



Handleiding

Doel van het spel:

Het Regie Spel is ontworpen om je te helpen bewuster te reageren vanuit je eigen regie. Het helpt je om te ontdekken wat echt belangrijk voor je is, welke waarden je leiden, en hoe je deze kunt toepassen in het maken van keuzes. Door het spel te spelen, krijg je meer inzicht in jezelf en begrijp je anderen beter.

Deelnemers (individueel, in tweetallen, teams, groepen, leidinggevenden, of tijdens coaching)

Spelverloop:

Kies de setting waarin je het Regie Spel wilt spelen. Dit kan thuis zijn, in tweetallen, in teams, als groep, of in een zakelijke omgeving zoals tijdens coaching of leiderschapstraining.

Trek een kaart:

Neem een kaart van het Regie Spel dek. De kaarten bevatten diverse vragen gericht op zelfinzicht, waarden, persoonlijke missie, en het bewust inzetten van kwaliteiten.

Beantwoord de vraag:

Neem de tijd om de vraag op de kaart te overdenken. Schrijf indien gewenst je gedachten op papier. Denk na over hoe deze vraag verband houdt met je eigen leven en keuzes.

Deel met anderen:

Als je in een groep speelt, deel dan je antwoorden met anderen. Luister ook naar de antwoorden van medespelers. Dit bevordert begrip en verbinding.

Reflecteer:

Herhaal het proces door meer kaarten te trekken en nieuwe vragen te beantwoorden. Dit kan op individuele basis of in groepsverband.

Tips:

- Speel het Regie Spel op een ontspannen en open manier. Er zijn geen strikte regels, het draait om zelfontdekking en dialoog.
- Moedig deelnemers aan om eerlijk en open te zijn in hun antwoorden.
- Gebruik het spel als een kans om je eigen regie in de praktijk te brengen en bewust te handelen vanuit je waarden en missie.

Het Regie Spel is een flexibel hulpmiddel dat aangepast kan worden aan verschillende situaties en doelgroepen.

Het doel is altijd het versterken van zelfinzicht, bewuste keuzes en begrip voor anderen. Voor extra inspiratie en informatie, bezoek vitaliteitsreizen.nl.

Veel plezier met het Regiespel!



Vitaliteitsreizen