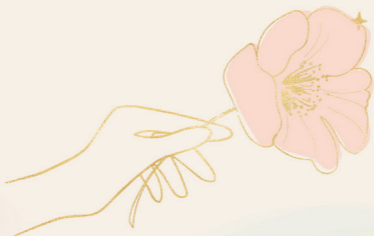




DAS FEEL:GOOD SPIEL



ERLEBT GEMEINSAM
DIE MAGIE
DER KOMPLIMENTE


moses.



ERLEBT GEMEINSAM DIE MAGIE DER KOMPLIMENTE

Willkommen beim achtsamsten Spiel, das ihr je gespielt habt. Hier geht es um positive Vibes und euer inneres Wohlfühl. Das Spiel basiert auf dem Prinzip der „warmen Dusche“ – das heißt, ihr macht euch gegenseitig Komplimente und fühlt euch danach so wohl wie schon lange nicht mehr.

INHALT

- 🌀 84 Feel-Good-Karten
- 🌀 16 Feel-Great-Karten
- 🌀 10 Omm-For-You-Karten
- 🌀 1 Block

Zusätzlich benötigt ihr noch Stifte.



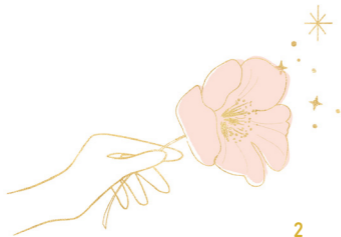
WORUM GEHT'S?

Eine*r von euch zieht eine Karte und liest den Text vor.

Jede*r schreibt für eine*n Mitspieler*in Komplimente auf.

In jeder Runde bekommt eine*r aus eurer Mitte Komplimente.

Bist du das? Dann darfst du die Komplimente dankend annehmen.



SPIELVORBEREITUNG:

Entscheidet am Anfang, wie viele Runden ihr spielen wollt. Wir empfehlen euch, zwei Runden zu spielen, sodass jeder von euch zweimal Komplimente erhält. Ihr könnt aber auch so viele Runden spielen, wie ihr möchtet.

Nehmt die Feel-Good-Karten und jeweils doppelt so viele Feel-Great-Karten wie Spieler*innen spielen. Das heißt bei 2 Spieler*innen nehmt ihr 4 Feel-Great-Karten. Bei 3 Spieler*innen sind es 6 und so weiter.

Legt die übrigen Feel-Great-Karten in die Schachtel zurück. Mischt nun die Feel-Good- und Feel-Great-Karten und legt sie verdeckt als Stapel in die Tischmitte.

Jede*r von euch erhält einen Stift und einen Zettel aus dem Block.

SO WIRD GESPIELT:

Wer von euch zuletzt beim Yoga war, beginnt. Nehmen wir an, es ist Sandra. Jede*r von euch schreibt auf dem eigenen Zettel in das Namensfeld Sandras Namen. In dieser Runde erhält Sandra also die Komplimente. Die Person zu Sandras linker Seite ist der*die Vorleser*in dieser Runde. Er/sie zieht eine Karte vom Stapel und liest sie laut vor. Dabei fügt er/sie Sandras Namen in den Platzhalter ein.

Zum Beispiel: Was kann Sandra deiner Meinung nach besonders gut?

Alle – außer Sandra – schreiben ein passendes Kompliment zur Karte auf den Zettel und legen ihn anschließend verdeckt in die Tischmitte.

Der*die Vorleser*in nimmt nun alle Zettel und prüft, ob mehrere Personen dasselbe Kompliment aufgeschrieben haben. Anschließend mischt der*die Vorleser*in die Zettel und liest alle Komplimente der Reihe nach vor.

Haben mehrere Personen dasselbe Kompliment gemacht?

Haben mehrere von euch sinngemäß dasselbe Kompliment gemacht? Dann fasst der*die Vorleser*in sie zusammen. Er/sie sagt zum Beispiel: „Drei aus unserer Mitte sagen, dass du gut zuhören kannst.“ Danach liest der*die Vorleser*in die restlichen Komplimente laut vor.

RUNDENENDE:

Hast du alle Komplimente erhalten?

Dann falte deine Hände vor der Brust und bedanke dich mit „Namaste“ bei deinen Mitspieler*innen. Du bekommst die Zettel mit den Komplimenten und behältst sie so lange, bis du wieder an der Reihe bist. Dann teilst du diese Zettel wieder an deine Mitspieler*innen aus, sodass sie dir neue Komplimente aufschreiben können. So spart ihr Papier.

Es geht im Uhrzeigersinn weiter. Die nächste Person ist an der Reihe und erhält Komplimente. Die Person zu ihrer Linken nimmt eine neue Karte vom Stapel und liest sie laut vor. Alle Mitspieler*innen nehmen sich einen neuen Zettel vom Block.

SPIELENDE:

Habt ihr die anfangs vereinbarten Runden gespielt?

Sehr gut. Dann solltet ihr alle mit einem Lächeln und einem wohligen Gefühl nach Hause gehen. Nehmt eure Zettel mit den Komplimenten mit. Lest sie euch einige Tage später noch einmal durch und spürt wieder die guten Vibes.



VARIANTE: WER HAT MIR DAS KOMPLIMENT GESCHENKT?

Das Spiel verläuft wie oben beschrieben mit folgenden Änderungen:
Nehmt einen zusätzlichen Zettel, schreibt die Namen aller Spieler*innen nebeneinander auf und zieht Spalten. Das ist euer Punkteblatt und dort notiert ihr eure Punkte pro Runde.

In dieser Variante geht es darum herauszufinden, wer welches Kompliment aufgeschrieben hat. Du hast die Komplimente bekommen? Dann darfst du raten, von wem sie stammen.

🌀 **Hast du richtig geraten?**

Dann notiere dir einen Punkt pro richtig geratene Person.

🌀 **Hast du falsch geraten?**

Leider erhältst du für dieses Kompliment keinen Punkt.

Tip: Achtet darauf, dass eure Komplimente nicht zu persönlich sind („Weil wir in Griechenland so viel Spaß hatten!“, „Weil ich mit keinem lieber Gin Tonic trinke.“), damit die Person nicht gleich errät, von wem das Kompliment kommt.

Spielende Punktevariante:

Zählt nun die Punkte zusammen. Wer die meisten Punkte hat, gewinnt. Bei Gleichstand gibt es mehrere Gewinner.

KREATIV-FLOW – WAS MACHT IHR MIT DEN OMM-FOR-YOU-KARTEN?

Ihr findet, es fehlen noch Karten? Dann seid kreativ und schreibt auf den Omm-For-You-Karten auf, wofür es Komplimente geben kann. Mischt eure eigenen Karten dann unter das Deck.

DIE WICHTIGSTEN REGELN IM ÜBERBLICK:

- ☸ Jede*r Mitspieler*in schreibt pro Runde ein Kompliment für die Person auf, die an der Reihe ist.
- ☸ Ihr dürft nur positive Dinge notieren.
- ☸ Die Feel-Great-Karten sind besondere Karten.
Habt ihr eine Feel-Great-Karte gezogen? Dann kann jede*r ein eigenes Kompliment machen, das er oder sie der Person schon immer machen wollte. Worüber würde sie sich am meisten freuen?

ACHTET AUF EUCH UND DIE UMWELT:

Achtet nicht nur auf euch, sondern respektiert auch die Umwelt.
Habt ihr den Block aufgebraucht? Das ist nicht so schlimm.
Ihr habt sicherlich noch genügend Altpapier,
das sich über eine schöne Weiterverwertung freut.



© 2022 **moses. Verlag GmbH**
Arnoldstraße 13d
D-47906 Kempen
CH: Dessauer · 8045 Zürich
www.moses-verlag.de
Art.-Nr.: 63332

Autorin: Nicola Berger
Gestaltung: Sandra Kretzmann
Satz: Volker Maas
Redaktion: Magdalena Smaha
Lektorat: Melanie Kolbe
Herstellung: Arnold & Domnick, Leipzig

**moses.**