Kartenset Blitzlicht

Stimmungen, Gedanken und Eindrücke einfangen

BESCHREIBUNG

Das Kartenset umfasst 80 Karten für das Gruppen- und Einzelsetting in Psychotherapie, Beratung und Coaching. Das »Blitzlicht« ist eine Übung, die Gefühle und Stimmung, Gedanken, Ideen und Eindrücke in diesem Moment erfasst. Dies kann in ganz unterschiedlichen Altersgruppen und Kontexten erfolgen.
Die Karten sind sechs Rubriken zugeordnet:
(1) »Hier bin ich« – Selbstdarstellung
(2) »Lauft bei mir« – Selbstakzeptanz
(3) »Das brauche ich« – Selbstentwicklung
(4) »Das will ich nicht« – Selbstbehauptung
(5) »Das kann ich nicht« – Selbstbegrenzung
(6) »Ein Bild genügt« – Stimmungen, Gefühle, Werte

INHALT

Im Spiel enthalten sind:
- 80 Karten

SETTING
Beratung und Therapie

ZIEL
Gefühle und Stimmung, Gedanken, Ideen und Eindrücke in diesem Moment erfasst.

ALTERSEMPFEHLUNG
k. A.

ANZAHL SPIELER
beliebig

GRÖSSE
10,8 x 3,7 x 15,2 cm

HERAUSGEBER
Beltz Verlag

Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung

Fach- und Koordinierungsstelle Suchtprävention Sachsen
Lebenskompetenzförderung | Universelle Suchtprävention
c/o Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e. V.
Könneritzstraße 5 | 01067 Dresden

Fach- und Koordinierungsstelle SUCHTPRÄVENTION SACHSEN
Bereich Lebenskompetenzförderung | Universelle Suchtprävention