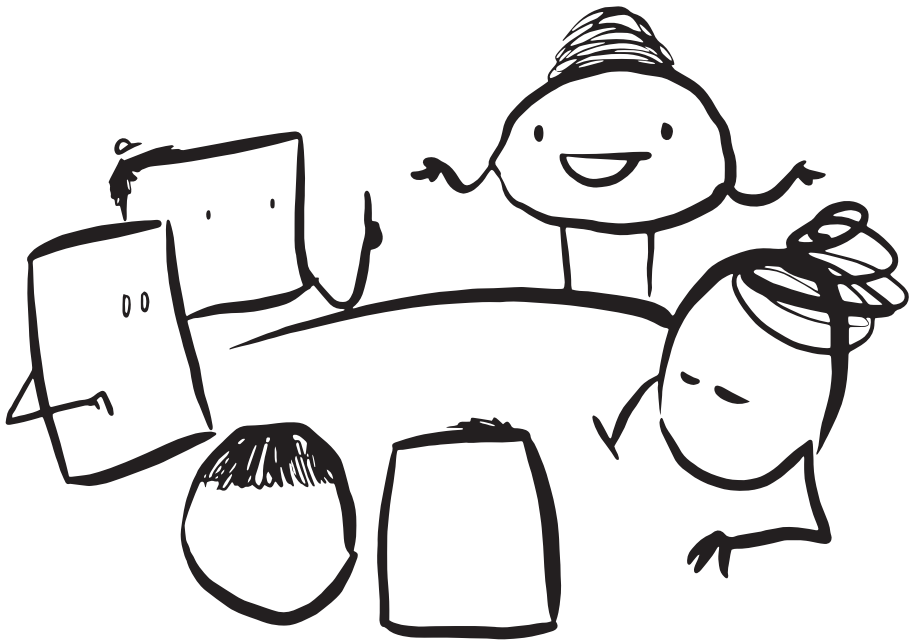


Eine Stunde reden.

Das Dialogspiel

.....



SPIELANLEITUNG

SPIELANLEITUNG

Eine Stunde reden. Das Dialogspiel

.....

- 4 bis 6 Spielende pro Tisch
- 1 Spielleitung
- Dauer: 60 Minuten plus Nachspielzeit

Spielidee

»Eine Stunde reden« bringt Menschen in geschützter Atmosphäre auf spielerische Weise ins Gespräch – auch zu strittigen Themen.

Im Mittelpunkt steht das Zuhören: Es geht darum, neue Sichtweisen zu verstehen, nicht darum, andere zu überzeugen. Die Spielmaterialien und Spielregeln strukturieren den Dialog und fördern einen konstruktiven Austausch.



»Eine Stunde reden« schafft Raum dafür, dass sich alle gehört fühlen, Gemeinsamkeiten entdecken und auch über Meinungsverschiedenheiten ins Gespräch kommen. Das Dialogspiel kann zu vielen Themen und in unterschiedlichen Kontexten eingesetzt werden.

Rolle der Spielleitung

Als Spielleitung führen Sie durch das gesamte Spiel:

- Sie sorgen für eine offene, wertschätzende Atmosphäre.
- Sie erklären die Spielregeln und achten darauf, dass sie eingehalten werden.
- Sie verteilen die Redezeit fair, sodass alle die Möglichkeit bekommen, ihre Perspektive einzubringen.
- Sie sind allparteilich, das heißt Sie sind für alle am Tisch gleichermaßen da.
- Sie hören aktiv zu, fassen zusammen und achten darauf, dass jede Stimme gehört wird.

SPIELMATERIALIEN



MIKROFON

steht vor der Person, die das Wort hat, und wird nach höchstens drei Minuten Redezeit an die nächste Person weitergegeben.



SANDUHREN

messen die Redezeit. Wenn die volle Redezeit von 3 Minuten nicht ausgenutzt wurde, kommt die zweite zum Einsatz.



STIMMUNGSSTEINE (je 3 pro Spieler/in)

zeigen mit Ampelfarben die Stimmung der Spielenden.



grüner Kreis: »sehr gut«



oranges Quadrat: »in Ordnung«

rotes Sechseck: »nicht so gut«



THEMENAUFSSTELLER

zeigt in der Mitte des Tisches das jeweilige Gesprächsthema.



2 ROLLEN- UND 6 JOKERKARTEN

Rolle »Spielleitung«: führt durch das Gespräch.

Rolle »Timekeeper«: achtet auf die Einhaltung der Redezeit.

Joker: gewährt drei Minuten zusätzliche Redezeit.



6 FRAGENKARTEN

strukturieren das Gespräch. Nach der Startfrage werden die Anschlussfragen in beliebiger Reihenfolge gespielt.



10 DANKE-KARTEN

werden am Ende des Spiels eingesetzt und würdigen, was im Gespräch besonders gut gelungen ist.



KURZANLEITUNG (auf der Rückseite dieses Hefts)
bietet der Spielleitung einen schnellen Überblick.

SPIELVORBEREITUNG

THEMA AUSWÄHLEN

Wählen Sie im Vorfeld aus, welches Thema am Tisch besprochen werden soll. Grundsätzlich eignet sich jedes Thema für »Eine Stunde reden«.

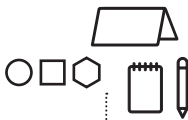
TISCHGESTALTUNG

Notieren Sie das Thema auf beiden Seiten des Themaufstellers. Platzieren Sie den Aufsteller dann in der Mitte des Tisches.

Legen Sie die 6 Fragenkarten aufgefächert auf den Tisch, die Startfrage obenauf.

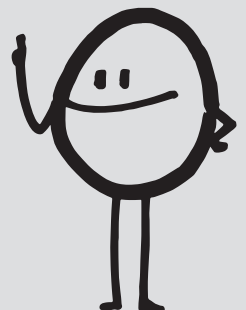
Legen Sie an Ihrem Platz als **SPIELLEITUNG** bereit:

- Mikrophon
- Rollenkarten (orange)
- Sanduhren
- Danke-Karten (weiß)
- Kurzanleitung
- einen Stift
- einen Notizblock
- eine Uhr für die Gesamtzeit



Legen Sie an **JEDEM SPIELENDENPLATZ** bereit:

- 3 Stimmungssteine
- ggf. Namensschild
- einen Stift
- einen Notizblock / ein Blatt Papier



SPIELABLAUF

Willkommen

Begrüßen Sie die Spielenden. Schaffen Sie eine angenehme, wertschätzende Atmosphäre und stellen Sie Format und Thema vor.

NAMEN

Wenn sich die Spielenden nicht alle kennen, laden Sie sie dazu ein, Namensschilder zu schreiben und vor sich zu platzieren.

SPIELREGELN

Erklären Sie den Einsatz des Mikrofons und der Sanduhren sowie des Jokers und der Fragenkarten. Machen Sie deutlich, dass bei »Eine Stunde reden« folgende Gesprächsregeln gelten:

- aufmerksam zuhören
- andere ausreden lassen und nicht unterbrechen
- respektvoller Umgang

ROLLENVERTEILUNG

SPIELLEITUNG: Diese Rolle übernehmen Sie selbst.

TIMEKEEPER: Fragen Sie, wer in der Runde freiwillig als »Timekeeper« die Zeit im Blick behalten will. Geben Sie ihm/ihr diese Rollenkarte und die beiden Sanduhren.

JOKER: Verteilen Sie an jede/n Spieler/in einen Joker. Dieser kann einmal im Spiel gespielt werden und gewährt drei Minuten zusätzliche Redezeit.

STIMMUNGSBILD

Fragen Sie die Spielenden nach ihrer Stimmung und bitten sie, den dazu passenden **STIMMUNGSSTEIN** nach vorne zu schieben.

Nach dem Ampelprinzip drücken die Steine aus:

GRÜN: »Mir geht es sehr gut.«

GELB: »Alles in Ordnung.«

ROT: »Mir geht es nicht so gut.«

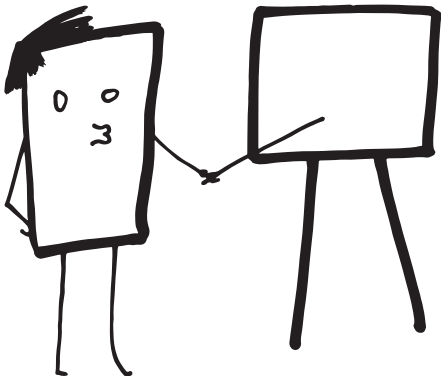
Erste Runde

Bitten Sie eine/n Spieler/in, die Startfrage umzudrehen und vorzulesen. Sie lautet »Was ist dein persönlicher Blick auf das Thema?« und wird im Folgenden von allen am Tisch nacheinander beantwortet.

Geben Sie das Mikrofon als erstes an den/die Spieler/in links neben Ihnen und laden sie/ihn ein, die eigene Perspektive auf das Thema zu teilen. Mit dem Umdrehen einer Sanduhr durch den Timekeeper beginnt die Redezeit von bis zu drei Minuten. Die anderen am Tisch hören aufmerksam zu. Der Timekeeper gibt ein Zeichen, wenn die Zeit abgelaufen ist.

Nach dem Redebeitrag wird das Mikrofon an die nächste Person weitergegeben, die nun ihren Blick auf das jeweilige Thema darlegt. Falls die Redezeit der/s vorherigen Spielers/in noch nicht abgelaufen ist, kommt die zweite Sanduhr zum Einsatz. Ist der Timekeeper an der Reihe zu sprechen, übernehmen Sie als Spielleitung die Sanduhr. So geht es reihum, bis alle ihre Sichtweise geteilt und eventuell Joker eingesetzt haben.

Fragen Sie am Ende der Runde, ob die Spielenden Ideen oder wichtige Gedanken notieren wollen. Je nach Konzept der Veranstaltung werden die Notizen am Ende des Spiels eingesammelt und ausgewertet.



Weitere Runden

Lassen Sie eine/n Spieler/in aus den verbliebenen Fragenkarten auf dem Tisch eine weitere ziehen und vorlesen.

Auf jeder Karte steht eine konstruktive, dialoganregende Frage, die alle am Tisch in der nächsten Runde beantworten können. Die Reihenfolge der Karten ist beliebig. Die Fragen lauten:

Was von dem Gesagten hat dich zum Nachdenken gebracht?

Welche Perspektive fehlt heute hier am Tisch?

Wer oder was kann das Thema voranbringen?

Du wachst morgens auf und all deine Wünsche zu diesem Thema sind in Erfüllung gegangen. Woran merkst du das?

Was teilen wir trotz unterschiedlicher Sichtweisen?

Die Gruppe kann einmal gemeinsam entscheiden, eine andere Karte zu ziehen, falls die Frage nicht passend erscheint.

Sobald die Frage feststeht, beginnt die zweite Runde mit demselben Ablauf: höchstens drei Minuten Redezeit pro Spieler/in und am Ende der Runde Notieren von Ideen.

Einziger Unterschied: In der zweiten und allen folgenden Runden gibt es für die Redebeiträge keine feste Reihenfolge. Wer etwas sagen will, bekommt das Mikrofon. Es ist somit auch möglich, dass sich Spielende zu einer Frage nicht äußern. Achten Sie darauf, dass die Redezeit dennoch fair verteilt bleibt.

Führen Sie diesen Ablauf mit weiteren Fragekarten fort – bis etwa 60 Minuten vergangen sind und die zuletzt gezogene Karte zu Ende gespielt ist.

Bei einer Stunde Spielzeit ist normalerweise nach der Startfrage Zeit für zwei bis drei weitere Fragenkarten.

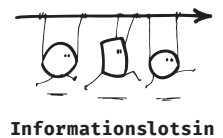
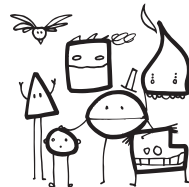
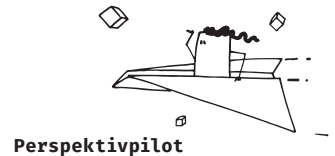
Abschluss

STIMMUNGSSTEINE: WIE GEHT ES MIR?

Fragen Sie die Spielenden, wie es ihnen geht und was sich vielleicht verändert hat. Bitten Sie alle, den dazu passenden Stimmungsstein auf dem Tisch nach vorne zu schieben.

DANKE-KARTEN: WAS IST ANDEREN ODER MIR GUT GELUNGEN?

Legen Sie die Danke-Karten mit den Zeichnungen nach oben aus. Sie zeigen unterschiedliche Kompetenzen, die ein Gespräch bereichern.



Jede/r Spieler/in wählt eine Karte aus, die etwas ausdrückt, was ihm/ihr im Verlauf des Spiels positiv an sich selbst oder an anderen aufgefallen ist. Bitten Sie die Spielenden, ihre Wahl kurz zu begründen. Jede Person sollte am Ende eine Karte erhalten – wobei sich auch mehrere Spielende dasselbe Motiv teilen können.

Mit dieser Rückschau endet das Dialogspiel. Es bietet sich an, in die »Nachspielzeit« überzuleiten, in der frei über das Thema und die Erfahrungen mit dem Spiel gesprochen werden kann.

Impressum

Bonn Institute gGmbH

Bennauerstraße 60
53115 Bonn

Kontakt

Telefon +49 228 28653370
dialog@bonn-institute.org
www.bonn-institute.org

Spielidee

Ellen Heinrichs

Entwicklung

Mehregan Behrouz
Anja von Cysewski

Gestaltung

Kai Kullen und Nikolaus Rulle
kknr.de

Illustration

Tim Stadie

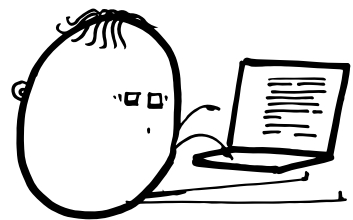
Druck

WB Druck, Köln

Herstellung

Spielkarten und Boxlabel

Colour Connection,
Frankfurt am Main



Alle Rechte vorbehalten.

© 2026 Bonn Institute



Weitere Informationen zu
»Eine Stunde reden – Das Dialogspiel«
erhalten Sie auf unserer Webseite:
www.bonn-institute.org/eine-stunde-reden

KURZANLEITUNG

1. Willkommen

- Begrüßung und Thema
- Namensschilder
- Material und Regeln erklären
- Rollenkarten und Joker verteilen
- Stimmung abfragen (rot, orange, grün)

2. Spiel (60 Minuten)

ERSTE RUNDE

- Startfrage aufdecken
- reihum Redezeit, höchstens drei Minuten
- Ideen notieren

WEITERE RUNDEN

- Frage ziehen und aufdecken
- höchstens drei Minuten Redezeit (Reihenfolge kann variieren)
- Ideen notieren

3. Abschluss

- Stimmung abfragen (rot, orange, grün)
- Danke-Karten
- Einladung zum Austausch



bonn institute

