**Психологическая настольная игра для подростков «Теплая компания»**

**Цель**: профилактика вовлечения обучающихся подросткового возраста в зависимое поведение.

**Задачи**:

* дать повод задуматься о своем прошлом, настоящем и будущем, о том, чего они хотят от жизни;
* способствовать формированию адекватных жизненных установок;
* развивать умение анализировать свое поведение и поведение других людей.

**Участники**: игра рассчитана на подростков 13-15 лет. В игру могут играть несколько человек. Максимальное количество — 15 человек.

**Материалы:**

* игровое поле;
* кубик и фишки по количеству участников;
* карточки с заданиями.

**Описание игры:**

Подросткам часто необходима такая форма работы, которая:

* будет безопасна для ребят, то есть знакома им по предыдущему опыту;
* увлекательна, то есть содержит элементы соревновательности;
* не назидательна, то есть не содержит прямых воспитательных наставлений.

Всем этим требованиям удовлетворяет игра, основанная на принципе детских игр — «ходилок». Тексты заданий можно несколько занятий повторять, а можно менять. В приложении 1 приводятся тексты заданий.

В игру могут играть несколько человек. Максимальное количество — 15. Это обусловлено тем, что чем больше игроков в ней участвует, тем больше она занимает времени. При участии 10 человек игра растягивается на два урока. Ведущий заготавливает нужное количество фишек, которыми будут пользоваться игроки. В начале игры фишки ставятся на «*Старт*». Задача участников, кидая по очереди кубик, дойти до финиша. Если участник попадает на кружочек с названием «*свобода*», то он может что-то нарисовать, станцевать, спеть, бросить еще раз кубик или сделать что-то еще – на то она и свобода.

Кидая кубик и передвигая фишки, участник выполняет «*задания*», отвечает на «*вопрос-на-засыпку*» и просто на «*вопрос*», высказывает свое «*мнение*» в ответ на написанное на карточке умозаключение, придумывает собственные действия в различных «*ситуациях*», на «*остановке*» размышляет на какую-то тему.

В ходе игры подростки учатся слушать друг друга, задумываться о своем прошлом, настоящем и будущем, о том, чего они хотят от жизни. Отвечая на вопросы, подростки делятся своим мнением, как лучше поступить в той или иной ситуации, как добиться различных коммуникативных целей, например, как не обидеть человека? В легкой игровой форме они открывают для себя много нового не только в себе, но и в окружающих.

Игра рассчитана на подростков, но, придумав к ней новые вопросы и задания, ее можно модифицировать для различных задач и возрастов (приложение 2).

Эта игра дает детям возможность рассказать о себе, причем, отвечая на вопросы, они имеют право регулировать степень личностно затрагиваемой информации, а также могут подумать о вещах, о которых раньше не задумывались. В конце занятия участникам задаются вопросы:

* что нового вы узнали сегодня на занятии?
* что вы чувствовали, пока играли?
* как вы думаете, на что направлена эта игра?
* чему научились в процессе игры?

**Источник**: Гаяна Бубнова «Теплая компания. Психологическая настольная игра для подростков», - журнал «Школьный психолог», - №7, 2009 г.

Приложение 1.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **МНЕНИЕ**  Что здесь имеется в виду?  Верно суждение или неверно?  Каково твое мнение по данному поводу? | **МНЕНИЕ**  Что здесь имеется в виду?  Верно суждение или неверно?  Каково твое мнение по данному поводу? | **МНЕНИЕ**  Что здесь имеется в виду?  Верно суждение или неверно?  Каково твое мнение по данному поводу? | **МНЕНИЕ**  Что здесь имеется в виду?  Верно суждение или неверно?  Каково твое мнение по данному поводу? |
| **МНЕНИЕ**  Что здесь имеется в виду?  Верно суждение или неверно?  Каково твое мнение по данному поводу? | **МНЕНИЕ**  Что здесь имеется в виду?  Верно суждение или неверно?  Каково твое мнение по данному поводу? | **МНЕНИЕ**  Что здесь имеется в виду?  Верно суждение или неверно?  Каково твое мнение по данному поводу? | **МНЕНИЕ**  Что здесь имеется в виду?  Верно суждение или неверно?  Каково твое мнение по данному поводу? |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***ЗАСЫПКА***  ***Ответь на «вопрос-на-засыпку»*** | ***ЗАСЫПКА***  ***Ответь на «вопрос-на-засыпку»*** | ***ЗАСЫПКА***  ***Ответь на «вопрос-на-засыпку»*** | ***ЗАСЫПКА***  ***Ответь на «вопрос-на-засыпку»*** |
| ***ЗАСЫПКА***  ***Ответь на «вопрос-на-засыпку»*** | ***ЗАСЫПКА***  ***Ответь на «вопрос-на-засыпку»*** | ***ЗАСЫПКА***  ***Ответь на «вопрос-на-засыпку»*** | ***ЗАСЫПКА***  ***Ответь на «вопрос-на-засыпку»*** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ОСТАНОВКА**  Нужно остановиться и про себя подумать, а возможно, и сказать! | **ОСТАНОВКА**  Нужно остановиться и про себя подумать, а возможно, и сказать! | **ОСТАНОВКА**  Нужно остановиться и про себя подумать, а возможно, и сказать! | **ОСТАНОВКА**  Нужно остановиться и про себя подумать, а возможно, и сказать! |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Если человек соврет один раз, то на него уже будут смотреть с опаской. Если это будет повторяться еще, то не будет ему веры. То же самое происходит и с другими поступками человека. | Часто люди боятся менять что-то в своей жизни, опасаясь потерять то, что они уже имеют, даже если изменения сулят удачу, успех и приобретения. | Если ты хочешь, чтобы тебя уважали другие и прислушивались к твоим словам, нужно в первую очередь самому уважать себя, а во вторую — уважать других и слушать, что они говорят. | Люди, сумевшие стать популярными в социальных сетях, наверняка хорошо разбираются в жизни и у них есть чему поучиться. |
| Человек должен постоянно внутренне развиваться. Только тогда он будет поистине счастливым. | Легче живется человеку, который обижается редко и очень отходчив, так как обида — изматывающее, неприятное чувство. | Взрослость — не только способность себя обеспечивать, но и ответственность как за свои поступки, так и за свою жизнь. | Просьбы друзей необходимо выполнять, даже если тебе это не очень нравится, потому что в этом заключается настоящая дружба. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Как не обидеть человека? | Как обратить на себя внимание человека? | Как утешить человека? | Как завоевать доверие человека? |
| Как найти контакт с человеком? | Как обрадовать человека? | Как подобрать человеку такой подарок, чтобы он ему понравился? | Как узнать, что человек чувствует или думает? |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Подумай про себя, кого ты за последнюю неделю незаслуженно обидел? | Кому бы тебе хотелось сделать приятное и почему? | Каким ты можешь быть, чтобы людям вокруг тебя было приятно и комфортно? | Что в тебе есть хорошего, что ты редко используешь? |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ЗАДАНИЕ** | **ЗАДАНИЕ** | **ЗАДАНИЕ** | **ЗАДАНИЕ** |
| **ЗАДАНИЕ** | **ЗАДАНИЕ** | **ЗАДАНИЕ** | **ЗАДАНИЕ** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ВОПРОС** | **ВОПРОС** | **ВОПРОС** | **ВОПРОС** |
| **ВОПРОС** | **ВОПРОС** | **ВОПРОС** | **ВОПРОС** |
| **ВОПРОС** | **ВОПРОС** | **ВОПРОС** | **ВОПРОС** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Расскажи чуть-чуть о каждом из присутствующих, что тебе в них нравится. | Изобрази телом, жестами, мимикой:  как ты даешь понять человеку, что ты ему не веришь. | Покажи, изобрази телом, жестами, мимикой: как ты даешь понять человеку, что ты на него обиделся. | Покажи, изобрази телом, жестами, мимикой:  как ты даешь понять человеку, что у тебя плохое настроение. |
| Изобрази телом, жестами, мимикой:  как ты даешь понять человеку, что он тебе не нравится. | Расскажи о какой-то своей проделке, шалости. | Покажи, изобрази телом, жестами, мимикой каждому, что ты о нем думаешь. | Подумай, на кого из твоего класса ты меньше всего похож, и расскажи, чем вы похожи. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Каким бы ты хотел быть в своем прошлом? | Что для тебя важно в жизни? | Твое самое раннее воспоминание? | Каким бы ты хотел видеть свое будущее? |
| Хотел бы ты изменить свое прошлое и как? | Есть ли у тебя какие-нибудь принципы в жизни? Какие? | Как ты думаешь, что тебе надо сделать, чтобы осуществить свои мечты о будущем? | Как ты думаешь, изменилось ли в тебе что-нибудь за последние два года? (Взросление, характер, поведение.) |
| Расскажи, о чем ты мечтаешь? | Расскажи о пяти своих достоинствах. | Что бы ты хотел изменить в других? И что бы ты мог сделать для этого? | Что тебе нравится в людях, а что нет? |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **СИТУАЦИЯ**  ***Как бы ты себя повел в данной ситуации, что бы почувствовал, что бы сказал?*** | **СИТУАЦИЯ**  ***Как бы ты себя повел в данной ситуации, что бы почувствовал, что бы сказал?*** | **СИТУАЦИЯ**  ***Как бы ты себя повел в данной ситуации, что бы почувствовал, что бы сказал?*** | **СИТУАЦИЯ**  ***Как бы ты себя повел в данной ситуации, что бы почувствовал, что бы сказал?*** |
| **СИТУАЦИЯ**  ***Как бы ты себя повел в данной ситуации, что бы почувствовал, что бы сказал?*** | **СИТУАЦИЯ**  ***Как бы ты себя повел в данной ситуации, что бы почувствовал, что бы сказал?*** | **СИТУАЦИЯ**  ***Как бы ты себя повел в данной ситуации, что бы почувствовал, что бы сказал?*** | **СИТУАЦИЯ**  ***Как бы ты себя повел в данной ситуации, что бы почувствовал, что бы сказал?*** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вы собираетесь на дискотеку. Друзья предлагают вам выпить 100 граммов «для храбрости». Вы не знаете, какие последствия повлекут за собой эти 100 граммов… | Классный руководитель уговорил тебя выступить на школьном концерте. Ты выходишь на сцену и… | Вы со своим другом (подругой) сильно поссорились. Ты на него (нее) сердишься, но тем не менее скучаешь по общению с ним (ней)… | Ты хочешь пойти на вечеринку к друзьям, но ты там почти никого не знаешь…. |
| Подходит к тебе на улице парень (девушка) и говорит, что хочет с тобой познакомиться…. | Ты нечаянно разбил(а) горшок с цветком в классе…. | Все лето ты провел(а) не в городе и не виделся со своими друзьями. Вы встречаетесь, общаетесь. Вдруг кто-то предлагает закурить, и тут выясняется, что за лето все ребята из твоей компании начали курить… | Ты не сделал(а) домашнее задание и не подготовился(лась) к урокам. А тебя как назло вызвали к доске… |