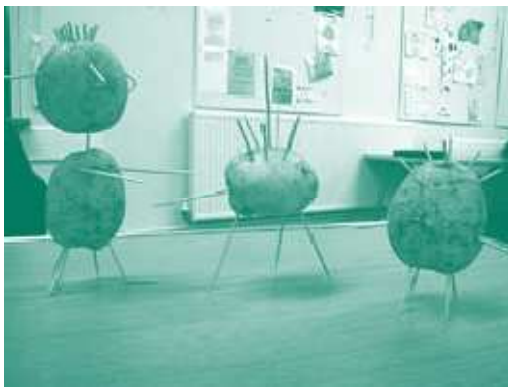




Transitie-instrument 3

De gewone aardappel als instrument om onze olieverslaving te doorbreken: een oefening

Deze oefening ontstond uit wat ze 'Bunyips' noemen in Skye en Robin Clayfield's *Manual of Teaching Permaculture Creatively*, maar ik heb hem zelf aangepast. Het is een krachtig instrument om mensen aan te zetten bij zichzelf te onderzoeken hoe zij hun olie afhankelijkheid kunnen verminderen. Ik heb het altijd een zeer effectieve oefening gevonden, ongeacht het soort groepen.



Stap 1

Ik gebruik deze oefening altijd in week 9 of 10 van de 10 weekse cursus *Skilling up for Powerdown* (meer vaardigheden voor minder energie). Het is een zeer bruikbare oefening om alle draden samen te brengen, maar het vraagt wel enige voorkennis en enthousiasme en kan daarom het beste wat later in de cursus worden gedaan.

Stap 2

Benadruk dat onze verhouding tot energiegebruik en consumentisme het best vergeleken kan worden met een verslaving, en geef de deelnemers daarna een vel papier waarop te lezen staat: *'Mijn 12-stappenplan voor het terugdringen van mijn olieverslaving. Om te zorgen dat mijn leven minder vertrouwd op het onbetrouwbare, beloof ik hierbij dat ik in de komende zes maanden zal streven naar het behalen van de volgende twaalf doelen.'*

Vertel de deelnemers dat ze de week daarop het vel papier ingevuld moeten hebben met twaalf acties die zowel haalbaar als praktisch maar ook ambitieus zijn.

Stap 3

Verdeel de mensen in duo's en laat hen vijf minuten per persoon een 'denk en luister'-oefening (zie pag.185) doen over de vraag: 'Als je denkt aan praktische stappen naar het minder afhankelijk worden van olie, welke obstakels ga jij dan op je weg daar naartoe zetten? Welke stemmen hoor je in je hoofd die je belemmeren om stevige maatregelen





te nemen?’

Na deze discussie laat je hen even in stilte nadenken over de vraag: ‘Welke remedies zie ik hier tegen? Welke kwaliteiten zou ik nodig hebben om die obstakels weg te halen?’

Stap 4

Vraag de deelnemers, indien zij deze kwaliteiten en krachten samen zouden kunnen brengen in een Superheld(in), hoe deze dan zou heten en wat zijn/ haar krachten zouden zijn? Vraag hen om enige tijd over die vragen na te denken en geef daarna aan elke deelnemer vier aardappels en een paar cocktailprikkertjes.

Geef hen nu twintig minuten de tijd om hun eigen Superheld(in) te maken en vertel erbij dat ze later hun held aan de groep moeten voorstellen met zijn/haar naam en moeten uitleggen wat zijn/ haar krachten zijn. Uiteraard mogen ze ook andere dingen die voorhanden zijn gebruiken om hun Superheld(in) te maken.

Als ze klaar zijn met het maken van hun modellen, verdeel je de mensen in groepen van vijf of zes en laat je ze elkaar hun helden voorstellen.

Vertel daarna dat ze hun Helden mee naar huis moeten nemen en ergens neerzetten waar ze de kracht ervan kunnen voelen tijdens het schrijven van hun 12-stappenplan, maar dat ze aan niemand in huis mogen vertellen wat het is, omdat het dan zijn krachten verliest.

Stap 5

De week daarop, als iedereen zijn ingevulde vel meegebracht heeft, begin ik altijd met vertellen over het Transitie-begrip en over energieafdaling, maar dat is afhankelijk van waarmee je bezig bent in je Transitie-initiatief.

Daarna verdeel je de deelnemers in twee gelijke groepen. De eerste groep zit in een cirkel met het gezicht naar buiten en de andere groep zit daar omheen met de gezichten naar binnen, zodat de deelnemers elkaar aan kunnen kijken. Dan doen ze een oefening die gebaseerd is op Speed daten. Ieder heeft vier minuten om aan de ander te vertellen wat zijn of haar 12-stappenplan precies inhoudt. Elke vier minuten moet de buitenste cirkel een plaats opschuiven naar rechts. Op deze manier krijgt iedereen de helft van de plannen in de groep te horen.

Stap 6

Verdeel de deelnemers in groepen van vijf of zes en laat ze plaatsnemen rond een tafel. Dit laatste onderdeel is gebaseerd op het principe van World Cafe. (Zie pag.204) Eén persoon is de Tafel Gastheer/ vrouw, die aantekeningen maakt en de rest van de groep voert de discussie over het onderwerp. Na tien minuten staat iedereen op en gaat naar een andere tafel om verder te discussiëren. De drie vragen waar het om draait zijn:

‘Hoe kan mijn Transitie-initiatief (bijvoorbeeld Deventer of Gent) mij helpen om mijn 12-stappenplan uit te voeren?’

‘Hoe kan ik mijn Transitie-initiatief helpen?’

‘Hoe kunnen we elkaar helpen bij het uitvoeren van het 12-stappenplan?’

Stap 7

Nadat deze drie discussies hebben plaatsgevonden en de aantekeningen gemaakt zijn, vertel je hen wanneer de volgende bijeenkomst is en dat hen dan gevraagd zal worden





de aanwezigen raad te geven en te vertellen over hun 12-stappenplan en over wat ze sinds de vorige sessies gedaan hebben.

Overpeinzingen

Deze oefening zorgt ervoor dat mensen echt aan de slag gaan om deze dingen in hun leven in te bouwen en uit te voeren. De stappen die ze willen nemen, variëren van het verwisselen van hun gloeilampen tot het volgen van een cursus, of van het actief worden in hun lokale Transitie-groep tot het verkopen van hun auto.

De oefening met de aardappels is heel effectief. Als je hen gevraagd zou hebben om hun helden in klei te maken, zouden ze er heel ambitieus en overdreven uit gaan zien. Maar gemaakt van aardappel en cocktailprikkers móeten ze er wel onnozel uitzien, terwijl de mensen er toch alle krachten en kwaliteiten van hun Helden mee bezielen.

