

Ігри



Безмовний крик (гра з 9 років)

Мета: дітям важливо навчитися, навіть при найважчій образі, не відчувати себе жертвою. Гра "Безмовний крик" допомагає дитині відчути себе хазяїном становища. Гра допоможе дітям зрозуміти, що вони можуть одночасно контролювати себе і позбавлятися від напруги, а це – гарний фундамент для роздумів про те, як позбутись проблеми, яка є причиною цієї напруги.

Інструкція: Попросіть учасників гри закрити очі і сильно вдихнути. "Уявіть собі, що ви йдете в тихе і приємне місце, де ніхто вам не заважає. Згадайте кого-небудь, хто діє вам на нерви, хто вас злить, або завдає якоїсь шкоди. Уявіть, кожен для себе, що ця людина ще більше вас нервує. Нехай ваше роздратування посилюється. Визначте самі, коли напруга стане досить сильною. Та людина, яку ви уявляєте, теж повинна зрозуміти, що більше нервувати вас вже не можна. Ви можете закричати з усіх сил, але так, щоб цього не почуло юнацтво, яке є поруч. Тобто кричати треба про себе. Можете відкрити рота і закричати про себе так голосно, як тільки зможете. У вашому таємному місці ви одні, там ніхто не може почути вас. Крикніть ще раз, і цього разу ще голосніше! А тепер знову згадайте людину, яка псує вам життя. Уявіть собі, що якимось чином ви заважаєте цій людині так само дратувати вас як і раніше. Вигадайте в своїй уяві, як ви можете зробити так, щоб ця людина вас більше не мучила. (1 хвилина).

А тепер можете відкрити очі і розказати всім про те, що ви пережили."

Питання до учасників гри:

- Чи вдалось вам в своїй уяві крикнути дуже-дуже голосно?
- Кого ти уявив в образі твого злого духа?
- Що ти кричав?
- Що ти вигадав, щоб зупинити цю людину?

Король (гра з 6 років)

Мета: ця гра дає дітям можливість на деякий час опинитись у центрі уваги, при цьому нікого не ображаючи. Найбільш корисною вона буде для сором'язливих і агресивних дітей.

Інструкція: Виховник звертається до юнацтва: "Хто з вас коли-небудь мріяв стати королем? Які переваги отримує той, хто ним стає? А які неприємності це приносить? Чи знаєте ви, чим

добрий король відрізняється від лихого? Я хочу запропонувати вам гру, в якій ви зможете стати королем. Звичайно, не назавжди, а всього лише на хвилину десять. Всі інші діти стають слугами і повинні робити все, що накаже король. Зрозуміло, що король не має права давати такі накази, які можуть образити інших, але він може дозволити собі багато. Він може наказати, наприклад, щоб його носили на руках, щоб йому вклонялися, приносили напої і таке ін. Хто хоче першим стати королем?"

Кожна дитина з часом має отримати можливість стати королем. З самого початку скажіть юнацтву, що кожен зможе стати королем. За один раз в цій ролі може побути 2-3 особи. Коли час правління короля закінчиться, зберіть в коло все юнацтво, яке брало участь у грі, та проаналізуйте те, що відбувалось. Це допоможе наступним королем підпорядкувати свої бажання внутрішнім можливостям інших дітей і увійти в історію добрими королями.

Питання, які доречно задати юнацтву під час обриворення гри:

- Як ти почував себе, коли був королем?
- Що тобі найбільше сподобалось в цій ролі?
- Чи легко було віддавати накази іншим?
- Що ти відчував, коли був слугою?
- Чи легко тобі було виконувати накази короля?
- Коли королем був Петро (Василь, Сергій), він був для тебе добрим чи лихим королем?
- Як далеко в своїх бажаннях може заходити добрий король?

Віддати наказ (з 6 років)

Мета: багатьом дітям, коли вони хочуть чого-небудь від іншого, буває важко вибрати правильний тон розмови. Особливо це стосується дітей із заниженою самооцінкою. Вони або поводять себе подібно "босу", який всіма командує і на всіх гарчить, або стають страждаючими жертвами, які дозволяють іншим дітям мучити себе. Обидва способи поведінки доповнюють одне й те саме замкнуте коло.

Проведення гри: попросіть юнацтво сісти в коло і починайте гру. "Чи знаєте ви таких дітей, які люблять давати всім накази і поводять себе як великі начальники? Зараз, не називаючи імен, розкажіть, як поводять себе такі діти, коли намагаються нав'язати іншим свою волю? (Юнацтво ділиться думками). Чи знаєте ви таких дітей, які дозволяють робити з собою все, що завгодно – штовхати, дражнити, знущатися - і не знаходять в собі мужності припинити все це і сказати: "Ні! Я цього не хочу!"" Знову, не називаючи ніяких імен, розкажіть, як виглядають такі діти, з яким виразом обличчя вони ходять, як поводять себе? А тепер поділіться на пари. Визначіть, хто з вас буде "А"(батьки), а хто "В"(дитина). "А" повинен стати дуже суворим батьком або матір'ю, які диктують дитині, що вона повинна робити. Наприклад: "А ну, швидко почисти своє взуття!", "Не смій зі мною сперечатися!" і т. ін. "Б" має зіграти роль дитини, з якою можна робити, що завгодно. Вона (дитина) повинна говорити, наприклад: "Ти завжди правий!", "Я такий нерозумний, що ніколи б сам не додумався зробити так, як ти говориш!", "Мої вчинки правильні тільки тоді, коли роблю все, що ти мені кажеш!" і т. д. Тепер протягом 2 хвилин грайте в таких жорстоких батьків і таких принижених дітей.

А зараз поміняйтеся ролями."

Після гри поговоріть з дітьми про їхні відчуття.

Питання:

- Як ти почував себе в ролі батька або матері?
- Як ти почував себе в ролі дитини?
- Яка роль тобі сподобалась більше?
- Чи граєш ти коли-небудь подібні ролі в своєму житті?
- Чи бачив ти коли-небудь інших дітей або дорослих, що грали такі ролі?
- Коли ці ролі завдають шкоди?
- Коли ці ролі можуть виявитись корисними?

Друзі та подруги Виховники, сподіваємось, що всі ігри, з якими ви мали змогу познайомитись, допомогли вам у праці з юнацтвом, допомогли самим дітям позбутися таких негативних явищ, як агресія та гнів. Наступного разу поведемо розмову про те, як досягнути успіху.

*З дружнім сумівським привітом: "Гартуйсь!"
Олена Кучерук - Хмельницький осередок*