



# KOMPASWIJZER

EEN *richtinggevend, rakend*  
*en verhelderend* KAARTSPEL

14-114  
LEEFTIJD

1-30  
SPELERS

+15 MIN  
SPEELTIJD

Door KompasVinder te spelen ga je op zoek naar 'jouw kompas'. Deze zal bestaan uit een verzameling van vizierkaarten en/ of koerskaarten, afhankelijk van welke speelwijze je kiest. De kaarten die je kiest vormen uiteindelijk 'jouw kompas'. Je kunt zonder speelvraag beginnen en gewoon kijken welke kaarten je op dat moment aanspreken. Maar je kunt ook met een gerichte speelvraag starten. Je kiest dan steeds de vizier en koerskaarten die hierop aansluiten, antwoorden of voor jou de richting aan geven. Hier geven we enkele voorbeelden van spelvragen die je als uitgangspunt kunt nemen:

## OM ANTWOORDEN TE VINDEN

- »» Welk kompas kan mij ondersteunen in een specifieke gebeurtenis of situatie?
- »» Welk kompas wil ik een belangrijke rol laten spelen in een keuze die ik ga maken?
- »» Welk kompas kan mij helpen groeien op een 'bepaald' gebied?
- »» Welk kompas kan mij helpen om met een persoonlijke 'valkuil' om te gaan?
- »» Welk kompas sluit aan bij een specifieke behoefte, wens of droom die ik heb?
- »» Welk kompas sluit aan bij de richting die ik op zou willen?
- »» Welk kompas past bij de lifestyle die ik zou willen?

### Voor opvoeders:

- »» Welk kompas kan mij/ons helpen in een opvoedvraag die momenteel speelt?
- »» Welk kompas gun ik aan mijn/ons gezin?
- »» Welk kompas wens ik mijn/ons kind toe op dit moment?
- »» Welk kompas wens ik mezelf als ouder toe op dit moment?
- »» Welk kompas geeft een nieuwe richting aan in mijn/ons onderliggende opvoedverlangen?

## OM BEWUST(ER)VAN TE WORDEN

- »» Welk kompas wil ik een essentiële rol geven in mijn werk, relatie(s), vriendschappen, studie of innerlijke processen?
- »» Welk kompas heeft nu prioriteit voor mij?
- »» Welk kompas spreekt mij nu het meeste aan?
- »» Welk kompas vind ik als opvoeder, partner of bijvoorbeeld werknemer belangrijk om uit te dragen?
- »» Welk kompas past bij mijn onderneming, bedrijf of praktijk?
- »» Welk kompas vraagt in mijn dagelijkse leven om meer aandacht?
- »» Welk kompas kan helpen om mijn kwaliteiten meer naar voren te laten komen?
- »» Welk kompas willen we in deze klas, dit huis, dit team of bijvoorbeeld deze studiegroep naleven?
- »» Welk kompas past bij de lifestyle die ik heb?
- »» Welk kompas waardeer ik in anderen? Wat dit zegt over mij?
- »» Over welke kompas zou ik meer willen communiceren en/of mezelf uiten?

[WWW.MATTYENGREETJE.NL](http://WWW.MATTYENGREETJE.NL)

KompasVinder® is een geregistreerd merk, ontwikkeld door Matty van de Rijzen en Greetje Welten. Deze teksten zijn beschermd met auteursrechten.

### Voor opvoeders:

- »» Welk kompas wil ik een rol geven in de opvoeding van mijn/ons kind?
- »» Welk kompas geef ik als voorbeeld mee door mijn eigen levenshouding?
- »» Welk kompas zou ik aan mijn kind willen uitstralen door het zelf meer voor te gaan leven?
- »» Welk kompas vind ik op dit moment het beste bij mijn kind passen?
- »» Welk kompas speelt een belangrijke rol in mijn/ons gezin?
- »» Welk kompas had ik voor ogen toen ik kinderen kreeg?

De meeste vragen kun je specificeren door deze te koppelen aan een bepaald levensgebied. 'Welk kompas kan mij helpen groeien op een 'bepaald' gebied?' Wordt bijvoorbeeld: 'Welk kompas kan mij helpen groeien in mijn werk?' Bij sommige vragen kies je één van de mogelijkheden, zo houdt je het lekker concreet. 'Welk kompas wil ik een essentiële rol geven in jouw werk, relatie(s), vriendschappen, studie of innerlijke processen?' wordt bijvoorbeeld 'Welk kompas wil ik een essentiële rol geven in mijn vriendschappen?'

## VOORBEELDEN

Mirre is 16 jaar en zit op het gymnasium in de vijfde klas. Ze merkt dat ze zich sterk laat leiden door haar perfectionisme, ze wil het allemaal té goed doen. Ondanks dat deze eigenschappen haar ver hebben gebracht, heeft ze er veel stress van. Ze zoekt naar een gezondere balans. Wanneer ze KompasVinder gaat spelen gaat ze kijken wat ze zelf zou willen dat haar drijfveren zijn m.b.t. haar houding op school. Al spelenderwijs wordt ze zich bewust welke richting ze op wil om meer balans te vinden. Uiteindelijk kiest ze de Viziekaarten Flow, Vrijheid en Zachtheid. Vervolgens bedenkt ze bij elke vizierkaart een kleine concrete stap die ze kan zetten.

Frank en Maaïke zijn de ouders van de 10-jarige Puck. Zij hebben het idee dat ze soms teveel hebben laten gaan qua opvoeding en lopen nu tegen spanningen en gedragsproblemen aan. Omdat Frank veel weg is, staat Maaïke er vaak alleen voor. Hoewel hij er emotioneel wel voor haar is, moet ze op het moment vaak zelf in haar eentje pittige opvoedkwesties oplossen. Samen bepalen ze met welk kompas ze begonnen zijn in de opvoeding. Ze kiezen beiden drie vizierkaarten die ze passend vinden. Ze bepalen wat dat concreet inhoudt met de op-dat-moment-spelende opvoedperikelen. Vervolgens spelen ze KompasVinder gericht op de spelvraag: "Welk kompas kan mij/ons helpen in een opvoedvraag die momenteel speelt?" Dat geeft Maaïke oplossingen, kracht en vertrouwen. Het geeft Frank betrokkenheid en het geeft Puck een hoop duidelijkheid. De rust en gezelligheid keert langzamerhand weer terug in het gezin.