

Ervaringen met het Kompassiespel: het goede leven!

Gea Smit, januari 2017



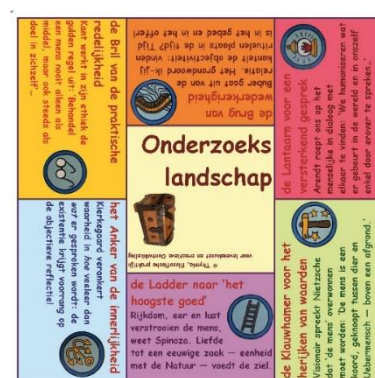
Ik ben werkzaam als fysiotherapeute, supervisor en begeleidster van het Kompassiespel. Vanuit mijn interesse voor compassie heb ik me verdiept in het Kompassiespel, wat als voedingsbodan heeft gefungeerd voor een werkstuk over compassie en supervisie. Tegelijkertijd vormde het de inspiratie voor een viltwerkstuk met de vier elementen.

De workshops

Ik heb drie keer een workshop gegeven, twee keer aan een groepje van 3 personen en 1 keer aan 4 personen. De deelnemers waren onder andere supervisoren, loopbaancoaches, mantelzorger en boerin. In deze korte workshops van 1 dagdeel hebben we steeds de eerste drie spelronden van het spel kunnen spelen. Tijdens de bijeenkomst met de loopbaancoaches kwamen we tot in de vierde spelronde. Een volgende keer ruim ik een hele dag in om het spel uit te kunnen spelen...

Over waardevolle spel-ingredienten

Het spel start met het kiezen van een van de vier elementen aarde, water, vuur of lucht. Oude kennis is in het spel verweven door de filosofische uitspraken en beelden uit mythen en sprookjes. Aan de hand van de kleur, die je met de dobbelsteen gegooid hebt, of de kaart, die je trekt, brengt het toeval je bij het filosofisch gereedschap, een filosofische uitspraak of een beeltenis van een mythe of een sprookje, waarmee je jouw ingebrachte situatie nader kunt onderzoeken.



Observaties tijdens het spel

Het viel me op, hoe twee mensen, de een in therapie, de ander in een opleiding bezig waren geweest met het zich bewust worden van hun eigen gevoelens. Voor de een betekende dat minder denken, meer voelen. Tijdens het spel zag ik haar oplichten toen er filosofische uitspraken tevoorschijn kwamen, die ze herkende. De ander ervaaarde opluchting, toen er gezegd werd dat ze misschien eens vanaf het perspectief van haar man naar de situatie zou kunnen kijken.

De een veerde op, toen ze merkte dat haar kennis van de filosofie aangesproken werd. Ze hoefde dus niet alleen maar te voelen, het onderscheid tussen helder denken en piekeren kwam in het spel naar voren. Voor een ander bood het nieuwe perspectief een ander zicht op de situatie.

steekje vast

Er waren grote verschillen in het leggen van de dynamische vorm (ronde 3). Daaruit kon je al meteen destilleren hoe iemand onderzoek doet, hoe klein ook. De een had een omhoog en omlaag gaande lijn. Het was een dynamische vorm, maar weinig in de breedte. De ander had een klein cirkeltje. Door erg veel zorgtaken, was zij zelf



beklemd geraakt, en dit kon je hierin terugzien. De derde had als een wervelwind een losse schuin omhoog gaande lijn, die in de lucht bleef hangen. Het leggen van de kaartjes gaf aan hoe iemand op dit moment haar probleem onderzocht. Dit bleek overeen te komen met wat er verder in het spel gebeurde.

Over compassie en de kracht van het spel



Er waren deelnemers die aangaven meteen in de stof getrokken te worden. Dit zou betekenen dat je deelnemers veel eerder tot het diepe leren kunt verleiden, bijvoorbeeld in een supervisie- of coaching traject.

Bij alle deelnemers merkte ik een soort verbazing over dat je aangespoord wordt tot denken. Het naar binnen kijken naar het verleden is bij veel mensen (van boerin tot loopbaancoach tot supervisor) een eerste natuur geworden. Alsof je jezelf kunt vinden en verklaren door naar binnen te kijken en te geloven dat de sleutel om jezelf te begrijpen in het verleden ligt. Het Kompasjespel stimuleert juist het

denken door je af te vragen wat voor betekenis bijvoorbeeld het aan jouw toegevalen filosofisch gereedschap of landschap voor je heeft. Hierdoor speel je een actieve rol in het creëren van jezelf en je eigen wereld.

Het leren wordt gestimuleerd tijdens het spelen, doordat je je in de speelruimte begeeft met de ander en doordat de beelden en uitspraken in het spel appelleren aan een dieper gelegen wijsheid. Bovendien sluit het spel aan bij de kennis die er al is.

Compassie ontstaat in de speelruimte, waarin het contact met de medespelers vorm krijgt door te luisteren naar elkaars inbreng en door samen de beelden en uitspraken die appelleren aan een dieper gelegen wijsheid te bekijken en te beluisteren. De creatieve opdrachten in het Kompasjespel laten een persoonlijke expressie zien van de eigen ervaringen.

Compassie is gelegen in de ruimte die iedere speler krijgt, in het aanspreken van diens kennis, kunde en creativiteit en in de vrijheid om in contact met en van de ander te leren. Tegelijkertijd wordt het **innerlijk kompas** ontwikkeld, namelijk vanuit je innerlijk weten ontdek je welke weg je in de buitenwereld kunt betreden.

