

EINFÜHRUNG

Die Solo-Variante von *Essence* ist im eigentlichen Sinn kein Spiel, sondern eine Reflexionsübung. Zu Zwecken der Selbsterforschung kann sie jedoch ebenso erhellend, knifflig oder spannend sein wie ein „richtiges“ Spiel.

SPIELMATERIAL

Folgendes Spielmaterial wird benötigt:

- das **Persönlichkeitsblatt** (Druckvorlage siehe unten),
- ein Stift
- sowie die **Eigenschaftskarten**, **Wertekarten**, **Quellenkarten** und **Wegekarten** aus dem Grundspiel.

SPIELVORBEREITUNG

Die **Eigenschafts-**, **Werte-** und **Quellenkarten** werden jeweils gemischt und als verdeckte Kartenstapel bereitgelegt.

Aus den **Wegekarten** werden alle ‚Freie Wahl‘-Karten sowie alle Karten, die mit einem **Kreis** ○ oder einem **Siebenstern** ✪ markiert sind, aussortiert. Sie werden in dieser Variante nicht benötigt. Die übrigen **Wegekarten** werden gemischt und als Zugstapel bereitgelegt.

Persönlichkeitsblatt und Stift werden zunächst zur Seite gelegt.

SPIELABLAUF

Der Spieler deckt eine **Wegekarte** auf, liest ihre Fragestellung durch, deckt die erforderliche(n) **Begriffskarte(n)** auf und entscheidet sich für eine Antwort.

Bei **Wegekarten**, die mit einem **Fünfstern** ☆ markiert sind, erhält er die **Begriffskarte**, wenn seine Einschätzung auf der Skala 4 oder 5 beträgt.

Bei **Wegekarten**, die mit einem **Dreieck** ▽ markiert sind, erhält er die **Begriffskarte** seiner Wahl.

Der Spieler legt die erhaltenen **Begriffskarten** nach Farben sortiert vor sich ab, räumt übrige Karten zur Seite und deckt schließlich die nächste **Wegekarte** auf. Das Spiel endet, sobald der Stapel **Wegekarten** aufgebraucht ist.

AUSWERTUNG

Der Spieler nimmt sich nun seine erhaltenen **Eigenschafts-**, **Werte-** und **Quellenkarten** vor und sucht aus jedem Stapel 5 Karten heraus, die auf ihn am meisten zutreffen bzw. für ihn die größte Bedeutung haben. (Dabei kann es hilfreich sein, die Karten zuvor in eine persönliche Rangfolge zu bringen).

Anschließend trägt er die insgesamt 15 Begriffe in die vorgesehenen Spalten auf dem **Persönlichkeitsblatt** ein.

Nach vier Durchgängen ist das Blatt vollständig ausgefüllt, und auf diese Weise hat sich der Spieler ein eigenes Persönlichkeitsprofil erstellt.



1.SPIEL

2.SPIEL

3.SPIEL

4.SPIEL

STÄRKEN

Bin ich mir meiner
Stärken bewusst?

WERTE

Setze ich meine Werte
im Leben um?

QUELLEN

Benutze ich regelmäßig
meine Quellen?