



Melanie Gräßer
Dipl.-Psychologin

Spielideen für die Videosprechstunde mit Kindern und Jugendlichen

Stand: 01.11.2020

Spiele ohne Zubehör/Materialien

Sämtliche Formen von Wortspielen kommen hier in Frage:

- **Teekesselchen:** Ein Teekesselchen ist ein Wort, das 2 Bedeutungen hat, das es gilt zu erraten, indem man sich gegenseitig Tipps gibt: „Mein Teekesselchen isst gerne Käse.“; „Mein Teekesselchen findet man an vielen Computern.“
Erraten? Maus! (Tier & PC)
- **ABCs:** Suchen Sie gemeinsam eine Kategorie aus (z.B. Tiere) und gehen sie das Alphabet abwechselnd von A-Z durch, z.B. Affe, Bär, Chamäleon, usw. oder Ressourcen; Dinge gegen Langeweile, alles rund um Weihnachten, usw.

Spiele ohne Zubehör/Materialien

- **„Ich packe meinen Koffer“:** Einer beginnt und sagt „Ich packe meinen Koffer und nehme Badezeug mit.“ Der 2. Spieler wiederholt die Gegenstände, die bereits genannt wurden, und fügt ein eigenes Wort dazu. Das ergibt eine immer längere Packliste...
- **Variation:** Dinge in der Reihenfolge des ABCs nennen oder Koffer mit anderem Inhalt packen, wie z.B.:
 - ❖ Ressourcenkoffer
 - ❖ Mut-Koffer
 - ❖ Anti-Langeweile-Koffer
 - ❖ oder oder oder

Spiele ohne Zubehör/Materialien

- **Wörter-Domino:** Abwechselnd werden Wörter genannt, deren erster Buchstabe immer der gleiche ist, wie der letzte des vorherigen Wortes: „Virus“ – „Suppe“ – „Elch“ – „Hammer“ – „Regenbogen“, usw.
- **Wörterkette:** Einer nennt ein Wort, das aus 2 Hauptwörtern besteht, z.B. Baum-Haus. Der nächste Spieler muss nun ein zusammen-gesetztes Wort mit „Haus“ am Anfang finden, z.B. Hausparty. Weiter geht es dann mit „Party“ am Anfang, usw.

Spiele ohne Zubehör/Materialien

- **Ich sehe was, was du nicht siehst:** Der Klassiker, hier wird jeweils ein Ding im anderen Raum gesucht
- **(Nicht) JA - (Nicht) NEIN Spiel:** Einer stellt Fragen. Der andere muss ohne die Worte "Ja" o. "Nein" antworten. Wer es schafft, dass der andere doch „Ja“ o. „Nein“ sagt, hat gewonnen - dann tauschen
- **Wer zuerst lacht:** Bei „Los“ beginnt das Spiel. Nun darf nicht mehr geredet werden. Mit Hilfe von Grimassen wird versucht, den Gegner zum Lachen zu bringen. Wer das schafft, hat einen Punkt.

Spiele mit Papier und Stift

- **Stadt, Land, Fluss:** Überlegen Sie gemeinsam Kategorien, neben den üblichen können das auch Ressourcen, Gefühle, Superkräfte, Dinge gegen Langeweile, usw. sein.
- **Montagsmaler:** Abwechselnd Begriffe ausdenken, die aufgemalt und vom anderen erraten werden müssen. Geht auch pantomimisch
- **„Wer bin ich?“:** Eigentlich bekommt man vom anderen einen Zettel auf die Stirn geklebt mit einer berühmten Persönlichkeit (Politiker, Schauspieler, Superheld, Märchenfigur...), den man selbst nicht sehen kann. Mit Hilfe von Ja-Nein-Fragen wird erraten, wer man ist. In Videosprechstunde einfach so auf Zettel schreiben.
- **Schiffe versenken:** Geht neben der klassischen Version analog auch mit Gefühlen oder Ängsten, die aufgeschrieben und dann versenkt werden müssen
- **Weitere Ideen: Galgenmännchen, Käsekästchen, TicTacToe**

Spiele mit Papier, Stift und Würfel

- **Strichmännchen malen:** Bei einer gewürfelten 1 oder 6 darf jeweils ein Strich von einem Strichmännchen gemalt werden. Jedes Männchen besteht aus Kopf, Bauch, zwei Armen und zwei Beinen (Kann natürlich erweitert werden mit z.B. Mund, Nase, Augen, ...). Gewinner ist derjenige, der zuerst fertig gemalt hat.

Geschichten und Märchen

- **Puppentheater/Rollenspiele:** Rollenspiele sind super über die Kamera möglich. Ihr Patient kann (Hand-)Puppen oder Kuscheltiere verwenden, die er/sie zuhause hat. So können Dialoge über die Kamera entstehen oder sie können gemeinsam kleine Szenen nachspielen.
- **Vorlesen:** Lesen Sie Ihrem Patient etwas vor oder lassen Sie sich etwas vorlesen, vielleicht aus dem Lieblingsbuch oder eine selbstgeschriebene Geschichte oder einen Brief, o.ä.
- **Geschichten erfinden:** Erfinden Sie gemeinsam eine Geschichte, indem jeder abwechselnd einen Satz oder ein Wort sagt. Die Geschichte kann einfach spontan sein oder zu einem bestimmten Thema. Als Ideengeber können auch Gegenstände, die sich im Raum befinden, genutzt werden oder jeder schreibt vorher Begriffe auf Zettel, die dann zufällig gezogen werden.

Geschichten und Märchen

Sie können natürlich auch Geschichtenwürfel einsetzen, z.B.:

- ❖ Story Cubes ©
- ❖ „Erzähl eine Geschichte“ (Beltz Verlag)



Rund um das Thema Konzentration

- **Hören & Zählen:** Sie erzählen eine Geschichte und Ihre Patient*in muss genau zuhören und sich bestimmte Dinge merken, z.B. wie häufig ein bestimmtes Wort darin vorgekommen ist (z.B. „und“, „aber“, oder welche Personen, usw.)
- **Geräusche erraten:** Leere Überraschungseier, Schachteln oder Papierrollen mit Füllmaterial (z.B. Büroklammern, Reis, Erbsen, Nudeln, Steine, etc.) befüllen, dann raten lassen, was darin ist

Variante: Geräusche-Memo: Jeweils zwei Schachteln mit demselben Inhalt (Achtung Menge muss gleich sein). Nun soll der andere die zusammengehörigen Geräusche finden.

Eignet sich auch hervorragend als Hausaufgabe: Lassen Sie Ihre Patienten die Behälter zur nächsten Stunde selbst erstellen

Rund um das Thema Konzentration

- **Rate-/Merkspiel:** Hierzu benötigen Sie verschiedene Gegenstände und ein Tuch zum Abdecken oder eine Kiste. Gegenstände werden hingelegt und abgedeckt, dann darf jeder Spieler 1 Minute lang die Gegenstände angucken und sich einprägen. Nach Ablauf der Zeit werden die Gegenstände wieder verdeckt. Pro gemerktem Gegenstand gibt es einen Punkt.

Variationen: Gegenstände auf dem Tisch und einprägen, vorm Aufdecken der Gegenstände einen entfernen und erraten, welcher Gegenstand fehlt.

Auch dies kann eine Hausaufgabe für Ihre Patienten sein, dass Sie sich Gegenstände überlegt, die Sie dann raten sollen, dies können auch Gegenstände zu einer bestimmten Thematik sein, z.B. Dinge aus der Natur, Dinge zum Einsatz als Skill, usw.

Spiele, die viele Menschen zuhause haben

Hier sind Spiele gemeint, die gut gemeinsam über eine Kamera gespielt werden können, wenn beide Parteien das gleiche Spiel/Spielfeld vor sich haben, und so den Spielzug jeweils bei sich auch machen können, den der andere gerade gemacht hat, wie z.B.:

- **Schach ©**
- **Mühle ©**
- **Dame ©**
- **Mensch-ärgere-dich-nicht ©**
- **Fang den Hut ©**
- **usw.**

Natürlich funktioniert das auch, wenn nur einer das Spielfeld hat und dann jeweils für den anderen mit setzt

Spiele, die super per Kamera funktionieren

- **Kartenspiele:** Hier kommen diverse Kartenspiele in Frage: Es werden einfach die Karten jeweils in die Kamera gehalten, z.B.:
Maumau © / UNO © / Andere Kartenspiele
- **4 gewinnt © :** Dieses Spiel ist durch vertikalen Aufbau ideal für die Kamera geeignet, weil das ganze Spielfeld gut erfasst werden kann.
- **Geschwindigkeitsspiele:** Spiele bei denen es darum geht, mögl. schnell etwas zu entdecken, was gleich oder anders ist, wie z.B.:
 - ❖ **Dobble ©** (einer deckt 2 Karten auf und der als erster das doppelte Bild findet, rufts rein und kriegt einen Punkt)
 - ❖ **Geistesblitz ©**
 - ❖ **Gruselino ©**
 - ❖ **Halli Galli ©**
 - ❖ **Make´n´Break ©** (hier können auch Legosteine © oder Bauklötze genommen werden, wenn nur einer das Spiel hat)

Beim Spielen per Video bitte beachten

- **Achtung:** Stellen Sie die Kamera so ein, dass das Spielfeld o.ä. für beide Seiten sichtbar ist.
- **Achtung:** Wenn ein Würfel verwendet wird, muss die Augenzahl natürlich immer gezeigt werden
- **Praxis-Tipp:** Achten Sie darauf, dass beide etwas zu tun haben, also einer schreibt die Punkte auf, der andere dreht Karten um, o.ä.
- **Praxis-Tipp: Gewinnen lassen:** Wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihr Patient*in sehr aufgeregt ist, vielleicht weil es die erste Begegnung per Video mit Ihnen ist, kann es am Anfang förderlich sein, wenn Sie Ihren Patient*in erstmal gewinnen lassen. Das stärkt die Selbstwirksamkeitsüberzeugung, die gerade in Krisenzeiten bei vielen Patient*innen nicht im optimalen Bereich liegt.

Schnelligkeit reinbringen

- **Praxis-Tipp:** Bringen Sie Schnelligkeit ins Spiel, z.B. mit:
 - ❖ **Sanduhr**
 - ❖ **Wecker**
 - ❖ **„Bombe“ (z.B. aus dem Spiel: Tick Tack Bumm ©)**

Durch den Zeitfaktor, z.B. bei der Sammlung von (therapeutischen) Ideen, wird das Nachdenken/Überlegen deutlich limitiert, wodurch meist viel mehr und kreativere Ideen entstehen

Bewegungsspiele

Diese lassen sich super zwischendurch zur Auflockerung einsetzen

- **Körper ausschütteln**
- **Klopfmassage**
- **Auf der Stelle rennen oder springen**
- **Auf einem Bein stehen**, mit Augen auf oder zu
- **Etwas Balancieren**, z.B. Stift, Holzsteine, Ball auf einer Platte/Buch/Tischtennisschläger, Würfel auf der Nase/Stirn...
- **Bewegungen vormachen = nachmachen** (z.B. Vor-/Nachklatschen)
- **Schere, Stein, Papier oder Schnick, Schnack, Schnuck**
- **Würfeln und bei jeder Zahl etwas Bestimmtes machen**, z.B. bei 1 in die Hände klatschen, 2 im Kreis drehen, 3 die Zunge fest an den Gaumen drücken, usw.

Fingerspiele

- **Fingerspiele:** wie z.B.:
 - ❖ Zehn kleine Zappelmäner
 - ❖ Fünf Freunde
 - ❖ Himpelchen und Pimpelchen

Funktionieren super mit kleineren Kindern,
auch mit Kind und Eltern zusammen

Spiele mit Musik

- **Stopp-Tanzen**
- **Puppen/Kuscheltiere tanzen lassen mit Musik**
- **Oder zu Musik Tanzen**
- **Musik/Lieder rasseln:** Instrumente mit leeren Schachteln, Überraschungseiern oder Ähnlichem selbst basteln und mit Reis, Erbsen, Steinen, Büroklammern, etc. füllen
Lieder nachspielen und gegenseitig versuchen zu erraten.

Lässt sich auch prima auch als Hausaufgabe nutzen, indem Sie Ihre Patienten bitten zur nächsten Stunde eine Rassel/Musikinstrument bauen lassen und ein Lied einzustudieren.

Fotos / Filme

Nutzen Sie die Videosprechstunde und lernen Sie Ihre Patient*in besser kennen, lassen Sie sich Dinge zeigen:

- **Das Zimmer**
- **Die Wohnung/Haus**
- **Umgebung...**
 - ❖ Eine schöne Idee, die ich von einem Kollegen gelesen habe, der sich mit seinem Patient gemeinsam (also Patient per Handy/Video und PT am Bildschirm) eine Führung durch dessen Stadtteil gemacht hat und sich dessen Lieblingsplätze zeigen lassen hat. Was dann noch als Hausaufgabe in Form einer „Fotosafari“ ausgeweitet wurde -> eine super Idee, nicht nur für „Stubenhocker“
 - ❖ Ein Stimmungstagebuch mit Fotos/Videos kann auch prima als Home-Experience eingesetzt werden...

„Bitte nicht stören“-Schild

Sie können Ihren Patient*innen auch prima ein „Bitte nicht stören“-Schild basteln lassen, damit die Videosprechstunde mit Ihnen störungsfrei verlaufen kann.

Vorlagen für Ausmal-Türschilder und Klinken-Türschilder können Sie hier kostenlos downloaden:

<http://www.melanie-graesser.de/materialien/>



HOME-RALLYE

Hier meine letzte Spielidee: ein ganz simples, ressourcenförderndes Spiel, das ich mit 2 Kolleg*innen vor einigen Monaten entwickelt habe.

Es ist ganz leicht in der Handhabung, kann zuhause ausgedruckt werden und ist auch auf Englisch, Französisch und Spanisch verfügbar.

Home-Rallye: kostenloser Download:

<http://www.melanie-graesser.de/die-home-rallye-das-spiel-fuer-kinder-und-jugendliche/>

Kostenloser Download unter:
www.melanie-graesser.de

DIE HOME-RALLYE



Ziel

Start

1. Mach ein Tier nach und lass die anderen raten.
2. Was magst du an deinem linken Mitspieler gern?
3. Macht laute Puppengeräusche, wer kann das am besten?
4. Was hilft dir gut bei schlechter Laune?
5. Was ist dein größter Traum?
6. Was ist ein tolles Gefühl?
7. Wenn du ein Superheld wärst, was würdest du tun?
8. Recke und strecke dich und gähne ganz laut.
9. Was hilft dir, dich gut zu konzentrieren?
10. Wo fühlst du dich so richtig wohl und geborgen?
11. Worauf bist du stolz?
12. Was ist deine Lieblings-Eissorte?
13. Versuche 11 Sekunden auf einem Bein zu stehen.
14. Bringe mit einer Grimasse deine Mitspieler zum Lachen.
15. Fliege einmal wie ein Vogel durch den Raum.
16. Erzähle einen Witz!
17. Was würdest du gerne besser können?
18. Was ist dein Lieblings-Schimpfwort?
19. Atme 5x ganz tief ein und aus.
20. Wer ist deine beste Freundin/ dein bester Freund?
21. Was kannst du richtig gut?
22. Gehe einmal wie ein Biese durch den Raum.
23. Wofür bist du dankbar?
24. Sag reihum nacheinander Tiere von A bis Z (Affe, Bär,...).
25. Mach 4 Sachen gleichzeitig.
26. Warum kann Aufräumen Spaß machen?
27. Süß oder sauer? Heiß oder kalt? Lustig oder traurig? Wie ist es bei Dir?
28. Sei mutig und singe die 1. Zeile deines Lieblings-Songs.
29. Wer ist dein Vorbild und warum?
30. Mach ein Gefühl vor und lass die anderen raten.
31. Was ist der beste Trick, um gut einzuschlafen?
32. Was würdest du tun, wenn du im Lotto gewinnst?
33. Sag den Namen deines rechten Mitspielers rückwärts.
34. Wer verdient gerade ein Lob und warum?
35. Was hilft dir am besten, wenn du Angst hast.

35

34

27

26

25

24

23

22

21

20

19

18

17

16

15

14

13

12

11

10

9

8

7

6

5

4

3

2

1

Von Melanie Gräßer, Eke Hovermann und Annika Botved

Viel Erfolg und Spaß beim Spielen in der Videosprechstunde!

Ich freue mich immer über Ideen, Anregungen, Austausch...



Melanie Gräßer
Barbarossastraße 64
59555 Lippstadt
02941 - 9517303

Email: m.graesser@therapie-lippstadt.de

Internet: www.melanie-graesser.de

Facebook: Melanie-Gräßer

Facebook: Psychotherapeutische Spiele
und kreative Materialien

Twitter: [Melanie Gräßer@MelanieGrer1](https://twitter.com/MelanieGrer1)

