

EIN KOMMUNIKATIONSSPIEL ZUR WESENS-, WERTE- UND GEFÜHLSKUNDE

Für den Einsatz von *Essence* als Coaching-Tool wird auf die in der Spielanleitung beschriebene Punktevergabe in Form von **Münzkarten** und die Gewinnermittlung am Spielende verzichtet. Stattdessen sammeln die Spieler **Begriffskarten**, die als Grundlage für abschließende Auswertungen dienen.

Da *Essence* modular aufgebaut ist, besteht die Möglichkeit, das Spiel im Vorfeld dem Einsatzzweck entsprechend anzupassen. Die **Wegekarten**, die das Spiel steuern, können beliebig zusammengestellt werden, so dass der Fokus beispielsweise nur auf Teamfragen oder eine Wertediskussion gerichtet werden kann.

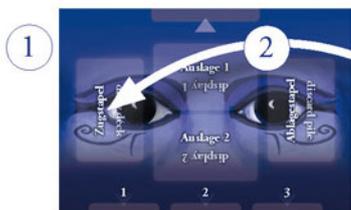
SPIELZIEL

Essence versteht sich als Instrument zu persönlichem Wachstum. Es dient dazu, Selbstreflexion anzuregen, das eigene Wahrnehmungs- und Einfühlungsvermögen zu schulen und soziale Kompetenzen wie Kommunikation, Authentizität, Offenheit, Vertrauen und Wertschätzung zu fördern.

Konkret ergründen die Spieler im Austausch miteinander

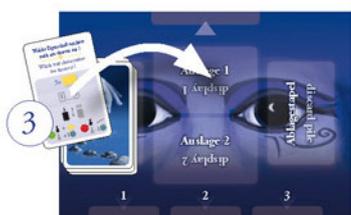
- welche Qualitäten in ihnen stecken,
- was ihnen Kraft gibt,
- was für sie Bedeutung im Leben hat,
- wie sie sich gegenseitig einschätzen und
- welche Gemeinsamkeiten sie haben.

SPIELVORBEREITUNG



Das Ablage-Tableau wird in die Tischmitte gelegt (1).

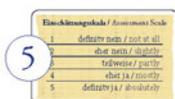
Anschließend werden die **Wegekarten** (sie zeigen eine Hand, die Trittsteine ins Wasser legt) gemischt und mit der Rückseite nach oben in das Feld „Zugstapel“ gelegt, das sich links auf dem Tableau befindet (2).



Die oberste **Wegekarte** wird aufgedeckt und auf einem der beiden benachbarten Auslagefelder platziert (3).



Die **Eigenschaftskarten** (gelb), **Wertekarten** (grün) und **Quellenkarten** (blau) werden jeweils gemischt und mit der Rückseite nach oben links oder rechts neben dem Tableau abgelegt. Diese 3 Kartentypen heißen **Begriffskarten** (4).



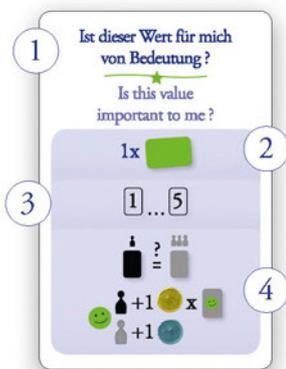
Dann werden die **Übersichtskarten** mit der Einschätzungsskala auf dem Tisch verteilt, so dass alle Spieler sie bei Bedarf anschauen können (5).



Zuletzt werden die **Tippkarten** (sie zeigen ein Emblem und eine römische Zahl) nach Farben getrennt auf dem Tisch ausgelegt. Von diesen 7 Kartensätzen sucht sich jeder Spieler einen aus, die übrigen Kartensätze kommen zurück in die Schachtel. Damit besitzt jeder Spieler nun einen Zahlensatz von 1-7 (Vorderseite) und eine römische Spielernummer von I-VII (Rückseite) (6).

SPIELABLAUF

Im Uhrzeigersinn führen die Spieler ihren Zug aus. Der Spieler, der am Zug ist, deckt eine zweite **Wegekarte** auf und legt sie auf das freie Auslagefeld. Jetzt darf er eine der beiden **Wegekarten** für seine Aktion auswählen. Hat er sich für eine entschieden, legt er die Karte für alle sichtbar offen auf den Ablagestapel und führt die 4 darauf angegebenen Schritte aus:



(1) Fragestellung vorlesen.

(2) Begriffskarte(n) aufdecken: Der Zugspieler zieht 1 bzw. 3 **Begriffskarte(n)** in der vorgegebenen Farbe und legt sie an das Tableau an – die Einzelkarte an den

oberen Rand, die 3 Karten an die Zahlenfelder am unteren Rand.

(3) Tipps abgeben: Anhand der vorgegebenen Antwortmöglichkeiten (dies sind je nach Kartentyp entweder die 3 Begriffe unter den Zahlenfeldern des Tableaus, die 5 Abstufungen der Einschätzungsskala oder die 7 römischen Spielernummern), schätzt der Zugspieler sich selbst ein (nur bei „Kreis“-Karten muss er die Gruppe als Ganzes einschätzen), sucht die Zahl, die seiner Antwort zugeordnet ist, aus seinen **Tippkarten** heraus und legt sie verdeckt vor sich ab.

Auch jeder Mitspieler legt verdeckt eine Zahl vor sich ab, mit der er eine Einschätzung vom Zugspieler (bei „Kreis“-Karten von der Gruppe) abgibt. Anschließend decken alle Spieler ihre **Tippkarten** gleichzeitig auf.

(4) Ergebnis auswerten: Die Spieler überprüfen, ob Übereinstimmungen vorliegen, und der Zugspieler erhält gegebenenfalls eine **Begriffskarte** (siehe Aktionen). Besonders aus Fehleinschätzungen können sich nun Diskussionen entwickeln, die wertvolle Einblicke in die Selbst- und Fremdwahrnehmung bieten.

DIE AKTIONEN

Jede **Wegekarte** ist unterhalb der Fragestellung mit einem Symbol markiert, das ihren Typ kennzeichnet: Dreieck, 5-Stern, Kreis oder 7-Stern.



„*Welche Eigenschaft zeichnet mich am ehesten aus?*“

Der Zugspieler deckt 3 **Eigenschaftskarten** auf, schätzt ein, welche der ausliegenden Eigenschaften auf ihn am ehesten zutrifft, und legt die entsprechende **Tippkarte** verdeckt vor sich ab. Gleichmaßen geben alle Mitspieler eine Einschätzung des Zugspielers ab. – Der Zugspieler erhält die **Eigenschaftskarte**, die die meisten Stimmen bekommen hat. (Seine eigene Stimme zählt 1½-fach.)



„*Aus welcher Tätigkeit schöpfe ich die meiste Lebensenergie?*“

Der Zugspieler deckt 3 **Quellenkarten** auf, schätzt ein, welche der ausliegenden Tätigkeiten für ihn am ehesten in Frage kommt, um aufzutanken und ins innere Gleichgewicht zu gelangen, und legt die entsprechende **Tippkarte** verdeckt vor sich ab. Gleichmaßen geben alle Mitspieler eine Einschätzung des Zugspielers ab. – Unabhängig vom Ergebnis erhält der Zugspieler die von ihm gewählte **Quellenkarte**.



„Was ist mir besonders wichtig im Leben?“

Der Zugspieler deckt 3 **Wertekarten** auf, schätzt ein, welcher der ausliegenden Werte für ihn am ehesten Bedeutung im Leben hat*, und legt die entsprechende **Tippkarte** verdeckt vor sich ab. Gleichmaßen geben alle Mitspieler eine Einschätzung des Zugspielers ab. — Unabhängig vom Ergebnis erhält der Zugspieler die von ihm gewählte **Wertekarte**.

**) Dabei kann es hilfreich sein, sich zunächst zu fragen, worauf man am ehesten verzichten könnte.*



„Trifft diese Eigenschaft auf mich zu?“

Der Zugspieler deckt 1 **Eigenschaftskarte** auf, schätzt mit Hilfe der Skala von 1-5 ein, in wie weit die auf der Karte angegebene Eigenschaft auf ihn selbst zutrifft und legt die entsprechende **Tippkarte** verdeckt vor sich ab. Gleichmaßen schätzen die Mitspieler den Zugspieler ein. — Der Zugspieler erhält die **Eigenschaftskarte**, wenn der Durchschnittswert aller Einschätzungen größer als 3 ist.



„Ist dieser Wert für mich von Bedeutung?“

Der Zugspieler deckt 1 **Wertekarte** auf, schätzt mit Hilfe der Skala von 1-5 ein, in wie weit der auf der Karte angegebene Wert für ihn Bedeutung im Leben hat und legt die entsprechende **Tippkarte** verdeckt vor sich ab. Gleichmaßen schätzen die Mitspieler den Zugspieler ein. — Der Zugspieler erhält die **Wertekarte**, wenn seine eigene Einschätzung größer als 3 ist.



„Was würden wir am liebsten (oder ehesten) gemeinsam tun?“

Der Zugspieler deckt 3 **Quellenkarten** auf. Anhand der Kartenauslage entscheiden alle Spieler für sich, wel-

che der ausliegenden Tätigkeiten für diesen Personenkreis vermutlich die bevorzugte ist*, und legen die entsprechende **Tippkarte** verdeckt vor sich ab. Die Spieler ermitteln, welche Tätigkeit die meisten Stimmen erhalten hat. — Die ermittelte **Quellenkarte** wird auf den (evtl. noch zu bildenden) Teamstapel gelegt.

**) Dabei wird angenommen, dass alle dafür benötigten Utensilien zur Verfügung stehen.*



„Was ist uns im Miteinander am wichtigsten?“

Der Zugspieler deckt 3 **Wertekarten** auf. Anhand der Kartenauslage entscheiden alle Spieler für sich, welcher der ausliegenden Werte in diesem Personenkreis für den Umgang miteinander vermutlich die größte Bedeutung hat, und legen die entsprechende **Tippkarte** verdeckt vor sich ab. Die Spieler ermitteln, welcher Wert die meisten Stimmen erhalten hat.— Die ermittelte **Wertekarte** wird auf den Teamstapel gelegt.



„Auf welchen Spieler trifft diese Eigenschaft am ehesten zu?“

Der Zugspieler deckt 1 **Eigenschaftskarte** auf. Alle Spieler entscheiden für sich, auf welchen Spieler die ausliegende Eigenschaft vermutlich am ehesten zutrifft, und legen die mit der Spielerzahl korrespondierende **Tippkarte** verdeckt vor sich ab. Die Spieler ermitteln, welcher Spieler die meisten Stimmen erhalten hat. — Dieser erhält die **Eigenschaftskarte**.

Freie Wahl

Der Zugspieler darf für seine Aktion eine **Wegekarte** aus dem Ablagestapel heraussuchen.

SPIELENDENDE

Kann der Zugspieler keine zweite **Wegekarte** mehr auf die Auslage legen, weil der Zugstapel aufgebraucht ist, muss er die Karte nehmen, die auf der Auslage noch übrig ist. Sind beide Auslagefelder leer, endet das Spiel.

AUSWERTUNG

Die Karten, die jeder Spieler vor sich ausliegen hat, werden nun gemeinsam betrachtet. Das kann mit folgenden Aufgabenstellungen verbunden werden:

- Die Spieler bringen ihre Karten in eine persönliche Rangfolge.
- Die Spieler reflektieren, auf welche Weise ihre **Eigenschaften** in ihrem Leben zum Ausdruck kommen.
- Die Spieler legen dar, welche Bedeutung ihre **Werte** in ihrem Leben haben.
- Die Spieler stellen Überlegungen an, in wie weit sie ihre **Werte** leben, und wie sich ihr Leben ändern würde, wenn sie diese Werte zu 100% leben würden.
- Die Spieler legen dar, wie oft sie ihre **Kraftquellen** nutzen.
- Eventuell möchten die Spieler untereinander Karten tauschen.
- Der Teamstapel wird gemeinsam angeschaut. Vielleicht gibt er Anregungen für eine gemeinsame Aktivität (**Quellen**) oder neue Umgangsformen im Miteinander (**Werte**).
- Da es in diesem Spiel keinen klassischen **Gewinner** gibt, teilen sich die Spieler einander mit, was sie gewonnen haben.

*Bitte beachten Sie auch die Spielvariante „Höchste Werte“
und die Solitärvariante in der Download-Rubrik unter
www.essence-spiel.de/*

*Fragen & Anregungen richten
Sie bitte an [info@essence-spiel.de/](mailto:info@essence-spiel.de)*

