

## Thema 3: Waardenspel (opdracht 2 werkboek)\*

In het recente boek over Motiverende gespreksvoering van William R. Miller & Stephen Rollnick (2013) besteden de auteurs veel aandacht aan de verkenning van waarden en doelen. Begrijpen wat mensen waardevol vinden, helpt in het proces van motiveren. Het gebeurt regelmatig dat het gedrag van mensen niet volledig overeenkomt met hun diepere wensen en waarden. Die discrepantie kan grote invloed hebben op de keuzes die mensen maken en hun gedrag.

Verkennen van waarden helpt ook bij het zoeken van de focus in de gesprekken en bij het ontlocken van motivatie voor verandering.

Miller en Rollnick beschrijven honderd waarden in hun boek. Voor Brijder Jeugd zijn deze wat aangepast aan onze doelgroep.

Je kan het spel met de uitgeknipte kaartjes spelen met jongeren in een groep maar ook individueel.

Het spel wordt gespeeld door de kaarten op een stapel te leggen.

De kaarten kunnen worden verdeeld in drie stapels:

- past zeker bij mij;
- past misschien bij mij;
- past helemaal niet bij mij.

Je kan ook vragen of jongeren eerst tien kaartjes willen kiezen en dan kijken wat de belangrijkste thema's zijn. Vaak is er een overlap te zien; bijvoorbeeld familie, vriendschap en trouw horen bij elkaar. Het is de bedoeling dat er uiteindelijk drie kaartjes over blijven.

Vragen die je kan stellen:

- Waar staan deze waarden voor?
- Wat zijn terugkerende thema's?
- Wie is je referentie hierin? Familie of vrienden? Of de samenleving?
- Hoe paste het beginnen met gebruiken in je waardepatroon en hoe was dat later?
- Waar zijn deze waarden over 10/20/30 jaar? Waar waren ze in de tijd dat je buiten was/gebruikte?
- Zijn er waarden die misschien veranderd zijn in de loop der jaren?
- Hoe geef je jouw waarden nu een plaats in je leven, in grote en kleine dingen?
- Hoe houd je deze waarden vast? Heb je daarin een kompas? Een kompas kan bijvoorbeeld je geloof zijn, een belangrijk persoon of een voorwerp.

Het is ook mogelijk om jongeren elkaar waardenkaartjes toe te laten kennen. Ze kiezen drie kaartjes die ze bij een ander vinden passen of beslissen per kaartje wie van hen bij deze waarde het beste past.

<b>Onafhankelijkheid</b>	<b>Betrokkenheid</b>	<b>Compassie</b>
<b>Traditie</b>	<b>Vergevingsgezind</b>	<b>Vriendschap</b>
<b>Rechtvaardigheid</b>	<b>Intimiteit</b>	<b>Gezondheid</b>
<b>Kennis</b>	<b>Plezier</b>	<b>Duurzaamheid</b>
<b>Trouw</b>	<b>Wijsheid</b>	<b>Milieu</b>
<b>Rust</b>	<b>Comfort</b>	<b>Echtheid</b>
<b>Geloof</b>	<b>Familie</b>	<b>Gul</b>

<b>Gastvrijheid</b>	<b>Betrouwbaar</b>	<b>Liefde</b>
<b>Geluk</b>	<b>Loyaliteit</b>	<b>Ambitie</b>
<b>Bescheiden</b>	<b>Eerlijkheid</b>	<b>Gehoorzaamheid</b>
<b>Eenvoud</b>	<b>Verantwoordelijk</b>	<b>Hoop</b>
<b>Rijkdom</b>	<b>Doorzetten</b>	<b>Zelf acceptatie</b>
<b>Vrijheid</b>	<b>Passie</b>	<b>Populariteit</b>
<b>Uiterlijk</b>	<b>Avontuur</b>	<b>Geld</b>

<b>Zorgzaamheid</b>	<b>Creativiteit</b>	<b>Schoonheid</b>
<b>Afhankelijkheid</b>	<b>Tolerantie</b>	<b>Innerlijke rust</b>
<b>Humor</b>	<b>Stabiliteit</b>	<b>Spiritualiteit</b>
<b>Dienstbaarheid</b>	<b>Zelfkennis</b>	<b>Kracht</b>
<b>Groei</b>	<b>Saamhorigheid</b>	<b>Speels</b>
<b>Solidariteit</b>	<b>Respect</b>	<b>Waardering</b>
<b>Oprechtheid</b>	<b>Spanning</b>	<b>Structuur</b>

<b>Naasteliefde</b>	<b>Sex</b>	<b>Macht</b>
<b>Sportief</b>	<b>Veiligheid</b>	<b>Gelijkheid</b>
<b>Moed</b>	<b>Monogamie</b>	<b>Muziek</b>
<b>Kunst</b>	<b>Erkenning</b>	<b>Zorg</b>