

Skozi *Igro transformacije* spreminjamo sebe in družbo

Igra transformacije za doseganje boljšega življenja? Zakaj pa ne! Transformacija po *Slovarju slovenskega knjižnega jezika* pomeni preoblikovanje, preobrazbo, spremembo, pretvorbo. Vendar v praksi najraje poskušamo transformirati naše bližnje, zlasti partnerja, otroke, prijatelje, sodelavce ... Ne zato, ker bi pozabili nase in na svoje probleme, ampak največkrat ne želimo spreminjati sebe. Zakaj? Zato, ker je težko. Najlažje je ne spreminjati ničesar, ostajati v udobju znanega, ali pa drugim soliti pamet »iz naslanjača«.

Igra transformacije je psihološka družabna igra s kocko in kartami (za največ šest igralcev), ki jo je pred 43 leti izumila Joy Drake v *Findhorn fundaciji*. V igri se vsak igralec osredotoči na svoj osebni življenjski izziv in skozi igro pridobiva ideje za uresničitev, ob tem pa mu pomagajo soigralci. Pri tej igri so torej zmagovalci vsi, že z odločitvijo, da bodo sodelovali.

V okviru Erasmus+ programa, ki ga pri nas vodi CMEPIUS, mi je bilo kot sodelavcu izobraževalnega društva *Jasa* omogočeno, da se udeležim usposabljanja in spoznam *Igro transformacije*. V avgustu sem tako odpotoval v mesto ob obali Škotske, Findhorn. Fundacija Findhorn, ki izobraževanja organizira, pa je dinamična mednarodna skupnost, ki temelji na človečni povezanosti, ekološki pridelavi hrane ter skupnih moralnih vrednotah. Je tudi ena najuspešnejših ekovasi v Evropi. Nastala je leta 1962, ko so Peter in Eileen Caddy ter Dorothy Maclean postavili kamp blizu rta Findhorn ter začeli z ekološko pridelavo hrane. Kmalu se jim je pridružilo več sto podobno mislečih in v 60 letih prejšnjega stoletja je zraslo večje naselje, ki poskuša biti čimbolj samooskrbno (sami pridelujejo večino hrane, se oskrbujejo z elektriko iz vetrnih elektrarn, imajo rastlinsko čistilno napravo, skupno toplotno ogrevanje ...). Kmalu so začeli izvajati tudi izobraževanja in različne delavnice ter ustanovili Fakulteto Findhorn. Leta 1975 pa odkupili Cluny Hill hotel, kjer potekajo nekatera izobraževanja, vključno z *Igro transformacije*.

Igra transformacije je potekala v skupini s petimi igralci in dvema moderatorjema. Igrali smo jo teden dni (možno pa je izbrati tudi štiridnevno različico). Uporablja se za reševanje psiholoških dilem, olajšuje odločanje ter pogloblja samorazumevanje. Predstavlja pomanjšan model življenjske realnosti, kjer na igralni poti poskušaš uresničiti zadani cilj. Ob tem seveda naletiš na različne prepreke in spodbude (pristanesh na različnih poljih), ki ti pomagajo do odgovorov in spoznanj.

Na začetku si igralci postavijo lastni cilj, ki se začne z »nameravam«, na primer »dobiti boljšo službo« ali pa »znebiti se nedokončevanja dela«. Igra nas potem preko izpolnjevanja posameznih stopenj (fizične, čustvene, mentalne ...) vodi k rešitvam oziroma pravi poti, ob tem pa spoznavamo tudi svoje ukoreninjene vzorce obnašanja, ki nas zavirajo. Pri tem se uporablja met kocke, ki določi, za koliko polj se igralci premikajo naprej, na posameznih poljih pa jih čakajo različne naloge (zapisane na karticah). Največkrat se je potrebno spomniti določene pozitivne ali negativne izkušnje iz življenja ter premisliti, kako ta izkušnja vpliva na zastavljen cilj. Igra tako ne ponudi jasnih odgovorov na igralčevo dilemo, pač pa omogoči analitičen razmislek, ki lahko vodi do pravih odločitev. V okviru igre se



večkrat razvijejo tudi močna čustvena stanja, ki pospešujejo igralčevo izkušnjo in prispevajo k bolj intenzivnemu iskanju rešitev. Delovanje igre se lahko deloma pojasni s teorijo Carla Junga o sinhroniteti, po kateri dogodki, ki na videz niso povezani in izgledajo naključja, v resnici predstavljajo del večje celote, ki se je običajno ne zavedamo. Druga pridobitev pa je, da lahko nekatere napačne odločitve podoživimo brez škodnih posledic, ker gre le simulirani model življenjske situacije, kar nam v bodočnosti pomaga pri spreminjanju ravnanj.

Kaj pa praktične koristi v osebnem in poslovnem okolju? Nekaj mesecev po zaključku igre, lahko ugotovim, da se kažejo določene spremembe, ki so posledica udeležbe usposabljanja. V službenem okolju mi lažje uspe biti bolj pozoren do sodelavcev in njihovih potreb, kar je še posebej pomembno za ljudi na vodilnih položajih. Pri sestankih in zlasti v mednarodnem okolju mi uspe lažje prepoznavati potrebe drugih sogovornikov in tako je manj možnosti za nastanek konfliktov. Lažje tudi sprejemam drugačnost in lažje razumem pomen potrpežljivosti za doseganje boljših rezultatov. V osebnem življenju pa mi je igra pomagala, da trdneje postavljam meje drugim in se poskušam izogibati prekomernemu razdajanju. Nenazadnje pa mi je igra prispevala k boljšemu zavedanju lastnih prioritet in s tem večji osredotočenosti na cilje v prihodnosti.

Igro transformacij priporočam vsem, ki želijo stopiti na pot raziskovanja samega sebe ter izboljšati odnose v delovnih kolektivih. Pomagala bo pri soočanju z osebnimi ali poslovnimi dilemami, izboljšala bo zavedanje problemov in omogočila osredotočenost na cilje, kar je predpogoj za pozitivne spremembe. Kajti, kot je zapisal Albert Einstein: »Svet, kot smo ga ustvarili, je sad našega razmišljanja. Ne moremo ga spremeniti, ne da bi najprej spremenili svoje razmišljanje.«.

mag. Darko Ferčej

