

Ontwikkeld door Saxion Hogeschool, MST en Twentse Koers in het kader van het project Impuls Positieve Gezondheid, en mede mogelijk gemaakt door provincie Overijssel.

Ontdek in Gesprek – Spelleidersinstructie

Voor het begeleiden van het kaartspel “Ontdek in Gesprek”, een gesprek over Positieve Gezondheid.

Introductie

Ontdek in Gesprek is een kaartspel dat deelnemers helpt om op een toegankelijke en speelse manier met elkaar in gesprek te gaan aan de hand van Positieve Gezondheid. Je kunt er ook voor kiezen om het spel met een spelleider te spelen, zodat je het gesprek kunt begeleiden. Als spelleider leid je dan het gesprek, bewaak je de veiligheid en stimuleer je een open, nieuwsgierige sfeer.

Delen mag, niets moet!

Spelinstructie

Aanbevolen aantal spelers: 3-6 personen.







Duur spel: Bepaal van tevoren gezamenlijk hoe lang je wilt spelen.

Vorbereiding

- Leg de kaarten op tafel, gesorteerd op categorie.
- Leg een kleurendobbelsteen klaar.
- Spreek af wie er begint.
- Zorg voor een rustige, veilige setting.

Tip: Als spelleider kun je zelf ook meespelen en verhalen delen. Dit maakt het makkelijker voor deelnemers om actief deel te nemen aan het gesprek.

De kaartsoorten

					
Kennisvraag	Feiten & weetjes	Stellingkaart	Gesprekskaart	Situatiekaart	Vrije keuze of Opdrachtkaart

Kennisvragen – helpen deelnemers kennis op te doen over Positieve Gezondheid en gerelateerde thema's.

Stellingkaarten – uitnodigende uitspraken die het gesprek op gang brengen.

Gesprekskaarten – open vragen die uitnodigen tot persoonlijke reflectie en het delen van ervaringen.

Ontwikkeld door Saxion Hogeschool, MST en Twentse Koers in het kader van het project Impuls Positieve Gezondheid, en mede mogelijk gemaakt door provincie Overijssel.

Situatiekaarten – scenario's om reacties en waarden te verkennen.

Feiten en weetjes – korte weetjes die luchtigheid en inspiratie bieden.







Opdrachtkaarten (alleen in de versie voor jongeren) – opdrachten die uitnodigen om gezamenlijk tot ideeën of oplossingen te komen.

Spelverloop

Meerdere spelvormen zijn mogelijk. Als spelleider kies je een spelvorm en zorg je ervoor dat het gesprek prettig blijft.

Spelvorm 1 – Standaard (met dobbelsteen)

De eerste speler gooit de kleurendobbelsteen. De kleur bepaalt uit welke categorie een kaart wordt gepakt:

					
Kennisvraag	Feiten & weetjes	Stellingkaart	Gesprekskaart	Situatiekaart	Opdrachtkaart of Vrije keuze

De speler leest de kaart voor en beantwoordt de vraag. Vervolgens is de volgende speler (met de klok mee) aan de beurt.

Spelvorm 2 – Eén stapel (kaarten schudden)

Schud alle kaarten tot één stapel. De eerste speler pakt de bovenste kaart en beantwoordt de vraag. Vervolgens is de volgende speler (met de klok mee) aan de beurt.

Spelvorm 3 – Begeleid gesprek

Bepaal samen of je met een dobbelsteen (spelvorm 1) of met een stapel (spelvorm 2) speelt. Als spelleider pak je de kaart en lees je de kaart voor. Iedereen die wil, mag reageren. Je houdt in de gaten dat iedereen zich fijn voelt en dat er ruimte is voor iedereen om te reageren.

Is het gesprek klaar? Dan pak je, of gooi je met de dobbelsteen voor, de volgende kaart.

Na het beantwoorden

Na afloop legt de speler de kaart op de aflegstapel, of de speler geeft de kaart door aan iemand anders en vraagt of hij/zij wil reageren.

Gespreksregels

- Veiligheid in de groep is essentieel. Delen mag, niets moet!
 - Luister zonder oordeel.
- Doorvragen mag (bijv. wat maakt dat....?, kun je een voorbeeld geven?)

Ontwikkeld door Saxion Hogeschool, MST en Twentse Koers in het kader van het project Impuls Positieve Gezondheid, en mede mogelijk gemaakt door provincie Overijssel.

- Iedereen mag zijn eigen ervaring of mening hebben, het is niet de bedoeling dat er een discussie ontstaat.
 - Wat gedeeld wordt in de groep, blijft in de groep.
 - De spelleider kan meespelen om openheid te stimuleren.