



HET GROTE KERNKWALITEITENSPEL



STEL JE EENS VOOR!

Inhoud

- Inleiding
- 1 Kernkwadranten
- 2 Spelregels
- 3 Varianten op het spel
- 4 Scoreformulier

Inleiding

Dit spel is gebaseerd op het kernkwadrant van Daniel Ofman waarmee menigeen in Nederland op de een of andere manier al kennis heeft gemaakt. Het is een eenvoudig model dat je in tien minuten kunt uitleggen en waarmee je de rest van je leven vooruit kunt.

Als je nog niets weet over kernkwaliteiten en het kernkwadranten, dan vind je in het volgende hoofdstuk een korte samenvatting. Voordat je het spel gaat spelen is het handig om dit gelezen te hebben.

Door een combinatie van **3 dobbelstenen, 40 beschrijvingen van dagelijkse situaties, 218 gevarieerde opdrachten, 80 levensmotto's, 80 kwaliteiten of uitdagingen en 80 valkuilen of allergieën**, ontstaat een spel waarbij diepgang en humor elkaar afwisselen. Hierbij is het verhaal achter de uitgevoerde opdracht belangrijker dan de uitvoering zelf.

Het gaat niet over goed of slecht, maar over oorspronkelijkheid, spontaniteit, vertrouwen en contact.

Een belangrijke vraag in dit spel is:

Hoe creëer je met jouw houding een betere verhouding?

Er gebeurt van alles in dit spel:

- **Soms speel je een alledaagse situatie (met of zonder woorden) verder uit**
- **Soms bespreek je een aspect van jezelf**
- **Soms geef je of krijg je feedback**
- **Soms onderzoek je een thema**

Wat de opdracht ook is die je uitvoert, altijd geldt: **'wat je zegt dat ben je zelf'**, maar deze keer vooral bedoeld om er beter en sterker van te worden.

Het spel leent zich voor groepen tot acht deelnemers.

Wij hebben veel plezier beleefd aan het maken en spelen van dit spel.

We wensen iedereen die het speelt minstens zoveel plezier toe!

Daniel Ofman en Albert Heemeijer

1 Kernkwadranten

1.1 Kernkwaliteiten

Kernkwaliteiten zijn eigenschappen die tot het wezen oftewel de kern van een persoon behoren. Kernkwaliteiten 'kleuren' een mens; het is de specifieke sterkte waar we bij iemand direct aan denken. Voorbeelden van kwaliteiten zijn zorgzaamheid, zorgvuldigheid, ordelijkheid, daadkracht, ontvankelijkheid, invoelingsvermogen, enzovoorts. Er zijn er honderden. Sommige daarvan horen zo specifiek bij jou dat je ze kernkwaliteiten zou kunnen noemen. Met onze kernkwaliteiten kunnen we uiting geven aan wie we zijn. Kernkwaliteiten zijn niet in de eerste plaats gedragingen, maar eerder mogelijkheden waarop men zich kan afstemmen.

Zoals de kwaliteit van het geluid bij een radio voor een deel bepaald wordt door de precisie waarmee deze afgestemd is op de juiste golflengte, zo wordt ook de mens inspirerender als hij afgestemd is op zijn eigen kernkwaliteiten. Net zoals ook het vermogen van de versterker van invloed is op de uiteindelijke geluidskwaliteit, zo is ook het scheppende creatieve vermogen van de mens medebepalend voor de uitwerking die hij heeft op zijn omgeving.

Een kernkwaliteit is te herkennen aan iemands bijzondere vermogen waarover hij zelf zegt: "Dat kan toch iedereen."

Maar niet iedereen kan dat. Sterker nog, als je deze kernkwaliteit weg zou halen, zou je deze persoon niet eens meer herkennen.

Dat komt omdat die ene kernkwaliteit alle andere, minder uitgesproken kwaliteiten, doordrenkt of doorstraalt.

Een kernkwaliteit is altijd potentieel aanwezig. Je kunt een kernkwaliteit niet zomaar even aan- of uitzetten, je kunt hem wel verstoppen of verborgen houden. Het onderscheid tussen kwaliteiten en vaardigheden zit vooral in het feit dat kwaliteiten van binnenuit komen en vaardigheden van buitenaf aangeleerd zijn. In het Engels gezegd, gaat het om het verschil tussen 'nature' en 'nurture'. Vaardigheden zijn 'nurture', gevoed of aangeleerd, kernkwaliteiten zijn 'nature', aangeboren en te ontwikkelen.

Hoe duidelijker het beeld is dat we van onze kernkwaliteiten hebben, des te bewuster we die kunnen laten doorstralen in ons leven.

Wie als kernkwaliteit bijvoorbeeld 'doorzettingsvermogen' heeft, weet dat hij juist in kwesties waar een lange adem nodig is, goed zal kunnen functioneren. En hij weet ook dat dit 'vasthouden' iets is dat hij altijd zal kunnen, zowel op z'n werk als in de privésfeer. Of hij dat in zijn privéleven ook zal doen is een andere zaak. Iedereen is geboren met een aantal kernkwaliteiten, maar daar blijft het niet bij, want als logisch gevolg van elke kernkwaliteit krijg je er automatisch een drietal cadeautjes bij.

Het eerste is je **valkuil**, het tweede je **uitdaging** en het derde je **allergie**.

1.2 Valkuilen

Zoals er geen licht kan zijn zonder donker, zo heeft iedere kernkwaliteit ook een zon- en een schaduwkant. De schaduwkant zou je ook wel de vervorming kunnen noemen. De vervorming is niet het tegenovergestelde van de kernkwaliteit, zoals actief het tegenovergestelde van passief is en sterk het tegenovergestelde van zwak. De vervorming is een kernkwaliteit die te ver doorschiet.

Zo kan de kernkwaliteit 'flexibiliteit' doorschieten in 'wispelturigheid'. Dan wordt de kracht van iemand zijn zwakte. In de volksmond heet dat dan '**teveel van het goede**' en dat drukt het precies uit. Iemand die te zorgvuldig is, loopt het risico pietluttig te worden. Zo kan hulpvaardigheid doorschieten en ervaren worden als bemoeizucht. Dat zal de hulpvaardige persoon dan ook af en toe als verwijt naar zijn hoofd geslingerd krijgen.

De vervorming van iemands kernkwaliteit is tevens zijn 'valkuil'. De valkuil is datgene dat de desbetreffende persoon dikwijls als etiket opgeplakt krijgt. Dan wordt de persoon met de kwaliteit daadkracht verweten dat hij niet zo drammerig moet zijn. Of dat nu terecht is of niet, de valkuil hoort gewoon bij de kernkwaliteit. Ze zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden, dus beschouw dit maar als een cadeau.



1.3 Uitdagingen

Met de bijbehorende valkuil krijgt de persoon bij zijn kernkwaliteit ook zijn 'uitdaging'. Dat is als het ware je tweede cadeau. De uitdaging is de **positief tegenovergestelde** kwaliteit van de valkuil. De positief tegenovergestelde kwaliteit van drammerigheid is bijvoorbeeld zoiets als geduld, rust of terughoudendheid. Met andere woorden, bij de valkuil 'drammerigheid' hoort de uitdaging 'geduld'.

Zoals in de figuur duidelijk wordt, zijn de kernkwaliteit en de uitdaging aanvullende kwaliteiten. Waar het om gaat, is de balans te vinden tussen daadkracht en geduld.

Wanneer deze balans te ver overhelt naar daadkracht, is de kans aanwezig dat deze daadkracht doorschiet in drammerigheid. Met andere woorden, om te voorkomen dat men in zijn valkuil terecht komt, is het raadzaam om de uitdaging te ontwikkelen.



1.4 Allergieën

Veelal is iemands valkuil een bron van conflicten, irritaties en spanningen die de persoon met zijn omgeving heeft. Dat geldt vooral als die valkuil tevens de allergie van een ander blijkt te zijn.

Het probleem is namelijk dat de doorsneemens allergisch blijkt te zijn voor teveel van zijn uitdaging, vooral als hij die in een ander verpersoonlijkt vindt. Zo zal de daadkrachtige persoon de neiging hebben om over de rooie te gaan wanneer hij in een ander geconfronteerd wordt met passiviteit. Hij is allergisch voor passiviteit.

Als je goed kijkt, zie je dat dit komt omdat passiviteit teveel van zijn uitdaging (= geduld) is. Hij weet zich daar vaak geen raad mee.

Hoe meer jij in een ander met je eigen allergie geconfronteerd wordt, des te groter is bovendien de kans dat jij in je valkuil terechtkomt.

De persoon met de kernkwaliteit 'daadkracht' loopt dan het risico nog harder te gaan drammen, terwijl hij of zij de ander verwijt passief te zijn, enzovoorts.



Met andere woorden: als jij je allergie in een ander tegenkomt, ligt je valkuil op de loer. Dus wat iemand het meest kwetsbaar maakt is niet zijn valkuil, maar zijn allergie, want het is vooral de allergie die iemand in zijn valkuil drijft.

Met het formuleren van de allergie is het kernkwadrant rond. In het kernkwadrant wordt het verband tussen je kwaliteit, valkuil, uitdaging en allergie al snel duidelijk. Een kernkwadrant lijkt logisch en simpel. Dat je er meer dan tien minuten aan kunt besteden, wordt duidelijk in dit spel.



2 Spelregels

Leg het spelbord op tafel en leg de **mottokaartjes**, **situatiekaartjes**, **+kaartjes**, en **-kaartjes** op de daarvoor bestemde plaatsen met de dichte kant naar boven.

Leg van de overige kaarten de vier rode kaarten met Tips even opzij.

Leg bij de zes gekleurde aanlegvelden op het spelbord steeds het stapeltje van zes **kwaliteitkaarten**, zes **valkuilkaarten**, zes **uitdagingkaarten**, zes **allergiekaarten**, zes **feedbackkaarten** en zes **interactiekaarten**. Ook die liggen met de dichte kant naar boven. Het maakt niet uit bij welke kleur ze liggen.

Bepaal wie begint en speel het spel met de klok mee.

Je bent nu klaar om met het spel te beginnen.

De eerste speler gooit de drie dobbelstenen tegelijk.

De dobbelsteen met kleuren bepaalt bij welk van de zes gekleurde aanlegvelden je belandt.

Pak de stapel van zes kaarten.

De dobbelsteen met symbolen bepaalt welke van de zes kaarten je uit het stapeltje moet hebben.

Je vindt die symbolen aan de tekstzijde rechts bovenin de kaarten.

De dobbelsteen met ogen bepaalt welke van de zes opdrachten je op de geselecteerde kaart moet uitvoeren.

Lees eerst het vet gedrukte bovenste deel voor en dan de opdracht die je gegooit hebt. Voer de opdracht uit.

Bespreek na afloop je beleving, wat je gezien of gedaan hebt en waarom.

De waarde van het spel zit voor een belangrijk deel in de nabespreking!

Voor de uitvoering van een opdracht of de nabespreking kun je als geheugensteuntje eventueel een van de rode kaarten met Tips gebruiken. Het aantal gegooide ogen is tevens je score. Vul de score in op het scoreformulier bij je naam en de kleur van de gekleurde dobbelsteen die je gegooit hebt.

Nu is je buurman aan de beurt.

Het spel is afgelopen als iemand bij alle zes de kleuren minimaal één score heeft. Degene die het spel op deze manier beëindigd heeft, krijgt zes punten extra. Tel de scores op en vergelijk de scores.

3 Varianten op het spel

Er zijn eindeloos veel varianten te bedenken op het basisspel. Hier volgen er een aantal. Wanneer je één van de zes categorieën (*kwaliteit*-, *valkuil*-, *uitdaging*-, *allergie*-, *feedback*- en *interactie* kaarten) boeiend vindt en je met name daarin wilt verdiepen, kun je de gekleurde dobbelsteen en de 5 andere categorieën uit het spel halen en doorgaan met 2 dobbelstenen. De spelregels blijven dan verder hetzelfde.

Als je een opdracht tegenkomt die je aanspreekt, kun je tijdens het spel niet alleen degene die aan de beurt is de opdracht laten uitvoeren, maar iedereen.

Als je een kaart hebt getrokken waarbij een motto een rol speelt en motto's je interesseren, trek dan nog eens een mottokaart en doe dezelfde opdracht nog een keer. Heb je een situatiekaart getrokken en gespeeld, laat anderen dezelfde situatie dan ook eens spelen.

Mocht je kernkwadranten willen leggen, gebruik dan het middelste deel van het spelbord en de **+kaartjes** en **-kaartjes**. Kijk eens hoeveel kwadranten je van de kaartjes kunt leggen. Op die manier krijg je een eenvoudige versie van het originele kernkwadrantenspel. Bedenk steeds dat het spel een hulpmiddel is om met elkaar van gedachten te wisselen over situaties, aanpakken, talenten, ervaringen, zelfkennis en uitdagingen.

Wijk gerust af van de basisregels en maak je eigen variant.

Heb je een nieuwe spelvariant of nieuwe opdrachten ontdekt, laat het ons weten.

We voegen die regelmatig toe aan de varianten die je op de website www.steljeeensvoor.eu kunt vinden.

Op de website kun je ook informatie vinden over uitbreidingsmodules voor dit spel. Zo is er onder andere een uitbreidingsmodule voor lezers van het boek Mission9, het Geheim van het Kernkwadrant, een sciencefictionboek voor jongeren van 9 tot 99. Door enkele categorieën te vervangen ontstaat een nieuwe variant van het spel. In de loop van de tijd verschijnen er meer uitbreidingsmodules.



FEEDBACK

FEEDBACK OVER MOTTO'S

Neem een mottokaart en lees deze voor.

- Vraag je medespelers wie dit wel eens gezegd of gedacht heeft en wat ze toen gedaan hebben.
- Wie van je medespelers denk je dat dit motto wel eens zou kunnen gebruiken? Vertel ook waarom.
- Vraag je medespelers of ze zich kunnen voorstellen dat jij dit motto zou gebruiken en waarom.
- Vraag je medespelers wie de boodschap achter dit motto goed had kunnen gebruiken, wanneer dat was en waarom ze dat niet gedaan hebben.
- Wie van je medespelers denk je dat dit waarschijnlijk nooit zal zeggen en waarom niet?
- Wanneer had jij dit motto goed kunnen gebruiken en had je er wat aan gehad als je er naar gehandeld had? Vraag de anderen of ze dat herkennen.



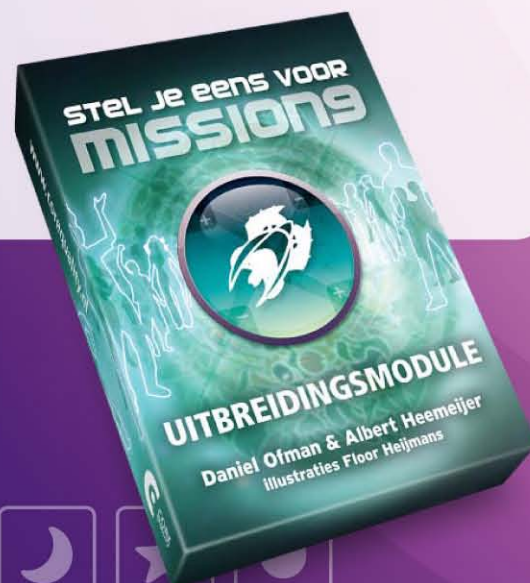
MOTTO

Zachte heelsemeesters
maken stinkende wonden



SITUATIE

X heeft een maand geleden iets uitgeleend aan Y. Het is weliswaar niet duur maar wel dierbaar. Y komt het terugbrengen en vertelt daarbij dat het kapot is.



4 Scoreformulier

[illegible]