

# КОНСПЕКТ ПРОВЕДЕННЯ ЗАННЯТЬ З ВИКОРИСТАННЯМ ГРИ



версія для опрацювання з шкільним  
класом або групою



**КОНСПЕКТ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ВИКОРИСТАННЯМ ГРИ  
„ЧЕРВОНЕ СВІТЛО НА ТВОЄМУ КОРДОНІ”  
-версія для опрацювання з шкільним класом або групою**

<b>Тривалість заняття</b>	1-3 години дидактичні
<b>Учасники</b>	До 30 осіб
<b>Головна мета зустрічі</b>	Розвиток уміння асертивно встановлювати межі дітьми та підлітками, коли вони відчують їх порушення
<b>Додаткові цілі зустрічі</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ознайомлення учасників з концепцією і значенням кордонів людини.</li> <li>➤ Пізнання учасниками значення і ролі асертивних поведінок в захисті своїх кордонів.</li> <li>➤ Усвідомлення шкідливого значення агресивних і залежних поведінок.</li> </ul>
<b>Перебіг зустрічі</b>	<p>1. Ведучий роз'яснює групі наступні поняття:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Особисті кордони людини це територія, яку ніхто не може змінити. Охоплюючи наше тіло ( тільки я чую відчуття мого тіла), емоції ( тільки я переживаю свої емоції), думки ( тільки я знаю, що хочу зробити). Здорові кордони непорушні, але в них є переходи, які добре функціонують і дозволяють обмінюватися інформацією та говорити про почуття. Внутрішні кордони можна порівняти до кордонів між країнами, вони позначені і виразні, але дають змогу перейти на другу сторону з дотриманням певними правил.</li> <li>• Асертивність- це вміння щиро і відверто висловлювати свої думки і почуття водночас шануючи почуття і думки іншої особи, тобто кордони іншої особи.</li> <li>• Асертивне встановлення кордонів- це означає рішучий спротив до поведінки, яка є для нас неприйнятною. Встановлення кордонів є ознакою поваги до себе і турботи про свої потреби. Це є необхідне вміння для побудови здорових міжособистісних стосунків.</li> <li>• Підпорядкування- це поведінка, яка означає підпорядкування до потреб і очікувань інших осіб в надмірний і безумовний спосіб. Це є прийняття поведінки, яка є неприйнятною для нас. Підпорядкування є підставою браку поваги до своїх кордонів.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Агресія- це поведінка, яка порушує кордони інших осіб. Наслідком агресивної поведінки є заподіяння кривди іншій особі ( фізичне, емоційне або ж матеріальне). Агресивна поведінка є вираженням браку поваги до кордонів інших осіб.</li></ul> <ol style="list-style-type: none"><li>2. В центральному місці перед учасниками ведучий розкладає дошку до гри в такий спосіб, щоб кожний її бачив. Дошку можна розмістити вертикально на шкільній дошці і використати магніти замість пішаків.</li><li>3. Ведучий об'єднує учасників в підгрупи ( від 2 до 6 осіб) в залежності від чисельності групи.</li><li>4. Кожна з груп отримує свою колоду карт-реакцій і пішак.</li><li>5. Учасники розкладають свої карти-реакцій так, щоб бачили всі карти.</li><li>6. Учасники ознайомлюються з колодою карт-реакцій.</li><li>7. Кожна група ставить свій пішак на полі „start”.</li><li>8. Ведучий, названий пізніше майстром гри, тасує колоду карт-ситуацій і кладе на дошці в жовтому полі, натомість використані карти буде відкладати на розташоване поблизу сіре поле. Якщо дошка висить на шкільній дошці, майстер гри сам вирішує де будуть лежати карти-ситуацій.</li><li>9. Майстер гри зачитує карту-ситуації вибрану з серії карт-ситуацій.</li><li>10. Гравці (тобто учні) шукають серед своїх карт відповідну для себе реакцію. Коли кожна група приготує свою реакцію, кладе вибрану карту перед собою.</li><li>11. Майстер гри просить гравців, щоб по черзі прочитали свою реакцію на подану їм ситуацію. Після реакцій кожної групи, майстер гри повідомляє чи даний кордон залишився встановлений/захищений в правильний спосіб чи пасивний або ж агресивний. (Майстер гри має власний список реакцій з поділом на правильні і неправильні ситуації). Додатково майстер гри має звернути увагу, чи правильно поставлена реакція є адекватною для ситуації напр. правильна ситуація: „ Хтось без твоєї згоди забирає твою річ” реакція правильна „ Припини так робити, не люблю цього”. Однак, коли на дану ситуацію гравець реагує „Не люблю, коли з мене насміхаєшся” кордон не залишився захищений не зважаючи на вибір правильної карти, тому що реакція є неадекватною для ситуації.</li><li>12. Група, яка правильно встановила кордон пересуває свій пішак на одне місце вперед. Натомість в випадку вибрання гравцем правильної реакції, але неадекватної для ситуації, пасивної або ж агресивної реакції, не виконує жодного руху на дошці.</li><li>13. Після кожного закінченого кола, майстер гри обговорює</li></ol>
--	---

	<p>з гравцями поставлену перед ними ситуацію і їх реакцію, звертає увагу і пояснює, чому часто реагуємо пасивно або агресивно і чому це не є найліпшим способом на захист або поставлення кордонів.</p> <p>14. Групи можуть багато разів використовувати кожну карту-реакції.</p> <p>15. В цій грі не рахується хто перший дійде до мети, а той хто дійде до кінця гри.</p>
<p><b>Зверніть увагу</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Карти-ситуацій і реакцій можна використовувати для проведення групових занять без використання дошки і пішаків.</li> <li>• Ведучий заняття може вибрати конкретні ситуації з карт-ситуацій, які хоче обговорити з групою. Схоже може зробити з картками-реакцій – може вибрати довільну кількість карт-реакцій до праці підчас занять.</li> <li>• Підчас роботи з групою можна працювати зі ситуаціями, які справді створюють труднощі дітям. Ситуації можуть пропонувати як і ведучий, так і діти.</li> <li>• Можна заохотити дітей грати сцени з метою підвищення ефективності вивчення навиків ставити кордони.</li> <li>• Діти теж можуть малювати ситуації, які становлять їм труднощі, створюючи в цей спосіб власні карти-ситуацій.</li> <li>• Варто дітям повідомити, що є такі ситуації порушення кордонів, які потрібно розказати особам дорослим. Це є ситуації зв'язані з насиллям або із загрозою здоров'ю і життю особи і ( або) ситуацій в яких особа не витримує емоційно або вжиті нею дії не приносили результату. Приклади ситуацій в яких потрібно повідомити дорослу особу: „Хтось торкає твої інтимні частини тіла”, „Хтось тебе б'є”, „Незнайомець просить тебе, щоб ти пішов/ла кудись з ним/нею”, „Хтось розказує тобі свою таємницю, а пізніше ти боїшся і завжди про це думаєш”.</li> </ul>
<p><b>Бібліографія</b></p>	<p>Саковска (1999). <i>Школа для батьків і вихователів</i>. Варшава: Медичний Центр Психологічно-Педагогічної Допомоги Міністерства Народної Освіти</p> <p>Тиралік-Кульпа, Е. (2022). <i>Увага! Злість</i>. Щецін. Натулі.</p> <p>Жиліньські, (2022). <i>Кордони дітей і дорослих</i>. Щецін. Натулі.</p>