurig aangeharkte wereld hebben we de neiging overal problemen van te maken. Moeten we kleine ongemakken, onhandigheden en dagelijkse frustraties niet beschouwen als een vanzelfsprekend deel van het leven? Wij hebben de macht om te bepalen of er over een probleem moet worden nagedacht, maar wij hebben ook de macht om te bepalen of we het probleem laten voor wat het is. Niet omdat het er niet is, maar simpelweg omdat de sop de kool niet waard is.

Is deze tweede vraag een moeilijke vraag? Nee. Maar wel een cruciale. Het is een belangwekkend filter: het scheelt je immers een hoop tijd en gedoe om te bepalen een probleem simpelweg te laten voor wat het is. Is het een molshoop? Laat het los.

Vraag 3. Ben jij niet het probleem?

De derde vraag is de meest intrigerende van de vier vragen. Bijna elke keer als we met een probleem geconfronteerd worden, hebben we het gevoel alsof de buitenwereld ons ergens mee confronteert. Problemen komen voor je gevoel naar je toe. Je wordt erdoor overvallen. Je zoon heeft ADHD. Dus heb jij een probleem. Door wie hij is. Je dochter heeft een grote mond. Jij moet de gevolgen dragen.

Het lastige is: problemen komen niet 100% van buiten, ons eigen gedrag en onze eigen verwachtingen zijn deel van het probleem. Wij willen dat een dochter beleefd is. Wij willen een rustige zoon. Zo zijn ook onze 'oplossingen' vaak

deel van het probleem. Sterker nog, vaak *zijn* onze 'oplossingen' het probleem. Wat is het effect van een kind iets verbieden? Dat het datgene wat verboden wordt alleen maar des te liever wil. Onze 'oplossing' maakt in zo'n geval het probleem groter. Deze manier van denken noem ik vastdenken: van een probleem een ramp maken.

Of wij iets als een probleem ervaren, hangt per definitie samen met onze *verwachtingen*. Het goede nieuws daarvan is: die verwachtingen kunnen we bijstellen. Net zoals wij verwachten dat ons zoontje 'rustig' is, kunnen we ook verwachten dat hij 'levendig' is. Door de verwachting bij te stellen is het probleem als het ware uiteengevallen. Het is verdampt.

Het is mijn ervaring dat misschien wel de helft van alle 'omdenkverhalen' niet zozeer betrekking hebben op situaties waarin omgedacht is, als wel waarin *gestopt* is met vastdenken. Door vast te denken houden we problemen in stand, door te stoppen met vastdenken, vallen problemen uiteen. Stoppen met vastdenken is dan ook een van de meest effectieve strategieën van het omdenken. We hoeven er niets voor te doen, we moeten er alleen iets voor laten: we moeten vooral stoppen met oplossen. Stoppen-met-vastdenken is dan ook een van de meest effectieve omdenkstrategieën.

Veel omdenkverhalen in mijn boeken en op de website van omdenken hebben betrekking op deze variant van omdenken, het stoppen-met-vastdenken. Bij de lezers roepen ze nogal eens de vraag op: 'Maar wat is dan de nieuwe mogelijkheid?' Dat is een begrijpelijke en terechte vraag. Het precieze antwoord is echter dat er twee varianten van omdenken zijn. De eerste is die waarbij je stopt

met vastdenken (en dus een bestaand probleem verdampt, het verdwijnt simpelweg), de tweede vorm van omdenken is die, waarbij een bestaand probleem getransformeerd wordt tot een nieuwe mogelijkheid.

Kunnen stoppen met vastdenken is als omdenken-vaardigheid dan ook uiterst belangrijk. Je zou het ook anders kunnen formuleren: het is volkomen zinloos om te proberen bestaande problemen om te denken, als we niet eerst inzien dat wij voortdurend bezig zijn sommige problemen zelf te creëren. Laten we daar eerst mee ophouden. Scheelt een hele hoop gedoe. Daar is deze derde vraag voor bedoeld.

Vraag 4. Is het probleem de bedoeling?

Als ons probleem ook het derde filter – zijn wij niet het probleem? – heeft overleefd, zijn we aangekomen bij de vierde en laatste vraag: 'Is het probleem de bedoeling?' Deze vraag vormt de opmaat naar het eigenlijke omdenken zelf. Zou het zo kunnen zijn dat ons probleem ons rechtstreeks tot een nieuwe mogelijkheid zou kunnen leiden? Hoe kan ik de energie die in het probleem opgesloten zit, gebruiken om er een nieuwe mogelijkheid van te maken? Zou het probleem, kortom, niet de bedoeling kunnen zijn?

In Lastige kinderen, heb jij even geluk ga ik uitgebreid in op deze vierde en laatste vraag. In de loop der jaren heb ik honderden verhalen verzameld, waarin lastig gedrag werd omgedacht. Die verhalen heb ik voor mij op een grote tafel gelegd en mezelf de vraag gesteld: Wat hebben deze verhalen met elkaar gemeen? Is er een patroon in te ontdekken? Uiteindelijk kwam ik erachter dat volwassenen door open te staan voor het verlangen van kinderen, samen met hen in staat waren lastig gedrag te transformeren.

Waarom is verlangen zo belangrijk? Omdat het de aandacht verlegt van datgene wat je als volwassene niet wilt (het lastige gedrag) naar datgene wat een kind wél wil (het verlangen). Door te denken in termen van 'lastig gedrag' problematiseren we kinderen, door te denken in termen van 'verlangen' nemen we hun achterliggende behoeften serieus. We zien ze niet langer als potentiële vijand, maar als bondgenoot.

De grote vraag is vervolgens: waar verlangt een kind dan naar? Op basis van mijn onderzoek kom ik tot de conclusie dat ieder kind drie cruciale verlangens heeft: erkenning, autonomie en competentie. Met erkenning bedoel ik dat een kind mag voelen wat het voelt, denken wat het denkt en zijn wat het is. Een kind dat zich erkend voelt, voelt zich geliefd zoals het is. Inclusief alle gedoe. Autonomie betekent dat een kind zo veel mogelijk verantwoordelijkheid krijgt, zelf over zo veel mogelijk zaken mag beslissen. Competentie ten slotte betekent dat een kind zich competent voelt, in staat is de eisen die het leven stelt het hoofd te bieden. Een competent kind is zelfverzekerd, heeft het gevoel de wereld aan te kunnen.

Deze drie begrippen – erkenning, autonomie en competentie – vormen het hart van omdenken in opvoeding en onderwijs. Je zou het ook om kunnen keren: als een kind zich erkend voelt, als autonoom wezen behandeld voelt en zich competent voelt, waarom zou het dan nog lastig gedrag vertonen?!

Het spel

Vooraf

Om het omdenken-opvoedspel inhoudelijk goed te kunnen spelen, zijn twee aspecten van belang: een goede gespreksleider en enige kennis van het principe van het omdenken. Doel van het kaartspel is immers om lastig gedrag echt 'om te denken', er op een nieuwe manier tegenaan te kijken.

Het is onze ervaring dat dat niet altijd even makkelijk is. We zijn met huid en haar aan onze kinderen verbonden. Praten over lastig gedrag wordt nogal snel emotioneel. Bovendien heeft iedereen over lastig gedrag wel een mening en (dus) ongevraagde tips en goede bedoelingen. Praten over kinderen wordt al snel net zoiets als praten over het nationale voetbalelftal, het weer of de Nederlandse Spoorwegen: iedereen heeft wel een mening, maar bijna niemand heeft er echt verstand van.

Over de rol van de spelleider zullen we het verderop hebben. Eerst zullen we het spel zelf bespreken.

Hoe werkt het?

1. Gespreksleider

De groep kiest uit haar midden een gespreksleider. De gespreksleider kan rouleren per probleem dat besproken wordt. De gespreksleider legt uit (als dat nodig is) wat omdenken is en vertelt de spelregels. De spelleider kan daartoe een korte instructievideo laten zien, die speciaal voor dit spel gemaakt is, zie www.omdenken.nl/kaartspel.

2. Probleem

Een van de aanwezigen brengt een probleem in. Deze persoon is de 'probleemhebber'. De probleemhebber legt in één minuut zijn probleem uit. Korte vragen ter verduidelijking zijn toegestaan, maar alleen als dat absoluut noodzakelijk is. Vragen stellen kan immers altijd nog. Het is de taak van de gespreksleider dit deel zo kort mogelijk te houden.

3. Kaarten

Het spel bevat twee soorten kaarten: Vraagkaarten met een van de vier vraagtekens.



Interventiekaarten met het interventieteken.



De interventiekaarten zijn exclusief voor de spelleider. Iedere deelnemer krijgt vijf vraagkaarten, ook de probleemhebber zelf. Iedereen houdt zijn kaarten altijd verborgen voor de anderen. De kaarten die overblijven vormen een stapel. De stapel wordt in het midden van de tafel gelegd. De spelleider neemt voor zichzelf vijf kaarten van de interventiekaarten. De overgebleven interventiekaarten vormen een tweede stapel in het midden van de tafel.

4. Start

Nadat de probleemhebber zijn of haar probleem kort en bondig uiteen heeft gezet, stellen de deelnemers een voor een met de klok mee een vraag. Ook de probleemhebber mag, als hij aan de beurt is, een vraag aan zichzelf stellen. Bij het vragen stellen moet iedereen steeds een keus maken uit een van de vijf kaarten. Het is nadrukkelijk niet toegestaan te passen, kaarten te ruilen of zelf een vraag te verzinnen. Het aardige van het spel is dat er gekozen moet worden uit de vijf beschikbare kaarten. Heb je alleen maar 'stomme vragen'? Geen probleem. Of de vraag is echt 'stom' en hij kan dus kort beantwoord worden, of de ogenschijnlijke stomme vraag werpt onverwachts een totaal nieuw licht op het probleem.

De probleemhebber geeft vervolgens antwoord op de vraag. De vraagsteller mag – alleen als dat absoluut noodzakelijk is – kort doorvragen. De gespreksleider checkt of de vraag naar tevredenheid is beantwoord en geeft de beurt aan de volgende speler. De vraagsteller legt de oude vraag onder op de stapel en pakt een volgende kaart van de stapel.

5. Tips

Naarmate de spelleider er beter in slaagt het tempo (heel) hoog te houden, wordt de kwaliteit van het spel beter: (te) lang blijven hangen bij het beantwoorden van één vraag werkt contraproductief. De spelleider moet streng en met discipline bewaken dat het alleen gaat om het stellen en beantwoorden van vragen. Discussiëren, psychologiseren evenals het geven van ongevraagde tips of oplossingen is uitdrukkelijk niet toegestaan.

6. Omgedacht

Zodra een van de deelnemers het idee heeft dat hij weet hoe het probleem kan worden omgedacht, slaat hij op tafel. Dit mag iedere deelnemer elk moment van het spel doen. De regel is dat een 'omdenking' altijd voorrang heeft. Degene die op tafel geslagen heeft vertelt zijn 'omdenking'.

Als de probleemhebber van mening is dat het probleem inderdaad is omgedacht (dus nadrukkelijk niet opgelost of weggewerkt is), dan is de ronde ten einde. Is dit niet het geval, dan gaat het spel weer verder.

Zoals gezegd: op tafel slaan mag op elk moment van het spel, zelfs meteen na de uitleg al. Laat je vooral door je intuïtie leiden. Wat dat betreft is het beter een paar keer een slechte suggestie te doen, dan helemaal geen suggestie. Wees niet bang met slechte ideeën te komen. Integendeel. De 'slechtste' ideeën zijn vaak de beste. Om misverstanden te voorkomen: het kan zo zijn dat andere spelers van mening zijn dat het probleem is omgedacht en de probleemhebber niet. In dat geval is de mening van de andere spelers uiteraard niet interessant. Het gaat erom dat de probleemhebber daadwerkelijk ervaart dat zijn of haar probleem omgedacht is. De probleemhebber heeft altijd het laatste woord.

Overigens. Het eind van het spel hoeft niet per definitie te betekenen dat het probleem is omgedacht. Het kan goed zijn dat de probleemhebber een inzicht krijgt waardoor het probleem opgelost of losgelaten kan worden.

7. Interventiekaarten

De spelleider heeft kaarten met , dit zijn interventiekaarten. Elke keer als de spelleider aan de beurt is, moet hij een van de opdrachten kiezen en laten uitvoeren. Dit 'moeten' is een nadrukkelijke voorwaarde. Ook de spelleider mag niet passen of kaarten ruilen. Net zoals dat bij de vraagkaarten het geval is, geldt ook voor de interventiekaarten dat de spelleider soms alleen maar 'stomme' opdrachten heeft. Het is ook hier onze ervaring dat 'stomme' interventies vaak tot nieuwe inzichten leiden. Geef dus als spelleider soms een 'stomme' opdracht. Waarom niet? Als je doet wat je altijd hebt gedaan, krijg je immers wat je altijd kreeg. Alleen als je af en toe verdwaalt, kan je op plekken komen waar je niet eerder bent geweest. Precies dat is het doel van het spel.

Variatie

Er is een variatie van het spel mogelijk, waarbij in twee rondes gespeeld wordt. De kaarten worden in dat geval in drie stapels verdeeld: een eerste stapel met de interventiekaarten (voor de spelleider), een tweede stapel met de vraagkaarten met het symbool van het vraagteken en een derde stapel met de drie andere categorieën door elkaar (bliksem, pijl, uitroepetekens).

Bij deze variatie wordt eerst een ronde met alleen de onderzoekende vragen gespeeld (waarbij de stapel met de kaarten met het vraagteken gebruikt wordt). Er wordt net zolang doorspeeld totdat het probleem toereikend in beeld gebracht is. Daarna volgt een tweede ronde met kaarten van de derde stapel (bliksemschicht, pijl, uitroepetekens).

Deze tweede spelvorm raden we aan bij complexere problemen, waarbij het verstandig is om als

gezelschap eerst het probleem zorgvuldig in beeld te brengen en zodoende vraag 1 te beantwoorden: 'Wat is het probleem?'

Kinderen

'Kunnen kinderen het spel meespelen, ook als het lastige probleem hen zelf betreft?' Die vraag is ons regelmatig gesteld. Wat ons betreft is dat per kind en per situatie verschillend. Sommige 8-jarige kinderen kunnen prima reflecteren, niet alleen op anderen, maar ook op zichzelf. Sommigen 18-jarigen kunnen het nog steeds niet en zullen het misschien ook wel nooit kunnen.¹ Wat ons betreft geldt een simpel uitgangspunt: oordeel zelf, als het even kan, laat kinderen vooral meedoen. Leuk, spannend en (mogelijk) voor alle betrokkenen op een verrassende manier confronterend.

Wellicht ten overvloede: gebruik het spel niet als middel om het kind op te voeden, de les te lezen of te laten voelen 'hoe moeilijk ie doet'. Respecteer een kind zoals je zelf gerespecteerd wilt worden.

¹ Overigens geldt dat ook voor nogal wat volwassenen...

Do's

Gebruik een van de vijf kaarten.

Vraag alleen door indien nodig.

Luister zo neutraal en open mogelijk.

Respecteer de probleemhebber.

Luister naar elkaar.

Neem de tijd.

Don'ts

Wissel kaarten met elkaar of de stapel, laat je beurt voorbijgaan, interpreteer de vraag op jouw manier, stel er (stiekem) een extra vraag bij.

Vraag door om 'oorzaken' te vinden, een 'beter beeld' te krijgen of 'verbanden' te vinden; vraag door om stiekem tips, suggesties of interpretaties te geven.

Geef ongevraagd je mening, tip, advies of analyse. Laat door middel van geluiden (zuchten) of gebaren (wenkbrauwen fronsen) merken wat je ervan vindt. Vertel dat je je 'herkent' in het probleem, vertel eigen ervaringen. Huil mee met de wolven.

Laat tussen neus en lippen door merken dat jij deskundiger, ervarener en vooral intelligenter met dit probleem om zou gaan dan de probleemhebber. Laat demonstratief merken hoe goed je de probleemhebber 'begrijpt'. Speel therapeut, psycholoog of coach. Liefst tegelijkertijd.

Val anderen in de rede, stel voor je aan de beurt bent een vraag, stel voor de regels van het spel aan te passen ('Kunnen we er niet gewoon over praten'), neem alle ruimte om een eigen (emotioneel) betoog te houden.

Heb haast, laat merken dat je je eraan ergert dat het proces 'te langzaam' gaat, wip op je stoel, zucht en steun, kijk op je horloge of mobiele telefoon.

Spelleider

Het belang van de rol van de spelleider kan niet onderschat worden. Om het spel goed te spelen is goed leiderschap van cruciaal belang. Een goede spelleider houdt de volgende aandachtspunten in de gaten.

Proces

Een goede spelleider concentreert zich primair op het proces. De spelleider doet inhoudelijk niet actief mee (tenzij hij briljant is en beide rollen met gemak kan combineren). De enige momenten dat de spelleider inhoudelijk invloed uitoefent, zijn de momenten waarop hij een interventiekaart speelt.

Psychologiseren, adviseren, kletsen

Doel van het spel is nadrukkelijk om het 'lastige' gedrag om te denken. Niet om het op te lossen, er begrip voor te vragen of vergelijkbare ervaringen met elkaar te delen. Een goede spelleider zorgt dat iedereen zich aan de gemeenschappelijke doelstelling houdt: de probleemhebber helpen zijn probleem om te denken.

Temporiseren

Een goed tempo is voor het spel van groot belang. Zeker in het begin van het spel is het bijna altijd raadzaam om vlot kaarten te spelen om zodoende zo snel mogelijk alle relevante informatie rond het probleem te inventariseren. Ook later tijdens het spel blijft 'vlot' het kernwoord. Een goede spelleider voorkomt dat het spel overgaat in kletsen (die neiging zullen veel deelnemers hebben, het onderwerp leent zich er immers prima voor). De spelleider houdt steeds het doel voor ogen:

informatie verzamelen, ontregelende vragen stellen, de problemen van meerdere kanten bekijken. 'Vlot' is echter anders dan 'snel', laat staan 'gehaast'. Bij vlagen vereist het spel geduld en aandacht. Een goede spelleider is dan ook in staat te temporiseren: het ene moment een vlot tempo, het andere moment een wat rustiger tempo.

Inhoud

Een goede spelleider is bekend met het fenomeen omdenken. Wat is het verschil tussen oplossen en omdenken? Wanneer is stoppen-met-vastdenken voldoende? Wanneer is loslaten een volwaardige manier van omdenken? Om te zorgen dat het spel zich richt op omdenken (en niet op oplossen, analyseren, begrip kweken) is inhoudelijke kennis een groot voordeel. Dat geldt overigens ook voor de deelnemers: hoe meer iedereen vertrouwd is met het verschijnsel omdenken, des te effectiever het spel. Overigens wil dat niet zeggen dat mensen zonder die kennis niet mee zouden kunnen doen. Integendeel. Omdenken is in de praktijk niet altijd even makkelijk, in theorie is het simpel. Het is in één zin uit te leggen: maak van een probleem een mogelijkheid.

Humor

Een spelleider met een goed gevoel voor humor en een gezonde dosis relativierungsvermogen is geen slechte zaak.