

# Spelregels ‘Hoe word ik tevreden & gelukkig?’

## Introductie

Met behulp van dit kaartspel kunnen hulpverleners makkelijker gesprek komen met mensen met een verstandelijke beperking. Met het spel kunnen begeleider en cliënt een levensplan ontwikkelen of levensthema's bespreken, één op één of in een groep. Ook het onderwerp 'kinderwens' komt daarbij aan de orde.

Het spel behandelt zeven verschillende levensthema's:

- vrienden
- hobby's
- liefde
- werken
- geld
- wonen
- familie/kinderwens

Bij elk thema komen vijf vragen aan de orde. De spelers moeten bij elke vraag aangeven hoe ze nu over dit onderwerp denken en hoe ze denken dat dat in de nabije en de verre toekomst zal zijn.

## Materiaal

Bij het spel hoort het volgende materiaal:

- Schema's 1 en 2: uit te printen via [www.kijkopkinderwens.nl](http://www.kijkopkinderwens.nl) en te gebruiken om op een gestructureerde manier de antwoorden te verwerken.
- Spelborden 1 en 2: uit te printen via [www.kijkopkinderwens.nl](http://www.kijkopkinderwens.nl), bij voorkeur in kleur. Wij raden u aan om de uitgeprinte spelborden te lamineren.
- Kaarten: bij het spel horen 35 themakaarten (7 levensthema's met elk 5 vragen), 5 speciale kaarten (waaronder een joker) en 15 lege notitiekaarten (voor aantekeningen of om samen met de cliënt eigen kaarten te maken)
- Pionnen (alleen bij spelbord 1 en 2, deze moet u zelf aanschaffen)
- Dobbelsteen (alleen bij spelbord 2, deze moet u zelf aanschaffen)

## Hoe gaat het spel in zijn werk?

---

## Zonder spelbord, met één cliënt

*N.B. Als u het spel zo speelt, gebruikt u geen joker.*

*Fase 1:*

- Selecteer de themakaarten die u wilt behandelen.
- Houdt ze de cliënt voor in een waaier, de dichte kant naar de cliënt. Laat de cliënt een kaart kiezen.
- De cliënt pakt telkens een speciale kaart en vertelt hoe hij zichzelf op dat moment in zijn leven ziet. Vul dit in op **schema 1**. Het schema gaat in het dossier van de cliënt. Bespreek de volgende fasen met de cliënt

*Fase 2:*

- In een daaropvolgend individueel of groepsgesprek inventariseert u met de cliënt wat zijn wensen en hoe haalbaar deze zijn. Vul dit in op **schema 2**. Is de wens misschien haalbaar? Is de wens nu niet haalbaar? Of zal de wens altijd een droom blijven?

*Fase 3:*

- Tot slot volgt nog een individueel gesprek met de cliënt waarin u samen een actieplan maakt om de wensen te verwezenlijken. Ook de problemen die de cliënt kan tegenkomen door zijn of haar beperking komen dan aan de orde.

*Een voorbeeld:*

De cliënt pakt de kaart 'In wat voor een huis wil je wonen?' Vervolgens pakt hij één voor één de speciale kaarten. De cliënt vertelt telkens in wat voor een huis hij wil wonen. Nu? Over 5 jaar? Als hij of zij een kind heeft? Vul dit in in **schema 1**.

In een daaropvolgend individueel of groepsgesprek komt deze wens opnieuw aan de orde. Bespreek hoe haalbaar de wens is en vul dit samen in op **schema 2**. Als de cliënt bijvoorbeeld zegt dat hij of zij over 15 jaar in een rijtjeshuis wil wonen, zal hij of zij waarschijnlijk 'misschien' of 'nu niet' aankruisen.

Bespreek tot slot de wens in een individueel gesprek. Hoe realistisch is het om over 5 jaar in een rijtjeshuis te wonen? Welke problemen spelen hierbij een rol? Maak tijdens dit gesprek samen een actieplan en schrijf op wat de cliënt moet doen en moet laten om een wens te verwezenlijken.

## Spelbord 1, met meerdere spelers

---

*N.B. U kunt ervoor kiezen de joker tussen de speciale kaarten te leggen. Als de cliënt de joker trekt mag hij een kaart pakken en aan een andere deelnemer geven of hij mag de kaart ruilen voor een andere. Hierop zijn vele variaties mogelijk. Op deze manier blijft het spel luchtig.*

#### *Fase 1:*

- De themakaarten liggen naast het daarbij horende vlakje. De speciale kaarten liggen in het midden van het bord.
- Alle spelers beginnen met een eigen pion (niet inbegrepen in het spel) op *start*. Om de beurt doen zij 1 stap vooruit. Bij ieder thema pakt men een themakaart van de stapel. De cliënt kiest hier een kaart uit.
- Vervolgens pakt de cliënt telkens een speciale kaart en de cliënt vertelt hoe hij of zij op dat moment in zijn leven iets wil hebben. Dit vult de hulpverlener dan samen met de cliënt in op **schema 1**.

#### *Fase 2:*

- In een daaropvolgend individueel of groepsgesprek inventariseert u samen wat de wensen van de cliënt zijn en hoe haalbaar deze zijn. Vul dit in op **schema 2**. Is de wens misschien haalbaar? Is de wens nu niet haalbaar? Of zal de wens altijd een droom blijven?

#### *Fase 3:*

- Tot slot volgt een individueel gesprek met de cliënt. Maak samen een actieplan om de mogelijke wensen te verwezenlijken. Bespreek welke mogelijke problemen de cliënt op weg hier naartoe kan tegenkomen door zijn of haar beperking.

#### *Een voorbeeld:*

De cliënt pakt de kaart *'In wat voor een huis wil je wonen?'*

Vervolgens pakt hij één voor één de speciale kaarten. De cliënt vertelt telkens in wat voor een huis hij wil wonen. Nu? Over 5 jaar? Over 15 jaar? Als hij of zij een kind heeft? Vul dit in op **schema 1**.

Bespreek in een daaropvolgend individueel of groepsgesprek de eigen wens. Vertel ook hoe haalbaar de wens is. Vul dit samen in op **schema 2**.

Als de cliënt bijvoorbeeld zegt dat hij over 5 jaar in een rijtjeshuis wil wonen, zal hij waarschijnlijk 'misschien' aankruisen.

---

Bespreek tot slot de wens in een individueel gesprek. Hoe realistisch is de wens om over 5 jaar in een rijtjeshuis te wonen? Welke problemen zal de cliënt hierbij tegenkomen? Maak samen een actieplan waarin staat wat de cliënt moet doen en laten om de wens te verwezenlijken.

## **Spelbord 2, met meerdere spelers**

*N.B. U kunt ervoor kiezen de joker tussen de speciale kaarten te leggen. Op deze manier blijft het spel luchtig.*

### *Fase 1:*

- Iedere speler heeft een eigen pion. De kaarten liggen per thema naast het bord.
- De spelers gooien om de beurt met een dobbelsteen. Komen ze op een themavakje terecht, dan pakken ze een kaart van de stapel.
- Vervolgens pakken de spelers één voor één de speciale kaarten en vertellen zij hoe zij willen dat dat onderdeel van hun leven er op dat moment uitziet. Vul dit samen in op **schema 1**.

### *Fase 2:*

- Inventariseer in een daaropvolgend individueel of groepsgesprek wat de wensen van de cliënt zijn en hoe haalbaar deze zijn. Vul dit in op **schema 2**. Is de wens haalbaar? Is de wens nu niet haalbaar? Of zal de wens altijd een droom blijven?

### *Fase 3:*

- Tot slot volgt een individueel gesprek met de cliënt, waarin u samen een actieplan maakt om de mogelijke wensen te verwezenlijken. Bespreek welke problemen de cliënt kan tegenkomen door zijn of haar beperking.

### *Een voorbeeld:*

De cliënt pakt de kaart 'In wat voor een huis wil je wonen?'

Vervolgens pakt hij één voor één de speciale kaarten. De cliënt vertelt telkens in wat voor een huis hij wil wonen. Nu? Over 5 jaar? Over 15 jaar? Als hij of zij een kind heeft? Vul dit in op **schema 1**.

Bespreek in een daaropvolgend individueel of groepsgesprek de eigen wens. Vertel ook hoe haalbaar de wens is en vul dit samen in op **schema 2**.

De cliënt zegt bijvoorbeeld dat hij of zij over 15 jaar in een rijtjeshuis wil wonen. Dan zal hij of zij waarschijnlijk 'misschien' of 'nu niet' aankruisen.

---

Bespreek tot slot de wens in een individueel gesprek. Hoe realistisch is de wens om over 5 jaar in een rijtjeshuis te wonen? Bespreek samen welke problemen de cliënt tegen zal komen. Maak samen een actieplan waarin u opschrijft wat de cliënt moet doen en moet laten om een wens te verwezenlijken.

*Tip: Speel het spel een aantal keren achter elkaar, zodat u voldoende te weten komt over de wensen van de cliënt.*

### **Spelmogelijkheid 3 t/m 99**

#### **Variaties op het spel**

Natuurlijk kunt u vele variaties bedenken. Zo kunt u het spel zonder schema's spelen, maar meer als middel om groepsgesprekken over thema's te stimuleren. U speelt dan als het ware alleen Fase 1. Bedenk wel goed van te voren wat u met de resultaten wilt doen.

#### **Cliënten trekken kaarten bij elkaar.**

*N.B. Bij dit spel worden de speciale kaarten niet gebruikt.*

Deze variant spelen de cliënten met twee of meer. Schud de themakaarten en verdeel ze onder de cliënten. Een speler houdt de kaarten in een waaier op, de dichte kant naar de ander, de ander moet een kaart kiezen. Degene die een kaart pakt geeft antwoord op de vraag. Ga door tot alle spelers aan de beurt zijn geweest.

#### **Het waarheidsspel**

In deze variant moeten de spelers telkens vier kaarten aan elkaar doorgeven. De themakaarten worden geschud en iedere speler krijgt acht kaarten, waarvan ze er vier mogen houden en vier moeten doorgeven aan een andere speler. Daarna leggen de spelers de kaarten open op tafel en beantwoorden zij om de beurt de vragen.

---