



Co jsem si uvědomil při práci s kartami Get2KnowMe?

S kartami a hrou Get2KnowMe jsem pracoval již několikrát a začal jsem s tím více v rámci rekonstrukce vlastní hodnoty s Míšou Píškovou. Již tehdy jsem však narazil na limity těchto karet, které představuje především omezená nabídka jak hodnot, emocí tak i kompetencí. Nejednou jsem se tak ocitl v situaci, kdy například ani jedna z nabízených emocí nereflektovala skutečnou emoci spjatou s danou hodnotou a musel jsem vybrat nějakou jinou, sice blízkou, ale ne tu správnou.

Co se týče samotných karet, tuto hru jsem hrál cca 14 dní nazpět při sledování videa v rámci Rekonstrukce identity. Pro snazší popis přikládám fotografii mého výkladu:



Nebudu zde popisovat všechny hodnoty, emoce a kompetence, a zaměřím se jen na ty, ke kterým bych chtěl dodat pár slov.

Poprvé za dobu, co tuto hru hraji, jsem se odprostil od schématu výběru 5 hodnot a zjistil jsem, že jich mám nakonec 7. Jako jasná volba pro mě byla hodnota Já. V minulosti jsem si sebe příliš neuvědomoval, v poslední době jsem však poznal, že na sobě musím pracovat nejen z hlediska pracovního, ale především osobnostního. Pro někoho může být zajímavá





připojená emoce studu. Tuto emoci jsem vybral proto, že čím více zjišťuji, kdo opravdu jsem, jaké vlastnosti (často nelichotivé) si uvědomuji, že jsem v minulosti běžně používal, zažívám emoci studu. Sem bych připojil ještě emoci radosti (bohužel je uvedena u jiné hodnoty a dvě kartičky nemám), a to ze stejného důvodu, jako emoci studu. Čím více si začínám přiznávat, kdo opravdu jsem, jaké mám nedostatky, tím lépe umím tyto věci pojmenovat a následně s nimi efektivně pracovat. Hodnota Já pro mě byla vždy, od doby co tuto hru hraji, velmi důležitá, nicméně až v poslední době se z této hodnoty stala přední hodnota, která je aktuálně pro mě nejtěžnější.

Ještě bych rád vyzdvihl jednu věc. Na fotce je uvedena hodnota Pravidla (a s tím spojené kompetence a emoce). Tato hodnota byla pro mě od počátku Nr.1 v hodnotách, protože jsem si uvědomoval, že pravidla a jasné návody mi pomáhají dosáhnout výsledků a cílů. Za poslední měsíce jsem si však uvědomil, že tato hodnota mi jen pomáhá vyvažovat druhou stranu páky, což byla (a částečně ještě je) nízké sebevědomí a nízká sebehodnota. Jakmile jsem však na tomto začal pomalu pracovat, zjistil jsem, že pravidla mohou být výhodná, nicméně nejsou už potřeba a tuto hodnotu bych už dnes nepovažoval za stěžejní jako v minulosti. Vidím v tom určitou svobodu a odproštění se od svazující potřeby pravidel a postupů, které mě pořád v daném stavu udržovaly.

S tímto souvisí také schopnost přijmout za své činy zodpovědnost. Ne, že bych to dříve nedělal, ale v mnoha případech bylo pro mě snazší se na někoho (nebo na něco) vymluvit, a i když tato strategie fungovala poměrně dobře, v poslední době jsem si uvědomil, že toto přece nemá smysl dělat. Od té doby se stala již spousta věcí, za které jsem nesl vinu, a pokaždé jsem svou vinu ihned přiznal bez toho, abych třeba čekal, až se na to přijde. Ne všechny situace dopadly lichotivě, ale měl jsem ze sebe dobrý pocit, že jsem za všechny přijal ihned a vědomě zodpovědnost.

Tento stav karet Get2KnowMe je podle mě zatím ve fázi progresu. Víím však, že se jejich rozložení liší od toho, jaké jsem měl například v lednu tohoto roku, vnímám však, že i tato sestava zajisté nějakou změnou projde a je možné, že nejen jednou. Zatím jsem však s těmito změnami velmi spokojen a víím, že pokud vytrvám, výsledky se dostaví a já opravdu nakonec zjistím, kdo vlastně jsem ☺.

