



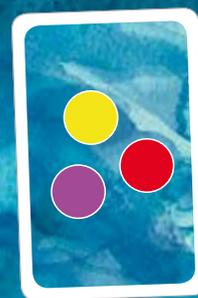
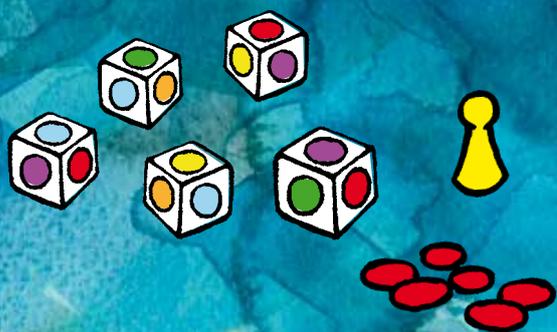
Manfred Vogt Spieleverlag



Melanie Gräßer  
Eike Hovemann  
Ralf Rehberg

# Die Mutmach-Inseln

Das Spiel für kreative Psychotherapie zum Stärken von Mut und Selbstvertrauen bei Kindern und Jugendlichen



Lena muss ein Referat in der Schule halten und ist ganz aufgeregt.  
Was könnte Lena tun?  
Sie könnte ...  
• das Referat ablesen,  
• beim Sprechen über die Köpfe der Mitschüler hinweg an die Wand oder aus dem Fenster gucken,  
• darauf achten, laut und langsam zu sprechen,  
• etwas ganz anderes machen.  
Sie könnte ...

Mut ist nicht Freisein von Angst, sondern ihre Überwindung.

*Spruchwort*

## Bestellschein

Subskriptionspreis € 79,- bis zum 31.12.2017

Hiermit bestelle ich  
.....Exemplar(e)

**Die Mutmach-Inseln**

zum Einzelpreis von € 88,- plus Versand.

Überweisung nach Erhalt der Rechnung bei Lieferung auf das Konto: Manfred Vogt Spieleverlag,  
IBAN DE 37 2905 0101 0012 7164 60  
BIC SBREDE 22XXX  
Sparkasse in Bremen

Name.....

Einrichtung.....

Beruf.....

Straße.....

PLZ / Ort.....

Datum..... Unterschrift.....

# Die **Mutmach- Inseln**



**Manfred Vogt Spieleverlag**

Kinder und Jugendliche zeigen sich in der Psychotherapie und in anderen psychosozialen Handlungsfeldern manchmal schüchtern, unsicher und zurückhaltend. Unerwartete Ereignisse oder Veränderungen in ihrem Leben ängstigen sie. Einige Kinder bilden dann soziale Ängste aus, andere fürchten sich vor Unbekanntem. Werden diese Momente als bedrohlich bewertet, ist anschließend mutiges und proaktives Handeln nützlich, um eine schwierige Situation zu überwinden oder mutig zu verlassen.

## **Das Spiel**

Ziel der Seereise zu den **Mutmach-Inseln** ist es, kindliches Selbstvertrauen zu stärken, persönliche Ressourcen zu aktivieren und unterschiedliche Wahlmöglichkeiten im Umgang mit mutigem Verhalten zu reflektieren und direkt zu erproben. Dazu enthält das Spiel 150 unterschiedliche Spielkarten. Die eine Hälfte der Spielkarten beinhaltet direkte Fragen zur Selbstwahrnehmung, zu eigenen Erfahrungen, zu wahrgenommenen und verfügbaren Ressourcen sowie zu kindlichen Interessen. Einige dieser Spielkarten enthalten Spiel- und Handlungsaufforderungen für einen oder alle Mitspieler.

Die zweite Hälfte der Spielkarten skizziert in kleinen Fallvignetten

Lebenssituationen von Kindern und Jugendlichen. Sie dienen dazu, nach Handlungsmöglichkeiten zu fragen. Dazu werden drei Ideen vorgeschlagen sowie eine Satzergänzungsmöglichkeit angeboten. Ein Teil der Fallvignetten fragt gezielt nach Selbstinstruktionen, mit denen Kinder und Jugendliche sich selbst Mut zusprechen können.

## **Spielverlauf**

Mit fünf gleichzeitig zu werfenden Farbwürfeln bestimmen die Spieler die Route und Geschwindigkeit ihres Schiffs. Pro Spielzug werden die Spieler mithilfe der Spielkarten angeregt, das eigene Erleben und den Umgang mit mutigem Verhalten zu bedenken und zu üben. So können sie Handlungsmöglichkeiten kennenlernen, vergleichen und bewerten sowie individuelle Selbstinstruktionen ausprobieren. Kleine Rollenspiele und andere Aktivitäten ermuntern die Kinder und Jugendlichen zum gemeinsamen sozialen Spiel. Beantwortet der Spieler die Frage oder führt er die Handlungsaufforderung einer Spielkarte aus, so bekommt er einen Chip. Er kann auch entscheiden, nicht zu antworten und verzichtet somit auf einen Chip.

Auf den sechs **Mutmach-Inseln**  
**Die Würfel-Insel, Die Komplimente-Insel, Die magische**

**7-Schritte-Insel, Die Erzähl-Insel, Die Spiel-Insel** und **Die Knobel-Insel** führen die Spieler unterschiedliche Aufgaben aus, die mit weiteren Spielchips belohnt werden. Nach dem Besuch aller sechs **Mutmach-Inseln** geht es so schnell wie möglich zurück in den Heimathafen. Je nach Therapie- oder Spielsituation und Anzahl der Mitspieler kann das Spiel unterschiedlich beendet werden.

Spielalter: 6-14

Anzahl der Mitspieler: 2-4

## **Bestellen**

### **Onlineshop:**

[www.mvsv.de](http://www.mvsv.de)

### Post:

Manfred Vogt Spieleverlag  
Norddeutsches Institut für  
Kurzeittherapie NIK  
Außer der Schleifmühle 40  
D-28203 Bremen

### Fon:

0421 – 579 57 68

### Fax:

0421 – 579 57 69

### e-mail:

[spieleinfo@mvsv.de](mailto:spieleinfo@mvsv.de)



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