



VERDIEPING

DIT BOEKJE IS SLECHTS DE VERDIEPING

IK WIL DIT kan gewoon als plaagspelletje gespeeld worden zonder dat deze verdieping noodzakelijk is. Voor de spelregels heb je het andere boekje nodig.

WAAROM DAN DIT BOEKJE?

We zijn het er allemaal over eens, goede communicatie is de softskill bij uitstek die je nodig hebt om succesvol te zijn.

De meerwaarde van deze verdieping is dat je IK WIL DIT perfect kunt gebruiken voor bewustzijnsontwikkeling. Het is een hulpmiddel om meer inzicht te krijgen in persoonlijk gedrag, groepsgedrag, de behoeften hierachter en verschillende vormen van communicatie. Inzicht in deze verschillen is misschien wel het meest krachtigste instrument om een goede communicatie te waarborgen en doeltreffend aan de slag te kunnen gaan.

BEWUSTZIJSONTWIKKELING EN METACOGNITIE

Wat vormt onze persoonlijkheid? Je hebt emotie maar je bent ze niet, je hebt gedachten maar je bent ze niet, je hebt gedrag maar je bent niet je gedrag. Wie ben je dan wel? Metacognitie is het vermogen om na te denken over je gedrag en gedachten. Bewust worden van jezelf is de basis voor effectieve zelfsturing.

IK WIL DIT helpt je met deze bewustwording. Groei in bewustwording maakt keuzes zichtbaar die eerst nog onzichtbaar waren.

Verstel je persoonlijke ontwikkeling met IK WIL DIT. Verbeter je relaties, leg conflicten bij en vergroot het wederzijdse begrip.

INSPIRATIE

De inspiratie voor dit spel ontstond tijdens mijn opleiding voor talentbegeleider. Ik leerde over de theorie van menselijke ontwikkeling van professor in de psychologie Clare Graves (1914-1986). Graves toonde aan dat gedrag niet alleen door onze behoeften wordt bepaald maar ook door ons wereldbeeld en de levensomstandigheden waarin wij ons bevinden.

Wat belangrijk is voor iemand en hoe deze persoon dit uit, is zeer afhankelijk van in welke levensfase of emotionele fase deze persoon zich bevindt. IK WIL DIT brengt die FASES overzichtelijk in kaart. Heel simpel gezegd gaat IK WIL DIT over wat mensen nodig hebben en hoe dit tot uiting komt in gedrag en in de manier van communiceren.

Onder specifieke omstandigheden communiceren mensen soms plots heel anders dan ze normaal doen. Vaak is er dan sprake van een onbewuste wisseling in FASE. IK WIL DIT maakt je bewust vanuit welke FASE iemand communiceert waardoor het makkelijker wordt hier effectiever op te reageren.

Loop jij of je gesprekspartner (ongeacht leeftijd) wel eens vaker tegen dezelfde dingen aan? Ontdek dan met IK WIL DIT hoe je hier verandering in kan aanbrengen. Vergroot je inzicht, verbeter je communicatie en leef vanuit je hart. Leven vanuit je hart maakt gelukkig.

COACHING EN TRAINING TOOL

IK WIL DIT is een geweldige tool om effectief te kunnen coachen of in communicatietrainingen te gebruiken.

Het is uitstekend geschikt voor o.a. coaches, docenten, trainers en leidinggevendenden om op een laagdrempelige manier ingewikkelde communicatieprocessen door verschillen in behoeften van mensen helder te krijgen.

Als mensen door omstandigheden ineens vanuit een andere FASE communiceren dan ze normaal doen wordt de communicatie onderling verstoord. Mensen praten dan langs elkaar in plaats van met elkaar, vaak met pijn van onbegrip en ruzie tot gevolg. Door je er bewust van te zijn vanuit welke FASE iemand communiceert en waaróm, wordt het makkelijker om te zien wat de meest effectieve manier van reageren is om je gesprekspartner te bereiken.

IK WIL DIT brengt op een luchtige manier bewustwording. Miscommunicatie en belemmerende patronen zullen zich op een speelse wijze openbaren. De meest productieve manier van communiceren zal per FASE duidelijk worden. De pijn van onbegrip zal verzachten of verdwijnen en ruzie kan sneller opgelost of zelfs voorkomen worden.

Een goede afstemming in communicatie tussen mensen is alleen mogelijk als beiden spreken vanuit aangrenzende FASES. Zit er tussen twee FASES een gat, dan is er een breuk in deze afstemming en dus een communicatieprobleem. Via het spelen van IK WIL DIT kan je snel de knelpunten ontdekken en de oplossing in beeld brengen. Hierdoor zal begrip onderling vergroten en de afstemming in communicatie verbeteren.

Via dit spel kun je ook diverse openingen vinden om tijdens een begeleidingstraject een gesprek op gang te brengen. Eventueel aanwezig ongewenst gedrag kan je speels inzichtelijk maken. Dit maakt het makkelijker pijnpunten te benoemen en doelgericht en effectief bij te kunnen sturen waar gewenst.

IK WIL DIT is een leuke en lichte manier om allerlei vormen van gesprekken en gedrag eens anders te belichten dan je misschien gewend bent.

Ikzelf gebruik dit spel vaak tijdens mijn coachingssessies. Tevens speel ik het graag met mijn vrienden en familie, gewoon voor de lol.

Verderop in dit boekje zijn een aantal voorbeelden te vinden die, via kennis van deze FASES, meer begrip voor de situatie bieden en een sleutel aanreiken voor een oplossing.

OVERZICHT LEVENSFASES / BETEKENIS KLEUREN

1 Roze - Overleven	5 Oranje - Energie en succes
2 Paars - Veilig en geborgen	6 Groen - Harmonie
3 Rood - Macht en verzet	7 Geel - Analyse
4 Blauw - Orde en regels	8 Lichtblauw - Onderlinge relaties

ROZE staat voor zachtheid, overleving van de soort, fysieke kwetsbaarheid, oprechtheid.

PAARS staat voor spiritualiteit, bevestiging, onderdrukking, transformatie, koninklijk, keizerlijk, nobelheid, mysterie, transformatie.

ROOD staat voor kracht, macht, moed, verzet, agressie, waarschuwing, opwinding, avontuur, liefde, planning, orde.

BLAUW staat voor intelligentie, communicatie, logica, vertrouwen, competentie, harmonie, waarheid, loyaliteit, stabiliteit.

ORANJE staat voor passie, frustratie, zekerheid, onvolwassenheid, stimulans, energie, balans, enthousiasme, vitaliteit, expansie.

GROEN staat voor bewustwording richting omgeving, harmonie, universele liefde, gulheid, delen, natuur, gezondheid.

GEEL staat voor creativiteit, zelfvertrouwen, emotionele kracht, eigenwaarde, geluk, optimisme, idealisme, verbeelding, filosofie, jaloezie, verraad, vrijheid.

LICHTBLAUW staat voor intelligentie, creativiteit, lucht en water, vrijheid, betrouwbare relaties.

GRIJS staat voor neutraliteit, veiligheid, intelligentie, geloofwaardigheid, bescheidenheid, functionaliteit.

BETEKENISSEN ICOONTJES

In dit spel maak ik gebruik van verschillende icoontjes. Deze hebben allemaal een achterliggende betekenis.

Een beeld zegt meestal meer dan 1000 woorden wordt er wel eens gezegd. Ook in het geval van kleurenblindheid wilde ik dat de kaarten herkenbaar per FASE bleven. Vandaar dat ik simpele herkenbare icoontjes in de vorm van dieren heb ontworpen die ik typerend vind per FASE.

Dieren worden veel gebruikt voor symboliek. Elk dier staat symbool voor een van de belangrijkste kernwaarden per FASE.

EENCELLIGE - basis KAMELEON - aanpassing LEEUW - macht HOND - trouw	UIL - wijsheid AAP - behulpzaamheid VOGEL - vrijheid ALIEN - perspectief
--	---

Voorbeeld 1

Een dropout die niet meer naar school wil. Dit is een steeds meer voorkomend probleem. TV programma's zoals Dreamschool etc. laten hier voorbeelden van zien. Soms wordt een levensfase of emotionele fase door omstandigheden slechts gedeeltelijk doorlopen. Er ontstaat iets dat op een 'hiat' lijkt, een tekort. Hiaten kunnen op 1 of meerdere fases aanwezig zijn. Hoe meer je over de achtergrond van deze kinderen te weten komt hoe meer je kan inschatten waar deze hiaten zitten. Veel dropouts hebben hiaten in de eerste 3 fases en blokkeren ergens.

Sommigen zien alleen hun eigen wil (fase rood) en trekken zich niets aan van de regels uit de aangrenzende blauwe fase. Sommigen blijven steken in een combinatie van fase paars en rood. Met een groepje verzetten ze zich dan tegen de buitenwereld. Het komt helaas ook voor dat kinderen in de roze fase vast komen te zitten. Ze zijn hier soms zelfs volledig gestopt met praten, trekken zich terug en bouwen een muur om zich heen waardoor ze amper meer te bereiken zijn. Een behoefte naar veiligheid en geborgenheid gaat hierachter schuil. Echter op de lange termijn zou dit terugtrekkende gedrag enorme gevolgen kunnen hebben als deze kinderen niet de juiste hulp krijgen.

Met IK WIL DIT kan je op een speelse manier kijken waar blokkades of hiaten zich bevinden. Daarna kun je deze kinderen begeleiden door fase voor fase met ze te doorlopen. Zit een kind vast in de roze fase dan zal het eerst voldoende veiligheid en geborgenheid nodig hebben voordat kan worden overgegaan naar de paarse fase. Bij het doorlopen van de paarse fase zal het kind met name moeten ervaren dat het onderdeel is van een groep. Pas als deze basis gelegd is kan de rode fase doorlopen worden. Het kind zal hier moeten leren dat het invloed heeft op zijn/haar omgeving. Het zal grenzen moeten leren opzoeken. Als dit lukt is het tijd om met de blauwe fase te starten. Regels en orde kunnen hier pas worden geïntroduceerd.

Als je begint met het introduceren van regels en orde (blauwe fase) terwijl dit kind zich nog in de roze fase bevindt, dan sla je de plank volledig mis. De fases paars en rood zijn in de ontwikkeling van het kind niet over te slaan, deze sprong is veel te groot.

In de blauwe fase kan het kind verschillende strategieën leren voordat het klaar is om de geldende regels veilig te kunnen overschrijden en zijn/haar ambities te volgen (oranje fase). Het kind kan pas in de oranje fase zichzelf voor zichzelf onder controle krijgen, waar het in de eerdere fases nog lang niet aan toe is.

Met het verkrijgen van meer begrip over deze fases zal het al snel duidelijk worden waarom je het beste kunt communiceren in taal die past bij de fase waarin iemand verkeert. Communiceer je met iemand vanuit een fase te ver dan is de kans zeer groot dat de communicatie zal stagneren.

Als het gaat om een baby zal iedereen begrijpen dat het geen zin heeft om met regels te komen of over ambities te beginnen. Als mensen zich fysiek ontwikkeld hebben maar op sociaal-emotioneel vlak er een stagnatie plaatsvindt of er is sprake van trauma dan is dit niet altijd meteen zichtbaar aan de buitenkant. Als een kind stopt met praten is dit kind sociaal-emotioneel teruggeworpen en vast komen te zitten in de eerste fase. Veel veiligheid en geborgenheid bieden is dan stap één.

Voorbeeld 2

Een hoogbegaafd kind dat door de omgeving niet (h)erkend wordt. Het kind ervaart dat het anders is dan de groep. De groep ervaart dit andersom ook zo. Thuis behoort dit kind tot de groep genaamd 'gezin' of 'familie'. In dit voorbeeld is er thuis wel sprake van het doorlopen van de paarse fase maar buiten het gezin gaat er iets mis. Doordat aansluiting met de groep mist wordt de paarse fase hierdoor maar gedeeltelijk doorlopen. Er ontstaat een 'haat'.

De realisatie anders te zijn dan de groep ontstaat meestal al vanaf de leeftijd van de peuterspeelzaal. Als het kind 4 wordt staat het meestal te trappelen om naar school te gaan. Gaat dit hoogbegaafde kind echter naar het reguliere onderwijs dan komt het (weer) in een groep met een meerderheid van kinderen die dit niet zijn. De andere kinderen vinden makkelijker aansluiting bij hun omgeving en lopen dus deze paarse fase sterker door dan het hoogbegaafde kind.

Alle kinderen zullen de eerste dagen op school bezig zijn met het verkrijgen van veiligheid en zekerheid (roze fase). Al snel volgt de paarse fase, de behoefte opgenomen te worden in de groep. Hier is het kind uit dit voorbeeld echter nog wat minder ervaren in. Vaak zie je dat deze kinderen al heel snel aanpassingsgedrag vertonen met als achterliggende behoeften: horen bij een groep. Dit uit zich bijvoorbeeld in dat het kind ineens een paar fases terug gaat in tekenen, of het kan op school ineens niet meer lezen wat het thuis al wel kon. Het kind ontkent (delen van) zichzelf om maar aansluiting te vinden bij de groep.

Soms is het haat zo groot dat deze kinderen nóg een fase terug gaan en weer in de roze fase terecht komen. Er zijn veel voorbeelden van kinderen die dan plots weer in hun broek gaan plassen terwijl ze al lang zindelijk waren. In deze gevallen geldt: starten met veiligheid en geborgenheid uit de eerste fase. Pas als het kind zich weer veilig voelt is het voor dit kind mogelijk om naar de volgende fase door te groeien.

Als de behoefte bij de groep te horen niet wordt aangevuld blijft er een tekort in ontwikkeling aanwezig in deze fase. Het kind zal veel gedrag blijven vertonen wat binnen het bereik van deze fase of de aangrenzende fases past. Het kind past zich zelfs ten koste van zichzelf aan, om maar bij de groep te horen (paarse fase). Frustratie en boosheid (rood) of zich klein en hulpeloos opstellen (roze fase) is hiervan het gevolg.

Als er vervolgens op school steeds meer regels worden geïntroduceerd (blauwe fase) gaat er vaak steeds meer mis. Het kind zal de behoefte aan het behoren tot de groep niet los kunnen laten en dat zal het gedrag van het kind telkens terugslingeren naar de paarse fase.

De mens is een groepsdier en zal deze behoefte altijd houden. Als deze paarse fase maar gedeeltelijk doorlopen is dan zal het kind net zo lang gevoelig blijven in deze fase totdat dit 'hiaat' gedicht is en er een stevigere basis wordt ontwikkeld om op verder te gaan. Dit kan soms jaren duren waardoor vaak de misvatting ontstaat dat hoogbegaafden aangeboren sociaal onhandig zijn. Niet horen bij de groep veroorzaakt belemmerende overtuigingen met bijbehorend gedrag. Iets waar veel hoogbegaafden tegenaan lopen.

Via de fases van IK WIL DIT wordt het duidelijk waarom het belangrijk is voor een gezonde sociaal emotionele ontwikkeling van hoogbegaafde kinderen, om ze regelmatig bij soortgenoten te plaatsen. Vaak wordt helaas het tegenovergestelde geloofd. Echter onder soortgenoten kunnen hoogbegaafden op de paarse fase gemakkelijker een gezond zelfbeeld ontwikkelen en een gezonde sociaal emotionele ontwikkeling doorlopen.

Hoogbegaafden moeten eerst zich bewust worden van zichzelf en metacognitieve vaardigheden leren. Dit gaat het beste onder soortgenoten. Leren schakelen naar alle andere cognitieve levels gaat veel makkelijker als je weet wie jij zelf bent. De meest effectieve zelfsturing komt daarna.

Het is vergelijkbaar met de schakelbak van een auto. Je moet eerst snappen hoe die werkt, en wanneer je welke versnelling gebruikt. Pas daarna kan je soepel en automatisch leren schakelen.

Je bewust worden van jezelf voorkomt en geneest belemmerende overtuigingen.

Metacognitie, het leren nadenken over je gedrag en gedachten, leer je het beste op je eigen niveau. Dit geldt voor alle cognitieniveaus, laag, gemiddeld en hoog. Een gezonde basis op al deze verschillende fases is voor iedereen een voorwaarde om goed te leren schakelen in communicatieniveaus.

Voorbeeld 3

Als je naar onze multiculturele samenleving kijkt via deze fases zal je waarschijnlijk in één oogopslag begrijpen waarom er zoveel onbegrip bestaat tussen verschillende culturen. Sommige culturen hebben als dominante fase de gele fase, iedereen is vrij en maakt eigen keuzes. Andere culturen hebben als dominante fase groen waarin alles gelijk verdeeld moet worden. Sommige culturen zijn dominant in de paarse fase. Zijn zoals de groep (paarse fase) is prioriteit nummer één in plaats van vrijheid en eigen keuzes (gele fase). Eerwraak is een droevig voorbeeld van dit verschil. Ouders gaan voor het behoud van de groep in sommige gevallen zelfs zo ver dat ze hun eigen kind van het leven beroven. Niet omdat ze niet van het kind houden maar omdat het belang van de groep (paars) dominant is. Als behoud van de groep en groepsdruk zo sterk is kan dit tot zeer extreme en verdrietige resultaten leiden. Geen enkele fase is beter of slechter dan de andere, elke fase heeft zijn voor- en nadelen.

Kennis en begrip van deze verschillen kan bruggen bouwen tussen deze fases. Dit gaat alleen maar door middel van effectieve communicatie.

Als er rekening wordt gehouden met het feit dat communicerende partijen maximaal één fase van elkaar verwijderd mogen zijn om elkaar te begrijpen en te beïnvloeden, dan is duidelijk te zien waar de uitdagingen liggen.

Communicatie tussen groepen met een grotere afstand tussen elkaar heeft meerdere bruggen nodig, bijvoorbeeld in de vorm van een coach die de ontbrekende stukken kunnen aanvullen.

Voorbeeld 4

Kijk eens naar het verschil tussen het volgende; één leider wordt leider puur omdat hij de baas wil zijn, invloed en macht wil hebben op zijn omgeving en dat er naar hem wordt geluisterd (rode fase). Een andere leider wordt leider om alles eerlijk te kunnen verdelen, om samen te kunnen groeien en om bestaande conflicten te kunnen oplossen (groene fase). Een derde leider overziet alle onderlinge afhankelijkheid tussen de te besturen deelnemers, kan de dingen vanuit verschillende oogpunten bekijken en durft het experiment van leiderschap op zich te nemen (lichtblauwe fase). Als al deze drie leiders een team aansturen kun je wel raden hoe extreem verschillend hun aanpak van elkaar zal zijn en hoe verschillend de teams van elkaar zullen werken.

Voorbeeld 5

Een jongvolwassene die lid is van een straatbende en zich ten koste van zichzelf aanpast aan zijn/haar omgeving. Hier is wederom sprake van een dominante paarse levensfase. De groep bepaalt wat er wel en niet wordt gedaan. De eigen mening geldt hier niet behalve die van de leiders aangezien zij zich in de aangrenzende rode fase bevinden. Stel je wilt de persoon uit dit voorbeeld naar de oranje fase begeleiden, (zichzelf onder controle krijgen voor zichzelf en ambitie leren volgen), dan zal je eerst de rode en de blauwe fase moeten doorlopen. Deze jongvolwassene zal eerst moeten leren zijn/haar ruimte te bewaken en nee te leren zeggen tegen groepsdruk. Hij/zij zal moeten leren dat hij/zij invloed heeft op zijn/haar omgeving. Hij/zij zal eerst grenzen moeten leren opzoeken (rode fase). Daarna heeft de jongvolwassene regels en orde nodig en moet onder andere verschillende strategieën leren (blauwe fase). Daarna is hij/zij pas klaar om de geldende regels veilig te kunnen overschrijden en zijn/haar ambities te volgen (oranje fase). De jongvolwassene kan pas in deze fase zichzelf voor zichzelf onder controle krijgen, waar hij/zij in het paarse level nog niet aan toe was.

Met meer begrip over alle fases zal het al snel duidelijk worden welke manier van communiceren het beste past bij de dominante fase. Communiceer je in dit voorbeeld meteen vanuit de oranje fase dan is de kans zeer groot dat deze zal stagneren.

Voorbeeld 6

In opvoeding zijn de verschillende fases ook heel herkenbaar. Een voorbeeld is het verschil of een kind zichzelf onder controle kan krijgen voor een ander (blauwe fase) of dat het zichzelf onder controle kan krijgen voor zichzelf (oranje fase).

Zeker heel herkenbaar voor alle ouders... ik ben twee en ik zeg NEE! (rode fase). De behoefte aan rust, regelmaat, helderheid, consequent zijn, regels, en grenzen zijn voorbeelden van blauwe fase.

Aan de hand van deze voorbeelden is duidelijk te zien wat er achter IK WIL DIT ten grondslag ligt en hoeveel diepgang je er uit zou kunnen halen. Het voordeel van dit spel is dat het simpel en luchtig is en waardevolle inzichten kan geven in het beter begrijpen van elkaar. Begrip dekt zowel de eerste fase van veiligheid en zekerheid als ook de laatste fase, het zien van dingen vanuit een ander perspectief en de onderlinge afhankelijkheid.

Tenslotte delen wij deze prachtige planeet met een zeer grote diversiteit aan mensen. De onderlinge afhankelijkheid vind je overal in terug. Van producten in de supermarkt tot aan wereldpolitiek. Communicatie is datgene wat ons allen bindt. Ongeacht afkomst, geloofsovertuiging, IQ of leeftijd.

Tot slot wens ik alle spelers van dit spel heel veel plezier, met het spelen, in het ontdekken en in het vergroten van wederzijds begrip. Verbeter de wereld, begin bij jezelf!



Maaike dat ben ik.

Ik ben coach en meervoudig ervaringsdeskundige op het gebied van hoogbegaafdheid. Ik ben het zelf, ik heb hoogbegaafde zussen en 2 hoogbegaafde kinderen. In mijn werk begeleid ik o.a. hoogbegaafden van alle leeftijden.

Om zelfs mijn jongste cliënten complexe theorieën, modellen en processen uit te kunnen leggen ontwikkel ik eenvoudige coaching-materialen, zoals onder andere dit spel. Dit spel is zeker niet alleen geschikt voor hoogbegaafden maar bruikbaar voor iedereen. Werk je aan persoonlijke ontwikkeling of begeleid je mensen hierbij? Geef je communicatie trainingen of werk je in een omgeving waar je communicatie tussen mensen wilt verbeteren? Werk je met mensen die hun gedrag moeten of willen veranderen? Dan kan dit spel daarbij een fantastische tool voor jou zijn.

Met veel passie vertel ik je alles over het ontstaan van dit spel en de diepgang die je er uit kunt halen.

Hoe en waarom is IK WIL DIT ontstaan?

Het begon allemaal met handgemaakte tekeningen die ik tijdens mijn opleiding voor talentbegeleider maakte om overzicht te creëren in complexe theorieën. Ik vereenvoudigde en vereenvoudigde en plots ontstond het idee hier een kaartspel van te maken. Ik kreeg enorm veel enthousiaste reacties. Een van mijn medestudenten spoorde me aan om dit spel op de markt te brengen om anderen hiermee aan het denken te zetten. Dit idee sluit perfect aan bij mijn missie: mensen meer laten nadenken over hun werkelijk behoeften en hun manier van communiceren. Mensen meer begrip en liefde voor elkaar laten vinden. Mensen in hun kracht zetten ongeacht leeftijd, cultuur of IQ.



Eerste try-out met handgeknipte kaartjes.