

THERAPIE-WÜRFEL

Euer persönliches Geschichtespiel

Anleitungen

Materialien

- 1 – Gefühl Würfel (d6)
- 1 – Ort Würfel (d6)
- 1 – Frage Würfel (d12)
- 1 – Zeitraum Würfel (d20)

Ziel

Benutzt die Gefühl-, Ort-, Frage-, und Zeitraum-Würfel, um eine wahre oder fiktive Geschichte zu erzählen.

Regeln

Lasst den Zeitraum Würfel rollen. Danach lasst die anderen 3 Würfel nacheinander rollen. Benutzt das Gefühl, Ort, Frage und Zeitraum, um eure persönliche, wahre oder fiktive Geschichte zu erzählen, indem ihr die Ergebnisse der Würfel verwendet.

Für den Zeitraum-Würfel: lasst den Würfel rollen, bis zu die Zahl eurem Alter oder weniger entspricht.

Könnt ihr keine Geschichte laut den Ergebnissen der vier Würfel erzählen, lasst einen davon rollen. Ihr dürft dies nur einmal machen, außer wenn die Ergebnisse gleich sind, nachdem ihr den Würfel noch einmal rollen lasst.

Fällt es euch immer noch schwer, eine Geschichte laut den Ergebnissen der vier Würfel zu erzählen, entfernt einen davon oder ersetzt ihn durch ein Gefühl, Ort, oder Frage eurer Wahl.

Für Alter bis zu 7

Lasst das Gefühl Würfel rollen. Dann eine mit diesem Gefühl verbundene Geschichte erzählen.

Die Würfel

Gefühl Würfel

-  Glücklich
-  Wütend
-  Traurig
-  Frustriert
-  Ängstlich
-  Gespannt

Ort Würfel

-  Schule
-  Zu Hause
-  Schlafzimmer
-  Bad
-  Park
-  Auto

Frage Würfel

-  Alkohol & Drogen
-  Beziehungen
-  Mobbing
-  Selbstwertgefühl
-  Trauer & Verlust
-  Umzug
-  Bestrafung
-  Sozialmedien



THERAPIE-WÜRFEL

Euer persönliches Geschichtespiel

Anleitung für Lehrer und Kliniker

Therapie-Würfel ist ein nicht direktes Spiel für Kinder und Jugendliche, mit dessen Hilfe Gefühle, Auslöser von Gefühlen sowie Probleme oder Fragen in den folgenden Bereichen identifiziert werden können:

- Soziale Fähigkeiten
- Emotionale Regulation
- Familienleben
- Schulumgebung
- Sozialkreise
- Beziehungskonflikt
- Zwang durch eine Gruppe / Gruppen
- Konfliktlösung
- Familiendynamik
- Grenzprobleme
- Akademiker

Therapie-Würfel, ein interaktives Spiel zum Erzählen von Geschichten ermöglicht es Kindern und Jugendlichen, ihre eigenen persönlichen Geschichten einfach zu erzählen, indem sie die Würfel rollen lassen. Abhängig von den Bildern, die sie rollen, können sie ihre Erfahrungen in einer Vielzahl von Themen, Orten, Emotionen und in einem bestimmten Alter teilen. Durch dieses unterhaltsame Spiel des Geschichtenerzählens können Ärzte Kunden dabei unterstützen, ungelöste Probleme sowie aktuelle Probleme oder Fragen zu identifizieren, indem sie ihnen bei Folgenden helfen:

- Probleme lösen
- Coping-Verhalten erlernen
- Erlernen, wie man Emotionen kontrolliert
- Eine neue Geschichte schaffen

Therapie-Würfel kann in weiteren Therapiesitzungen durch den Einsatz narrativer Therapie, Kunsttherapie und des Erzählens einer Geschichte verwendet werden.