

Das GefühlsMix Spiel



Das Spiel für kreative
Psychotherapie mit Kindern
und Jugendlichen
zum Umgang mit Emotionen
und ambivalenten Gefühlen



Fabians Mutter ist vor zwei Jahren gestorben. Seitdem lebt er allein bei seinem Vater. Seit drei Wochen hat der Vater nun eine Freundin, mit der er sich abends trifft.
Wie fühlt sich Fabian? 2 Chips

Sabrinas Lehrer hat sie im Unterricht sehr gelobt. Ihre Freundinnen machen sich darüber lustig.
Wie fühlt sich Sabrina? 2 Chips

Marvins Mutter hat gemerkt, dass er sich heimlich Geld aus ihrer Geldbörse genommen hat. Sie sagt ihm, wieviel Geld fehlt.
Wie fühlt sich Marvin und wie fühlt sich seine Mutter? 4 Chips

Alex möchte Sandra gern näher kennen lernen. Als sie im Sportunterricht nebeneinander auf der Bank sitzen, fällt ihm nicht ein, was er sagen könnte.
Wie fühlt sich Alex? 2 Chips



Bestellschein

Hiermit bestelle ich
..... Exemplar(e)
Das **GefühlsMix Spiel**
zum Einzelpreis von € 84,- plus
Versand.

Überweisung nach Erhalt der
Rechnung bei Lieferung auf das
Konto: Manfred Vogt Spieleverlag,
Konto Nr. 12716460, BLZ 290 501 01,
Sparkasse Bremen

Name

Einrichtung

Beruf

Straße

PLZ / Ort

Datum Unterschrift



Das GefühlsMix Spiel

Die Regulation der erlebten Gefühle zählt zu den emotionalen Kernkompetenzen des Menschen und hilft dabei, Erlebnisse und Erfahrungen zu verarbeiten, Entscheidungen zu treffen und angemessen zu reagieren. In der Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen begegnen wir manchmal jungen Patienten, die sich in der Phase der vorpubertären und pubertären Entwicklung als von ihren eigenen Gefühlen überrollt und vom gleichzeitigen Erleben unterschiedlicher Gefühle überfordert erleben. Das Erkennen, Benennen und Differenzieren der eigenen Gefühlswelt und das Antizipieren und Erkennen der Gefühle anderer sind wichtige Voraussetzungen für das Ausbilden von emotionaler Stabilität und der eigenen Intuition. Das Aushalten ambivalenter Gefühle stellt einen wichtiger Resilienzfaktor dar: Ambiguitätstoleranz gegenüber zeitgleich erlebten widersprüchlichen Gefühlen. Das **GefühlsMix Spiel** beschäftigt sich auf kreative Weise mit den genannten Themen und bezieht sich dabei auf folgende zentrale Grundgefühle:
Wut – Angst – Trauer – Freude – Überraschung - Ekel

Diesen Grundgefühlen werden auf dem Spielbrett 90 assoziierte Begriffe zugeordnet.

Situationskarten beschreiben Kinder, Jugendliche und Erwachsene bei unterschiedlichen Erlebnissen z.B. zusammen mit Familienangehörigen, anderen Kindern und Jugendlichen, Lehrern oder unbekanntenen Personen und unterschiedlichste Erfahrungen von Freundschaft bis hin zu Gewalterfahrungen und neutrale, unspezifische Situationen. Die Spieler interpretieren die möglichen Gefühle und ordnen Sie den Begriffen zu.

Das **GefühlsMix Spiel** umfasst die emotionale Palette von Affekten, Gefühlen und Stimmungen. Die geschilderten Situationen ermöglichen zudem eine Beschäftigung mit den kognitiven und motivationalen Hintergründen der Emotionen. Es fördert:

- diagnostische Informationen zum Gefühlserleben,
- Differenzierungsfähigkeit von Gefühlen,
- Ambivalenzen erkennen und aushalten,
- erweitern des eigenen Wortschatz von Gefühlen
- kennen lernen alternativer emotionaler Reaktionen im Vergleich mit anderen,
- die Reflektion der Zusammenhänge von Fühlen, Denken und Handeln.

Das **GefühlsMix Spiel** ist als Gewinn-Spiel konzipiert. Ziel ist es dabei, möglichst viele Chips auf dem Spielfeld abzulegen. Die Gewinnstruktur in Kombination mit dem (über die Spielkarten und Würfel regulierten) zufälligen Erlangen von Chips, ermöglicht trotz der Beschäftigung mit einem ernsthaften Thema einen spannungsreichen und spielerischen Ablauf. Das Spiel ist für Einzelsettings als auch für Gruppen mit 6 Mitspielern geeignet. Spielalter: 8-18 Jahre.

Bestellung

per Post:
Manfred Vogt Spieleverlag
Norddeutsches Institut für
Kurzzeittherapie NIK
Außer der Schleifmühle 40
D-28203 Bremen

per Fon:
0421 - 579 57 68

per Fax:
0421 - 579 57 69

e-mail:
spieleinfo@mvsv.de

onlineshop:
www.mvsv.de

