



GEBRUIKSAANWIJZING KAARTEN

Kaartensets met afbeeldingen zijn bedoeld om inzicht te krijgen in dieperliggende motieven en ervaringen. Je gaat “zonder nadenken” zeggen wat je te binnen schiet door het zien van een afbeelding op een kaart. Het helpt mensen in het proces van zelfreflectie. Associatieve technieken helpen om verder te kijken dan alleen het denken. Onbewust zijn we voortdurend bezig met plaatjes en symbolen te interpreteren. En wat we interpreteren kleuren we door onze persoonlijke ervaringen, we maken een associatie. Associatiekaarten helpen om je eens bewust te worden van de manier waarop jij de plaatjes van je leven interpreteert. De kaarten kun je gebruiken in 1-op-1 gesprekken met mensen (zoals interviews, coachingsgesprekken etc.) of in groepsverband (brainstormsessies, focusgroepen etc.). De kaartenset is bruikbaar voor vele verschillende disciplines, zoals onderzoekers, trainers, coaches, therapeuten, psychologen en docenten.

Waarvoor kun je deze kaartenset gebruiken?

In de kaarten set zitten 11 emotiekaarten en 41 kaarten met afbeeldingen (van 2 verschillende illustratoren). De kaarten kun je gebruiken zoals je zelf wilt. Er zijn geen vaste regels voor het gebruiken van associatie- of emotiekaarten. Wanneer ze van meerwaarde zijn voor je gesprek, dan zet je ze in.

En waarom werken met beelden?

Werken met een beeld is erg inspirerend. Het is een uitstekend hulpmiddel om te blijven associëren en nieuwe beelden te laten opkomen. Beelden bespreken en betekenis geven, levert veel informatie op. Het is mooi wanneer mensen zelf betekenis geven aan een beeld. Want vaak is de waarde die aan de beelden wordt toegekend heel persoonlijk. Wat roept het op? Welke informatie geeft het? Dit kan nieuwe inzichten bieden. Door een gerichte koppeling te maken tussen de afbeelding en de vraag, krijgt het beeld een verhelderende functie. Dit is waardevol in onderzoek, coachingsituaties, in teamverband etc.

Hieronder staat een aantal ideeën voor het gebruik van de kaarten. Wellicht lukt het op basis van deze ideeën beter om zelf weer nieuwe ideeën op te doen.

Gebruik van de emotiekaarten

Een vraag zoals ‘Welke afbeelding past het beste bij jouw gevoel op dit moment?’

In teamverband

Een vraag zoals ‘Welke kaart past het beste bij jullie team?’

Associëren op een afbeelding

Een vraag zoals ‘Welke afbeelding past het beste bij jouw werk? En waarom?’

Je kunt als coach, trainer, onderzoeker etc ook zelf een afbeelding kiezen en vragen om deelnemers hardop te laten associëren op de afbeelding.

Voorstellen/ijsbrekers/opwarmers

Deelnemers pakken een kaart aan de hand waarvan zij zichzelf kunnen voorstellen. Bijvoorbeeld een kaart die laat zien wat ze belangrijk vinden in het leven, iets over henzelf zegt, weergeeft hoe ze zich voelen etc.

Brainstormen

Ideeën onder woorden brengen aan de hand van een afbeelding. Bijvoorbeeld er moet een oplossing bedacht worden voor een bepaald probleem. Om tot oplossingen te komen worden de afbeeldingen ingezet.

Problemen bespreken

De kaarten kunnen helpen om onderliggende problemen die moeilijk in woorden uit te drukken zijn, boven tafel te krijgen en een middel om laagdrempelig over onderwerpen te kunnen spreken.

Bijvoorbeeld: ‘Kies een afbeelding die het beste weergeeft hoe jij jouw probleem ziet’.

Vragen die je kunt stellen

Wat kun je opmerken naar aanleiding van het beeld? Welke relatie heeft het met jouw thema of vraag? Welke indruk maakt het? Wat raakt je? Welk beeld past het beste bij..? Wat is jouw gevoel bij deze afbeelding? Etc.