

**סיכום מפגש 28 המשחק באימון. לשלב את הקלפים בששת השלבים של שיחת האימון**

## **Points Of You קלפי אימון פוינטס אוף יו**

POINTS OF YOU קלפי אימון פוינטס אוף יו

המשחק מאפשר לנו לקחת לרגע פסק זמן, לשאוף אוויר ולהתבונן על החיים מפרספקטיבה אחרת, ממרחק. רק כך אפשר לשבור את מעגל החשיבה וההתנהלות האוטומטית שלנו בחיי היומיום. מתי הצלחתי לעצור בפעם האחרונה? הרחבת נקודת המבט. לכל עמדה, סיטואציה או מקום רגשי שאנו חווים קיימות אינסוף נקודות מבט. האתגר האמיתי הוא להצליח ולראות נקודות מבט אחרות מאלו שאנו כבר מכירים, ולהתבונן על הדברים מזוויות חדשות. מהי נקודת המבט האמיתית שלי?

רוב חיינו אנו רצים ממשימה למשימה, עמוסים במטלות, והיומיום לא משאירה לנו הרבה מקום לשתף ולהקשיב לעצמנו ולסובבים אותנו. עצירה לרגע מאפשרת מפגש בונה, אינטימי ולא שיפוטי. לכן, המשחק הוא מתנה מיוחדת לעצמנו ולאלו שאנו אוהבים, וגם כלי עבודה פרקטי וייחודי למאמנים, מנהלים, פסיכולוגים, מטפלים, יועצים, מגשרים ומנחי קבוצות וסדנאות. קלפים נוספים למאמנים

### **POINTS OF YOU קלפי אימון פוינטס אוף יו הוראות:**

בחרו נושא מחיי היומיום שמעסיק אתכם, לטוב או לרע, שברצונכם להתבונן בו לעומק. למשל: דילמה או התמודדות בזוגיות, קריירה, משפחה, חברים, מיניות, הגשמה עצמית וכו'. כתבו את הנושא שבחרתם בשדה הייעודי בכרטיס האימון.

פרשו את מפת התהליכים ובחרו את התהליך המתאים ביותר לנושא שבחרתם. או ערבבו את חבילת הקלפים בסבלנות. תוך כדי ערבוב, נסחו לעצמכם מה מעסיק אתכם בנושא שבחרתם. פרשו את חבילת הקלפים כשהם הפוכים, ובחרו באופן אינטואיטיבי מספר קלפים בהתאם לתהליך שבחרתם, ומקמו אותם כשהם הפוכים על מפת התהליכים.

### **עבודה גלויה או סמויה עם הקלפים למאמנים**

קיימות שתי אפשרויות לעבודה עם הקלפים: כשהחבילה הפוכה ולא רואים את הקלפים – קלפים סמויים. וכשהחבילה פתוחה ופרושה והקלפים גלויים. שתי האפשרויות לעבודה עם הקלפים יוצרות דינאמיקה מאוד מעניינת ומשיגות, בסופו של דבר, את אותה מטרה, אולם לכל אפשרות יתרונות וחסרונות.

## עבודה עם קלפים גלויים

**יתרונות:** מניעת התנגדויות: הבחירה הסמויה עלולה לגרום להרבה אנשים, בדרך כלל אלו המאופיינים בחשיבה לוגית או אלו הצריכים להרגיש שהם בשליטה, להתנגדות מאוד גדולה שתגרור קושי בשיתוף פעולה עם התהליך. כאשר הקלפים גלויים אנו מראש מנטרלים את ההתנגדות ואת החשש מהלא נודע. בחירה מודעת: כשחבילת הקלפים גלויה המשתתף למעשה בוחר את תוכן הקלף איתו הוא רוצה לעבוד. מהלך הבחירה המודעת הוא תהליך מרתק המאפשר התבוננות בעצם הבחירה והשאלות שעולות סביב הבחירה המודעת של הקלף מאפשרות דיאלוג פורה.

**חסרונות:** זמן: למרות שלכאורה מדובר בעניין טכני, בחירה גלויה גוזלת הרבה יותר זמן כי המשתתפים עורכים שיקולים ומתלבטים באיזה קלף לבחור. עבודה עם קלפים גלויים מתאימה לסיטואציות בהן פקטור הזמן לא מהווה מגבלה. מודעות אוטומטית: תהליך הבחירה הגלויה נעשה מתוך מקום תודעתי מוכר וידוע, ובדרך כלל לא מאפשר לסוגיות שלא נמצאות בהכרה ובאוטומט שלנו לצוף על פני השטח.

## עבודה עם קלפים סמויים

**יתרונות:** שחרור שליטה: כאשר הקלפים אינם חשופים הבחירה היא אקראית, ולכן ברוב המקרים, הקלף שהמשתתף שולף מחבילת קלפים סמויה הוא לא דווקא הקלף בו היה בוחר אילו החבילה הייתה גלויה. בחירה אקראית של קלפים מציפה ברוב הפעמים את הנושא האמיתי שנמצא מתחת לפני השטח ומחכה להתגלות. הפכו את הקלפים. התבוננו לעומק בכל קלף, שימו לב למחשבות שעולות, לרגשות, לאסוציאציות ולהתנגדויות ונסו להבין את ההקשר של הקלף לחייכם ולנושא שבחרתם. כעת, התבוננו במיקום הקלף בתהליך וראו: מה הוא שואל? מה התשובות שעולות? מה אני מבין או לא? האם הוא מעמת אותי? מעודד אותי? נהלו עם עצמכם דו שיח פנימי.

פתחו את הספר בעמוד המתאים לכל קלף (מספר העמוד נמצא בצדו השמאלי של הקלף). לכל נושא תמצאו צילום נוסף, סיפור, מספר ציטטות, מחשבות ושאלות. אפשר לקרוא "בשוונג" את כל הטקסט, אפשר לקרוא משפט אחד וזהו, ואפשר להתעכב על סיפור, ציטטה, שאלה או משפט יותר משעה. הכול אפשרי.

## משחק תמונה מילה ושאלה

קלפי אימון הוא הזמנה להזדמנות...הזמנה – לפתוח דלת, הזדמנות – להרחיב את נקודת המבט, את המחשבה, לעשות צעד ולהגיע לתובנות ולמקומות חדשים. משחק מקסים נוסף מבית היוצר של **points of You**.

המשחק כולל: 33 קלפי תמונה, 33 קלפי מילה, 33 קלפי שאלה, לוח בד לפריסת הקלפים ודפי הסבר להרחבה.

משחק תמונה מילה ושאלה – קלפי אימון מאפשרים לנו לעסוק בנושאים שונים ומגוונים בחיינו בדרך קצת אחרת, בדרך חווייתית, משחקית, צבעונית ועם זאת עוצמתית ומפתיעה בתוצאותיה. אפשר להשתמש בערכה בערב חברתי, בישיבת צוות, בפגישה זוגית או בארוחה משפחתית, משחק תמונה, מילה ושאלה מזמן מפגש משמעותי ומעורר השראה הן עם עצמנו והן עם אחרים.

במשחק תמונה מילה ושאלה – קלפי אימון אין מנצחים או מפסידים, אין תחרות וגם לא ניקוד. זהו משחק חברתי שבו כולנו מתנהלים בשיתוף פעולה. משתפים אחד את השני במחשבות וברגשות שלנו, משתתפים באינטראקציה חברתית, יוצרים שיחה עמוקה ואינטימית, עם עצמנו ו עם חברים או עם מי שאנחנו בוחרים. המרחב בין תמונה, מילה ושאלה מאפשר לנו לעצור לרגע, להתבונן, להתכוון, לבחון את הדברים מזווית שונה, להתרחב, להתמלא, וגם, ואולי בעיקר, להנות. הערכה היא כלי מהפכני וקל לשימוש שהופך כל מפגש לחוויה בלתי נשכחת. פותח אפשרויות חדשות ורבות עוצמה, ומכניס רוח רעננה של יצירתיות וחשיבה מחוץ לקופסה.

### מה מאפשר משחק האימון?

משחק האימון מאפשר לנו לעסוק בנושאים שונים בחיינו בדרך קצת אחרת- חווייתית, משחקית, צבעונית ועם זאת עוצמתית ומפתיעה בתוצאותיה. כ-36,000 צירופים שונים של תמונות, מילים ושאלות מציעים לנו כיווני התבוננות חדשים להרחבת נקודת המבט, למחשבה, להתפתחות ולעשייה. בערב חברתי, בישיבת צוות, בפגישה זוגית או בארוחה משפחתית, משחק תמונה, מילה ושאלה מזמן מפגש משמעותי ומעורר השראה, עם עצמנו ועם אחרים. ערכת המשחק תמונה מילה ושאלה – קלפי אימון כוללת בתוכה קלפי תמונה, קלפי מילה וקלפי שאלה, לוח בד לפריסת הקלפים ודפי הסבר להרחבה והעמקה.