

Spelrecensie

LEVENSKUNSTSPEL

Levenskunstspel. Hoe breng ik balans in mijn leven? Peter Gerrickens, Marijke Verstege, Zjev van Dun. Gerrickens | training & advies, 2005. ISBN 9074123155

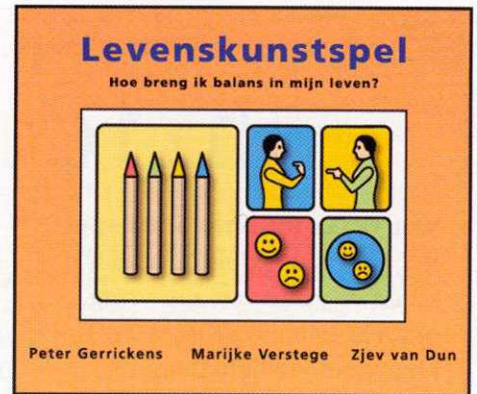
Het *Levenskunstspel*, bij uitstek te gebruiken in een coach-coachee situatie, bestaat uit drie sets kaarten in een compact doosje waarop de centrale vraag staat: "Hoe breng ik meer balans in mijn leven?". Ik zie de klanten voor me die komen met vragen als: "Wat maakt dat ik iedere keer zo in de stress schiet, dat ik niet toekom aan mezelf, aan mijn gezin of aan mijn vrienden en dat mijn werk blijft liggen?". Wow, en dan aan de hand van een spel tot 'levenskunst' kunnen komen... Dat wekt verwachtingen.

Set 1 bevat kaartjes met daarop een enkel woord dat volgens de handleiding een 'bepaalde levensstijl' typeert. Het gaat om omschrijvingen variërend van 'ontspannen', 'actief' en 'zelfstandig' tot 'saai', 'ongezond' en 'uitzichtloos'. De vraag is welke kaartjes de levensstijl van de klant typeren. Precisering van het begrip levensstijl zou hier op zijn plaats zijn geweest. Gaat het om min of meer doelgerichte keuzes, om karakter, of om een beschrijving van de

situatie waarin iemand zich bevindt of wil bevinden? Ook de eenvoudige constatering dat het uitkiezen, ordenen en bespreken van de kaartjes zal leiden tot meer inzicht in de eigen balans, lijkt nogal kort door de bocht.

Set 2 (op de achterkant van set 1) bevat 'levensstijlvragen'. De klant kiest uit welke vragen hem of haar boeien. Vervolgens kun je samen nagaan waarom juist deze vragen prikkelen en of de klant op bepaalde vragen ook de antwoorden wil gaan vinden. Dit deel van het spel werd, met name door de leuke, afwisselende vragen, door een klant getypeerd als 'verrassend'. Vooral aan te raden wanneer iemand niet goed weet op welke gebieden van het leven vragen liggen, of juist wanneer iemand meent geen vragen (meer) te hebben.

Set 3 gaat over de tegenstelling tussen eigen en andermans wensen en verwachtingen en over de mogelijkheden en beperkingen van jezelf en de ander. De kaartjes met aanduidingen als 'buren', 'vrienden', 'broers en zussen', 'leidinggevende' en 'lotgenoten' maken het makkelijker deze groepen te visualiseren en te bespreken wie nu precies wat wil van wie. De kaartjes



in deze set die geen 'ander' aanduiden lijken een beetje een ratjetoe aan termen. Dat is jammer, want die onbalans in het spel draagt niet bij aan het te verwerven inzicht.

Conclusie: drie op zich leuke sets kaarten, die je goed voor verschillende vragen in kunt zetten. Maar wil je als coach meer uit het spel halen, dan is het zaak zelf goed in kaart te brengen hoe tot samenhang tussen de sets en met name tussen de achterliggende ideeën te komen, opdat de klant van 'meer inzicht in onderdelen' komt tot meer balans in het leven. En dat is een kunst op zich! (Miranda Langedijk)