

Speel het spel. Gamification als motor voor verandering

Bartholomeus, E. (2020) • Boom

Thomas Fondelli •

Een aantal jaren geleden nam ik deel aan een studiedag waar John Burnham (2009), een Brits systeemtherapeut, ons meenam in zijn visie op de waarde van creativiteit in therapeutische gesprekken. Een therapeutisch gesprek, zo stelde hij, mag niet ‘meer van hetzelfde’ zijn. Verandering ontstaat daar waar je tot een andersoortig gesprek kunt komen. En dat kun je faciliteren door andersoortig te spreken. Ik herinner me nog hoe ik in mijn notities een zin noteerde die niet letterlijk zijn woorden waren, maar naar mijn gevoel wel samenvatte wat zijn boodschap was: ‘in therapy you want to introduce a kind of strangeness, without making it strange’. Of ruwweg vertaald: in therapie wil je een bepaalde mate van ‘vreemdheid’ introduceren zonder het vreemd te maken. Sedertdien heb ik het een uitdaging gevonden om op zoek te blijven naar nieuwe taalvormen waarin ik mijn cliënten kan uitnodigen om hun zorgen met mij te delen en hen kan uitdagen om nieuwe perspectieven te verkennen. Zo heb ik onder meer geëxperimenteerd met hoe je aan de hand van gezelschapsspelen kinderen en jongeren uitnodigt om te reflecteren over meer existentiële vragen, hoe je goochelen inzet om systeemtheoretische concepten zoals binnenkant-buitenkant-overkant voelbaar te maken en recent nog hoe je cliënten kunt ondersteunen in het opnieuw ervaren van invloed aan de hand van metaforen (Fondelli & Rucinska, 2021).

-
- Klinisch psycholoog in het Zeepreventorium, De Haan. Systeemtheoretisch psychotherapeut werkzaam in een eigen praktijk, Moerkerke. Als trainer verbonden aan de Interactie-Academie en Autisme Centraal.
E-mail: thomas.fondelli@telenet.be

Het is tegen deze achtergrond dat de titel van het boek dat ik hier recenseer mijn aandacht trok toen het in mijn mailbox verscheen: *Speel het spel. Gamification als motor voor verandering*. Gamification verwijst naar het toepassen van spelprincipes en speeltechnieken op iets dat aanvankelijk geen spel is, met de bedoeling mensen te begeleiden en ondersteunen naar verandering. Hoewel ik vaak speels te werk ga en af en toe ook speltherapeutisch werk, was dit vrij nieuw voor mij. Zou 'gamification' ook iets kunnen betekenen voor de systeemtherapeutische praktijk?

Het boek is geschreven door Ellis Bartholomeus. Ellis studeerde in 1996 af aan de Design Academy te Eindhoven en werkt nu als product designer. In de inleiding van haar boek lees ik hoe ze haar eerste spel ontwierp toen ze als twintigjarige tien maanden moest revalideren na een ernstig ongeval. In plaats van zich blind te staren op de lange weg die ze nog zou moeten afleggen, besloot ze elke nieuwe dag te zien als een obstakel dat overwonnen moest worden. Ze gaf zichzelf ook elke dag een nieuwe uitdaging dat verband hield met haar revalidatietraject. Had ze die uitdaging tot een goed einde kunnen brengen, dan bereikte ze een nieuw level in het spel dat ze had bedacht. Ze schrijft: 'Zo werden onoplosbare zaken behapbaar en ogenschijnlijk vastzittende zaken beweeglijk.' (p. 18)

Na haar studies besloot ze zich als product designer toe te leggen op het ontwikkelen van producten die organisaties helpen om een boodschap over te brengen. Ze realiseerde zich al snel dat je een boodschap niet zomaar als 'pakketje' kunt verzenden naar een ontvanger. Je wil de ontvanger eigenaarschap laten ervaren van die boodschap. Je wil hem of haar uitdagen met de boodschap te interageren en die zich eigen te maken. Het ontwikkelen van spelen werd daartoe een belangrijk middel. Sedert de opstart van haar eigen bedrijf ontwikkelde ze meer dan vijftig spelen gericht op een heel divers publiek.

Het boek verscheen aanvankelijk in het Engels. Later vertaalde ze het naar het Nederlands. Het bestaat uit twee grote delen. In een eerste deel neemt ze de lezer mee in haar visie op wat spel is en op wat de kenmerken zijn van een geslaagd spel. Om 'spel' te begrijpen, zo schrijft ze, kun je je blik niet beperken tot de materialen (een bal, het spelbord, de dobbelstenen ...) die worden gebruikt. Spel ontstaat daar waar gebruikers in interactie gaan met die materialen en er een spelcontext wordt gecreëerd die mee wordt beïnvloed door wie

het spel speelt, waar het spel wordt gespeeld, wanneer het wordt gespeeld en waarom het wordt gespeeld. Spel ontstaat daar waar de spelers een magische cirkel creëren die hen bindt aan het spel via een set van regels die het spel en de spelers via een schijnbarrière afgrenst van de realiteit. Spel vraagt dan ook een zekere focus. Om het spel te spelen moet je met je aandacht bij het spel zijn en je kunnen overgeven aan het spel. Opdat de spelers de magie van het spel zouden kunnen ervaren, moeten ze in alle vrijheid aan het spel kunnen deelnemen en zich aan het spel durven overgeven. Daar is dan weer vertrouwen en een gevoel van veiligheid voor nodig.

In een tweede deel van het boek beschrijft ze in 25 korte hoofdstukken talrijke manieren waarop je als ontwikkelaar spelers kunt uitdagen om via spel tot 'leren' te komen en je boodschap over te krijgen. Zo spreekt ze onder meer over hoe je een spel prikkelend kunt maken door er een element van onzekerheid aan toe te voegen. De nieuwsgierigheid naar wat er zal komen daagt spelers uit om verder te willen spelen. Ze heeft het ook over de mogelijkheid om een spel op te delen in levels waardoor je spelers het gevoel geeft van 'progressie' te maken en steeds beter te worden. En door een verhaalelement aan je spel toe te voegen nodig je spelers uit om in het spel te kruipen en ook gevoelsmatig 'deel' te nemen aan het spel.

De auteur is volgens mij iemand die haar vak bijzonder goed beheerst. Ze toont in haar boek een doorgedreven analyse van wat spel is en hoe je een spel kunt creëren. De korte stukjes theorie doorspekt ze met en past ze toe op heel veel voorbeelden van bestaande spelen en spelen die ze zelf heeft ontwikkeld. Op het einde van elk hoofdstuk daagt ze de lezer ook uit om zelf aan de slag te gaan met het thema van dat hoofdstuk via een denk- of doe-opdracht.

ONDANKS mijn bewondering voor de kennis en kunde van deze auteur, heb ik toch regelmatig moeite gehad om verder te lezen. Naarmate het boek vorderde, kreeg het namelijk steeds meer het karakter van een ophijsting van allerlei spelkenmerken die invloed kunnen hebben op de spelbeleving. Het waren er dusdanig veel dat ik op een bepaald moment het bos door de bomen niet meer kon zien. Mijn enthousiasme om ook in therapie spelelementen te introduceren slonk met de minuut. Spel en speelse elementen introduceren in therapie leek me dusdanig complex geworden, dat ik er geen beginnen aan meer zag. Het is pas nadat ik de context van de auteur weer wat op de voorgrond trok en het verschil maakte met een therapeutische context, dat ik ook weer mogelijk-

heden begon te zien. Een eerste verschil heeft te maken met tijd. Als product designer heeft zij tijd om de opdracht die haar wordt toebedeeld te analyseren om vervolgens een spel uit te denken en te ontwikkelen. Die tijd geeft haar de mogelijkheid om met de diverse spelfactoren rekening te houden die ze ook in haar boek opsomt. Als therapeut daarentegen werk je in het hier-en-nu met wat een cliënt je brengt. Wil je spelelementen invoegen, dan moet dat gebeuren vanuit een zekere spontaniteit, een ingeving van het moment, geënt op de openheid die een cliënt je op dat moment 'geeft'.

Pieter is een jongeman van rond de twintig die begeleid zelfstandig woont in een woonvorm voor jongvolwassenen met autisme. Hij kampt al van jongs af aan met obesitas. De laatste jaren is hij echter veel bijgekomen en maakt hij zich, samen met zijn ouders en begeleiders, ook zorgen over zijn gezondheid. Hij geeft aan zowat alles geprobeerd te hebben. Zo is hij in begeleiding geweest bij een diëtiste en heeft hij een intensief ambulantly revalidatietraject gevolgd. Niets lijkt te werken. Daarom zet hij de stap naar een psycholoog. Misschien biedt dat een invalshoek die wel helpt. In een van onze gesprekken verkennen we hoe Pieter het gevoel heeft vast te zitten in routines. Afwijken van zijn routines maakt hem angstig. Eerder vertelde hij me weliswaar dat hij een passie heeft voor spelen (computergames, gezelschapsspelen ...). Ik vraag hem of ik dat thema even mag opnemen en verken met hem de manier waarop hij speelt. Is hij een speler die op safe speelt? Of durft hij wel eens uitstapjes maken, een risico nemen ...? In de context van een spel blijkt hij best wel een durver te zijn. Dat brengt ons tot een verkenning van wat hem helpt om die risico's te durven nemen en wat het voor hem zou betekenen mochten we ook het leven van alledag een beetje meer als een spel benaderen. De idee prikkelt hem en samen bedenken we een spel waarin hij over de komende twee weken zeven kleine dingen 'anders dan anders' zal doen. We dagen de begeleiders en zijn ouders uit om ze op te merken en hem te laten weten wat ze denken te hebben opgemerkt.

Het spel dat Pieter en ik samen hebben bedacht is een ingeving van het moment. Er was geen tijd om uitgebreid over allerlei spelfactoren en -regels na te denken. Pieter toonde een opening om zijn worstelingen op een andere manier te benaderen en dat moment hebben we samen gegrepen om er een spelelement aan toe te voegen. De magie van het moment had een half uur

later evengoed kunnen verdwenen zijn, waardoor we een unieke kans tot verandering gemist zouden hebben.

Een tweede verschil heeft volgens mij te maken met het beoogde doel. Als product designer heeft Ellis Bartholomeus tot doel een aantrekkelijk product af te leveren dat tot de verbeelding van een grote groep mensen spreekt en een boodschap overbrengt. De universele spelprincipes die ze opsomt in haar boek helpen haar daarbij. In therapie daarentegen ligt de focus op het proces dat je aan het bewandelen bent met je cliënt. Er is geen vooraf bepaalde, eenduidige boodschap die je wil overbrengen. Je haakt in op het verhaal van de cliënt en samen met de cliënt onderzoek je wat een verschil zou kunnen maken. Spel introduceren biedt daartoe misschien wel mogelijkheden, maar hoeft dan niet te voldoen aan universele spelprincipes. Het moet vooral aansluiten bij die ene cliënt en die motiveren om ermee aan de slag te gaan.

Fien is een meisje van zeventien jaar oud dat worstelt met angst voor wat andere mensen van haar zouden kunnen denken. De angst werkt zo hevig op haar in dat ze er vaak niet in slaagt om naar school te gaan of om af te spreken met vrienden. Ze wil graag weer naar buiten kunnen gaan, mensen onder ogen durven komen en stapsgewijs werken aan haar toekomstdromen. In een van onze gesprekken vertelt Fien hoe ze er recent in geslaagd is om alleen de tram en trein te nemen. Als ik haar vraag hoe belangrijk dat moment voor haar is geweest, maakt ze de vergelijking met de dikke kat uit een serie op Netflix, Big Mouth. In de serie staat de dikke kat symbool voor de depressie die op een van de personages weegt. De kat ligt voortdurend op haar en verhindert haar om stappen te zetten. Fien heeft het gevoel dat ze een manier heeft gevonden om 'haar' dikke kat van zich af te duwen en haar angst onder ogen te zien. Ik vertel Fien dat ik zelf ook een kat thuis heb en vaak merk hoe koppig ze kan zijn. Eén duwtje is vaak niet genoeg om haar duidelijk te maken dat ik haar niet op mijn schoot wil. Het vraagt volhouding. Zou dat ook bij haar 'dikke kat' het geval kunnen zijn? Fien vermoedt van wel, daarom bedenken we samen een plan om vol te houden. We houden daarbij rekening met hoe snel haar kat zich opnieuw op haar schoot zou nestelen, hoe vaak ze hem van zich af zal moeten duwen, hoe ze hem wil belonen als hij doet wat hij van haar vraagt, welke hulpbronnen ze zou kunnen inschakelen mocht hij zich toch weer even nestelen enzovoort.

Met de metafoor van de dikke kat als ingangspoortje hebben Fien en ik een meer speelse context gecreëerd waarbinnen ze kan onderzoeken hoe ze anders met haar sociale angst kan omgaan. Het effect hiervan was onmiddellijk voelbaar. Er kon opnieuw gelachen worden, er ontstond creativiteit in het zoeken naar handvatten en er was nieuwsgierigheid naar hoe het ‘spel’ verder zou evolueren.

Door de verschillen tussen de context van de auteur en mijn therapeutische context meer op de voorgrond te trekken kon ik mezelf opnieuw de ‘speelruimte gunnen’ om te durven experimenteren met spel in een therapeutische context. Misschien ligt hier wel voer voor een tweede boekje, *Instant Gamification*, waarin naar mijn gevoel minstens volgende krachzinnen zouden opgenomen moeten worden:

- Ook ernstige problemen mogen op een speelse manier besproken en ‘aan-gepakt’ worden.
- Er bestaat geen juiste manier van hulpverlener zijn, dus durf te experimenteren met hoe je je rol invult.
- Luister naar de beelden of metaforen die een cliënt je aanreikt en haak daar de ontwikkeling van een spel aan.
- Grijp het moment aan om ‘anders dan anders’ te spreken met je cliënt over hun worstelingen en durf te springen in het diepe.
- Zie spel als een uitnodiging voor de cliënt om anders dan anders te ageren en reageren in het ginds, gestuurd en gesteund door een wijziging in perspectief dat je in de therapeutische ruimte hebt ontdekt of gecreëerd (Keeney, 2009).
- Een instant game hoeft niet ‘mooi’ of ‘af’ te zijn. De essentie is dat de cliënt zich geprikkeld voelt om het te spelen.

Literatuur

De Cock, M. (2009). Creativiteit en spel in gesprekken met kinderen, adolescenten en hun gezin. Workshop met John Burnham, georganiseerd door de Interactie-Academie, Berchem, 12 juni 2009. *Systeemtheoretisch Bulletin*, 27(3), 337-346.

- Fondelli, T., & Rucinska, Z. (2021).** Aan de slag met metaforen. *Systeemtheoretisch Bulletin*, 39(1), 53–74.
- Keeney, B. (2009).** *The creative therapist: The art of awakening a session*. Taylor & Francis.