

Handout für die Spielleitung

RESILIENCE RIDGE



Simply4emotions von Erasmus + Das
Projekt Simply4emotions ist unter einer
Creative Commons Attribution-

Finanziert durch die Europäische Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Exekutivagentur Bildung, Audiovisuelles und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür haftbar gemacht werden.

(Projektcode: 2023-1-DE02-KA220-VET-000157799)

Inhaltsverzeichnis

Inhalt

1. Einführung/Hintergrundinformationen zum Spiel.....	2
2. Spielziel & Zielgruppe	3
3. Didaktischer Rahmen	4
3.1 Einführung in Lernen mit Simulationsspielen	4
3.2 Grundlegende Theorien.....	5
Kognitive Verhaltenstherapie (KVT)	6
Soziale Lerntheorie	6
3.3 Didaktische Prinzipien des Spiels.....	7
3.2. Lernziele	9
3.3. Die Rolle der Spielleitung	10
Literatur	12

1. Einführung/ Hintergrundinformationen zum Spiel

Simply4Emotions ist ein europäisches Erasmus+-Projekt, das darauf abzielt, die emotionale Selbstregulierung und Resilienz von Fachkräften im Gesundheits- und Sozialwesen zu fördern. Diese Fachkräfte sind häufig mit emotional anspruchsvollen Situationen konfrontiert, die zu Stress, Burnout und vermindertem Wohlbefinden führen können (Cheristanidis et al., 2021; Jackson-Koku & Grime, 2019; Maslach et al., 2001). Untersuchungen zeigen, dass moderater Stress zwar motivierend sein kann, chronischer Stress jedoch zu körperlichen und psychischen Symptomen wie Schlaflosigkeit, Reizbarkeit und Angstzuständen führen kann (Ernst et al., 2022).

Um diesen Herausforderungen zu begegnen, hat das Projekt ein simulationsbasiertes Lernspiel entwickelt, das Fachkräften, Studierenden und Auszubildenden ermöglicht, Strategien zur Emotionsregulation in einer sicheren, ansprechenden und reflektierenden Umgebung zu üben. Das Spiel verbindet pädagogische Prinzipien mit immersivem Gameplay, um Empathie, Selbstbewusstsein und emotionale Intelligenz zu fördern (Gross & Thompson, 2007; Kinman & Grant, 2016).

Durch die Einbettung des emotionalen Lernens in die Ausbildung und Schulung im Gesundheits- und Sozialwesen trägt das Resilience Ridge Spiel zur Verbesserung der beruflichen Lebensqualität bei und unterstützt nachhaltige Karrieren im Gesundheits- und Sozialwesen.

2. Spielziel & Zielgruppe

Die Ziele des Spiels sind

- 1) ein tieferes Verständnis für emotionale Selbstregulierung und Resilienz zu erlangen
- 2) Fähigkeiten wie Problemlösung, kritisches Denken und Entscheidungsfindung zu entwickeln, die auf reale Situationen übertragen werden können
- 3) Teamarbeit, reflektiertes Denken, Zusammenarbeit und Kommunikation zu üben
- 4) einen sicheren Raum zum Lernen zu schaffen

durch eine ansprechende, interaktive und reflexionsfördernde spielbasierte Lernerfahrung.

Das Spiel richtet sich an Auszubildende in Pflege- und Betreuung, Studierende (Bachelor- und Master) und praktizierende Fachkräfte im Gesundheits- und Sozialwesen, die an Weiterbildungs- oder beruflichen Entwicklungsprogrammen teilnehmen.

3. Didaktischer Rahmen

3.1 Einführung in Lernen mit Simulationsspielen

Simulationsspiele sind eine Unterkategorie von Spielen. Spiele im Allgemeinen werden als strukturierte und zielorientierte Aktivitäten definiert, die Wettbewerb, Regeln und Herausforderungen beinhalten (Salen & Zimmerman 2004; Merriam-Webster Dictionary 2024) und oft in einer immersiven, fiktiven Umgebung stattfinden (Hunicke et al. 2004; Rieber 1996; Sicart 2008). Wenn Spieler während des Spiels Entscheidungen treffen, um Ziele zu erreichen, entwickeln sie eine emotionale Bindung zum Spiel, wodurch die Ereignisse im Spiel emotional und bedeutungsvoll werden (Hinske et al. 2007). Spielbasiertes Lernen ist eine innovative Methode, die sich die Kraft der emotionalen Bindungen zunutze macht,

die beim Spielen entsteht. Lernspiele sind speziell für das Lernen konzipiert (Foster & Shah, 2021).

Simulationsspiele sind ein pädagogischer Ansatz, der spielbasiertes Lernen darstellt. Sie ermöglichen es den Lernenden, sich in einer sicheren und strukturierten Umgebung mit realistischen Szenarien auseinanderzusetzen. Dies ist besonders im Kontext der Gesundheits- und Sozialfürsorge wichtig, da Simulationsspiele Fachkräften und Lernenden die Möglichkeit bieten, emotionale Regulierung, Entscheidungsfindung und zwischenmenschliche Fähigkeiten ohne reale Konsequenzen zu üben. (Kapur, 2008, Kapur & Bielaczyc 2012; Plass et al. 2010; Cunningham, 2004; Gair, 2011; Foster & McKenzie, 2012)

Simulationsspiele basieren auf der Theorie des Erfahrungslernens, insbesondere auf Kolbs Modell, das das Lernen durch Erfahrung, Reflexion und Anpassung betont. Untersuchungen haben gezeigt, dass emotional anspruchsvolle Situationen in der Pflegearbeit zu Stress und Burnout führen können (Cheristanidis et al., 2021; Jackson-Koku & Grime, 2019; Maslach et al., 2001), und Simulationsspiele bieten eine proaktive Methode zum Aufbau von Resilienz und emotionalem Bewusstsein. Durch die Integration emotionaler Herausforderungen in das Spiel können die Teilnehmenden ihre Reaktionen erforschen, Bewältigungsstrategien entwickeln und ihre emotionale Intelligenz verbessern (Gross & Thompson, 2007; Kinman & Grant, 2016). Das Simulationsspiel Resilience Ridge wurde entwickelt, um diese Ergebnisse zu unterstützen, indem es strukturiertes Rollenspiel mit reflektierender Moderation kombiniert, was es zu einem wertvollen Instrument in der Aus- und Weiterbildung macht.

3.2 Grundlegende Theorien

Erfahrungsorientierte Lerntheorie (Kolb)

Diese von dem Psychologen **David Kolb (1984)** entwickelte Theorie beschreibt Lernen, bei dem Wissen durch Erfahrung geschaffen wird. Kolbs Theorie definiert einen vierstufigen, zyklischen Prozess:

- **Konkrete Erfahrung:** Eine neue Erfahrung machen oder eine bestehende neu interpretieren.
- **Reflexive Beobachtung:** Reflexion über die neue Erfahrung, um sie zu verstehen.
- **Abstrakte Konzeptualisierung:** Anpassung des Denkens oder Entwicklung neuer Ideen auf der Grundlage von Erfahrung und Reflexion.
- **Aktives Experimentieren:** Anwenden neuer Ideen auf reale Situationen, um sie zu testen.

Kognitive Verhaltenstherapie (KVT)

Die KVT basiert auf der Idee, dass unsere Gedanken, Emotionen und Verhaltensweisen miteinander verbunden sind und dass wir durch das Erkennen negativer Denkmuster unsere Gefühle und unser Verhalten ändern können. Das kognitive Modell geht davon aus, dass die Emotionen und Verhaltensweisen von Menschen eher durch ihre Wahrnehmung von Ereignissen als durch die Situationen selbst beeinflusst werden. **Beck (1976)** skizzierte drei Ebenen der Kognition: **Grundüberzeugungen, dysfunktionale Annahmen** und **negative automatische Gedanken**. Die KVT kann durch angeleitete Selbsthilfe, Einzelgespräche oder Gruppentherapie in Anspruch genommen werden.

Soziale Lerntheorie

Albert Banduras (1977) Theorie besagt, dass Menschen in erster Linie durch **Beobachtung und Nachahmung** lernen und dabei über direkte Erfahrungen hinausgehen. Handlungen, die belohnt werden, werden eher nachgeahmt, während solche, die bestraft werden, vermieden werden.

Kernkonzepte:

1. **Menschen können durch Beobachtung lernen:** Das **Bobo-Puppen-Experiment (Bandura, 1961)** hat gezeigt, dass Kinder beobachtete Verhaltensweisen lernen und imitieren.

2. **Mentale Zustände sind wichtig für das Lernen:** Der eigene mentale Zustand und die eigene Motivation spielen eine wichtige Rolle dabei, ob ein Verhalten gelernt wird, nicht nur externe Verstärkung.
3. **Lernen führt nicht unbedingt zu Veränderungen:** Menschen können neue Informationen lernen, ohne sofort neue Verhaltensweisen zu zeigen.

3.3 Didaktische Prinzipien des Spiels

Das Spiel beinhaltet wirkungsvolle didaktische Prinzipien in Bezug auf Emotionsregulation und Resilienz für Fachkräfte im Gesundheits- und Sozialwesen, die sich auf **Erfahrungslernen (Kolb, 1984)**, die **soziale Lerntheorie (Bandura, 1977)** und **CBT (Beck, 1976)** stützen.

1. Erfahrungsbasiertes und kontextuelles Lernen

- **Prinzip: Lernen durch Handeln (Erfahrungslernen):** Das Spiel versetzt den Lernenden in ein symbolisches, stressreiches Szenario („Bergwandern nach einem Erdbeben“) und greift dabei **Kolbs Zyklus** auf: **Erfahrung** (emotionale Ereignisse) **Reflexion** (Diskussion der Reaktionen) **Konzeptualisierung** (Identifizierung von Bewältigungsstrategien) **Anwendung** (Anwendung der Bewältigungsstrategien im Moment).
- **Prinzip: Kontextueller Transfer:** Die Erzählung des Spiels schafft einen emotionalen Kontext, der den Transfer der im Spiel erlernten Fähigkeiten zur Emotionsregulation zurück in einen beruflichen Kontext erleichtert, basierend auf dem Prinzip des Lerntransfers in angewandten Settings (z. B. Kapur, 2008).

2. Sozio-emotionales Lernen

- **Prinzip: Soziales Lernen/Modelllernen:** Jede Figur verkörpert unterschiedliche emotionale Bedürfnisse und fördert so **emotionale Empathie** und das Verständnis für Teamdynamiken (Bandura, 1977). Die

Teamstruktur betont, dass emotionale Regulierung eine kollektive Verantwortung ist.

- **Prinzip: Gemeinsame Entscheidungsfindung und Konfliktlösung:** Ereigniskarten und Herausforderungen erfordern vom Team, unter emotionalem Druck gemeinsame Entscheidungen zu treffen, wodurch die Spieler gezwungen sind, **effektive zwischenmenschliche Kommunikation** und emotional intelligentes Konfliktmanagement zu praktizieren (eine Fähigkeit, die sowohl durch soziale Lernprinzipien als auch durch CBT-Prinzipien unterstützt wird).

3. Reflektierende Praxis

- **Prinzip: Emotionale Bewusstheit:** Eine 15-teilige Energieanzeige dient als visueller, quantifizierbarer Messwert für den emotionalen und motivationalen Zustand des Teams und macht einen internen Prozess sichtbar. Dies steht im Einklang mit dem Schwerpunkt der CBT auf **der Überwachung innerer Zustände** (Beck, 1976) und der Selbstregulierung.
- **Prinzip: Zielausrichtung und Selbstwirksamkeit:** Individuelle Charaktermissionen an jedem Meilenstein verbinden die individuellen Anstrengungen mit dem Erfolg der Gruppe und fördern so die persönliche Verantwortung und das Gefühl der **Selbstwirksamkeit (Bandura, 1977)**.
- **Prinzip: Reflektierende Kontrollpunkte:** Meilensteine dienen als Kontrollpunkte. Eine strukturierte Nachbesprechung nach dem Spiel regt **zur Reflexion über das Handeln** (Diskussion nach dem Spiel) hinsichtlich emotionaler Reaktionen und Bewältigungsmechanismen an, was mit **Schöns (1983)** Konzept der reflektierenden Praxis übereinstimmt.

4. Verhaltensgesteuerte Emotionsregulation

- **Prinzip: Verhaltensrolle übernehmen:** Das spezifische „Verhalten“ und die „Bedürfnisse“ jeder Figur zwingen den Spieler dazu, eine bestimmte emotionale Persönlichkeit anzunehmen und zu steuern, wodurch sein emotionales Repertoire erweitert wird. Diese Technik, neue Verhaltensweisen

und Perspektiven zu üben, ist sowohl für **das soziale Lernen (Modellierung/Probe)** als auch für **die kognitive Verhaltenstherapie (Verhaltensexperimente)** von zentraler Bedeutung.

3.2. Lernziele

- a. Kognitive Ziele → Was soll gelernt werden?
 - Verstehen der physiologischen und psychologischen Mechanismen von Stress und emotionalen Reaktionen.
 - Identifizieren häufiger emotionaler Auslöser in Gesundheitsszenarien (z. B. Aggression von Patienten, Trauer, ethische Dilemmata).
 - Erkennen früher Anzeichen emotionaler Dysregulation.
- b. Affektive Ziele → Welche Einstellungen und Werte sollten entwickelt werden?
 - Das Selbstbewusstsein für die eigenen emotionalen Reaktionen am Arbeitsplatz stärken.
 - Entwickeln von Empathie und Perspektivübernahme für Patienten, Familien und Teammitglieder.
 - Förderung eines mitfühlenden Ansatzes für Selbstfürsorge und Resilienz.
- c. Verhaltensbezogene Ziele → Welche Fähigkeiten sollten erlernt werden?
 - Üben Sie Techniken wie Grounding, Reframing, Atemübungen und selbstbewusste Kommunikation.
 - Reflektieren Sie vergangene emotionale Reaktionen und planen Sie alternative Strategien.
 - Verbessern Sie Ihre Entscheidungsfindung unter emotionalem Druck.



- Interagieren und kommunizieren Sie in Gruppen.
- Kollektive Problemlösung in Gruppen.

3.3. Die Rolle der Spielleitung

Die Rolle der Spielleitung ist entscheidend, da sie dafür sorgt, dass das Spiel seine **Lernziele** erreicht, **reibungslos** abläuft und für alle Teilnehmenden **spannend und fair** bleibt. Die Spielleitung kann unter Berücksichtigung der Spielergruppe so kreativ und interaktiv sein, wie er/sie möchte. Nachfolgend sind einige wichtige Aufgaben für Spielleitung aufgeführt:

1. Einweisung vor der Simulation (15–20 Min.)

- *Ziel:*
 - Schaffung einer psychologischen Sicherheit für die Spielenden
 - Vorstellung der Hintergrundgeschichte und der Simulationsstruktur
- *Wichtige Maßnahmen:*
 - Erläuterung des Spielzwecks
 - Erläuterung der Lernziele
 - Erläuterung der Spielanweisungen für die Spielenden

2. Während des Simulationsspiels

- *Ziel:*
 - neutral/objektiv bleiben
 - Beobachtung des Engagements der Lernenden
 - den Spielfortschritt zu überwachen
 - Emotionale Sicherheit fördern
- *Wichtige Maßnahmen:*
 - bei Bedarf Anleitung/Hinweise geben
 - Notizen für die Nachbesprechung machen

Hinweis: Bei einer Online-Version des Spiels ist die Rolle der Spielleitung aktiver: Bereiten Sie sich gut vor und machen Sie sich im Voraus mit den Regeln und der Funktionsweise der Plattform vertraut.

3. Nach der Simulation – Nachbesprechung (20–30 Min.)

- *Ziel:*
 - Reflexion fördern
 - emotionale Reaktionen zu erforschen
 - die Simulationserfahrung mit der realen Praxis verbinden
- *Wichtige Maßnahmen:*
 - Leitung einer Gruppendiskussion zum Spiel
 - Reflexion anregen

Literatur

Bandura, A. (1961). Einfluss der Verstärkungskontingenzen von Modellen auf den Erwerb von Imitationsreaktionen. *Zeitschrift für Persönlichkeits- und Sozialpsychologie*, 1(6), 589–595.

Bandura, A. (1977). *Theorie des sozialen Lernens*. Prentice-Hall.

Beck, A. T. (1976). *Kognitive Therapie und emotionale Störungen*. International Universities Press.

Cheristanidis, S., Tsigkalou, E., Fasoi, G. & Dimos, K. (2021). Burnout und emotionale Intelligenz im Gesundheits- und Sozialwesen: Eine systematische Übersicht. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4786.

Cunningham, T. (2004). *Simulation: Ein Werkzeug für Lernen und Entwicklung*. Chartered Institute of Personnel and Development.

Ernst, M., Tostmann, J., Spahn, C., Vonderlin, R. und Stitz, L. (2022). Chronischer Stress: Psychophysiologische Mechanismen und klinische Implikationen. *Frontiers in Psychology*, 13, 828345.

Foster, E. und McKenzie, K. (2012). Simulationsausbildung im Gesundheits- und Sozialwesen: Eine systematische Übersicht. *Nurse Education Today*, 32(6), 666-672.

Foster, L., & Shah, M. (2021). *Spielbasiertes Lernen: Eine systematische Literaturübersicht*. Routledge.

Gair, S. (2011). *Simulation im Gesundheits- und Sozialwesen: Ein praktischer Leitfaden*. Palgrave Macmillan.

Gross, J. J. und Thompson, R. A. (2007). Emotionsregulation: Konzeptionelle Grundlagen. In J. J. Gross (Hrsg.), *Handbuch der Emotionsregulation* (S. 3–24). Guilford Press.

Hinske, S., Hupfer, S., Schobel, J., Riedl, M., Baumgartner, M., & Pohl, A. (Juni 2007). *Die motivierende Kraft digitaler Spiele*. Tagungsband der Internationalen Konferenz für Spieltechnologie 2007.

Hunicke, R., LeBlanc, M., & Zubek, R. (2004). *MDA: Ein formaler Ansatz für Spieledesign und Spielforschung*. Tagungsband des AAAI-Workshops zu Herausforderungen in der Spiel-KI.

British Journal of Social Work, 49(1), 180-200.

Kapur, M. (2008). Produktives Scheitern. *Cognition and Instruction*, 26(3), 379-424.

Kapur, M., & Bielaczyc, K. (2012). Design für produktives Scheitern beim Lernen. *Journal of the Learning Sciences*, 21(1), 45-83.

Kinman, G., & Grant, J. (2016). Emotionale Kompetenz und Wohlbefinden in der Sozialarbeit: Eine systematische Übersicht. *British Journal of Social Work*, 46(2), 522-540.

Kolb, D. A. (1984). *Erfahrungsbasiertes Lernen: Erfahrung als Quelle des Lernens und der Entwicklung*. Prentice-Hall.

Maslach, C., Schaufeli, W. B. und Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397-422.

Merriam-Webster Dictionary (2024). *Spiel*. Abgerufen unter [Datum des Abrufs/Zugriffs-URL].

Plass, J. L., O'Keefe, T. und Homer, B. D. (2010). Der Einfluss von spielbasiertem Lernen auf Motivation und Engagement. In M. K. O'Neil et al. (Hrsg.), *The handbook of research on immersive virtual environments* (S. 176-192). Springer.

Rieber, L. P. (1996). Ernsthaftes Nachdenken über das Spielen: Gestaltung interaktiver Lernumgebungen auf der Grundlage der Verschmelzung von Mikrowelten, Simulationen und Spielen. *Educational Technology Research and Development*, 44(2), 43–58.

Salen, K., & Zimmerman, E. (2004). *Spielregeln: Grundlagen des Spieldesigns*. MIT Press.

Schön, D. A. (1983). *Der reflektierende Praktiker: Wie Fachleute in Aktion denken*. Basic Books.

Sicart, M. (2008). *Die Ethik von Computerspielen*. MIT Press.