

КОНСПЕКТ ПРОВЕДЕННЯ ЗАННЯТЬ З ВИКОРИСТАННЯМ ГРИ



версія для роботи з малими групами

**КОНСПЕКТ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ВИКОРИСТАННЯМ ГРИ
„ЧЕРВОНЕ СВІТЛО НА ТВОЄМУ КОРДОНІ”
-версія для роботи з малими групами**

Тривалість заняття	1-3 години дидактичні
Учасники	2 - 5 осіб
Головна мета зустрічі	Розвиток умінь у дітей та підлітків асертивно встановлювати межі, коли вони відчувають їх порушення
Додаткові цілі зустрічі	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ознайомлення учасників з концепцією і значенням кордонів людини. ➤ Пізнання учасниками значення і ролі асертивних поведінок в захисті своїх кордонів. ➤ Усвідомлення шкідливого значення агресивної і залежної поведінки.
Перебіг зустрічі	<p>1. Ведучий роз'яснює групі наступні поняття:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 певних правил. • Асертивність- це вміння щиро і відверто висловлювати свої думки і почуття, водночас шануючи почуття і думки іншої особи, тобто кордони іншої особи. • Асертивне встановлення кордонів- це означає рішучий спротив до поведінки, яка є для нас непринятною. Встановлення кордонів є ознакою поваги до себе і турботи про свої потреби. Це є необхідне вміння для побудови здорових міжособистісних стосунків. • Підпорядкування- це поведінка, яка означає підпорядкування до потреб і очікувань інших осіб в надмірний і безумовний спосіб. Це є прийняття поведінки, яка є непринятною для нас. Підпорядкування є підставою браку поваги до своїх кордонів.

	<ul style="list-style-type: none">• 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. <ol style="list-style-type: none">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.3. Кожен з учасників отримує свою колоду карт-реакцій і пішак.4. Учасники розкладають свої карти-реакцій так, щоб бачити всі карти.5. Учасники ознайомлюються з колодою карт-реакцій.6. Кожний гравець ставить свій пішак на полі „start”.7. Ведучий, а в подальшому майстер гри, тасує колоду карт-ситуацій і кладе на дошці в жовтому полі, натомість використані карти буде відкладати на розташоване поряд сіре поле. Якщо дошка висить на шкільній дошці, майстер гри сам вирішує, де будуть лежати карти-ситуацій.8. Майстер гри зачитує карту-ситуацій вибрану з серії карт-ситуацій.9. Гравці (тобто учні) шукають серед своїх карт відповідну для себе реакцію. Коли кожний гравець приготує свою реакцію, кладе вибрану карту перед собою.10. Майстер гри просить гравців, щоб по черзі прочитали свою реакцію на подану ситуацію. Після реакції кожного учасника 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 зреагує „Не люблю, коли з мене насміхаються” кордон не залишився захищений не зважаючи на вибір правильної карти, тому що реакція є неадекватною для ситуації.11. Гравець, який правильно встановив кордон, пересуває свій пішак на одне місце вперед. Натомість в випадку обрання гравцем правильної реакції, але неадекватної для ситуації, пасивної або ж агресивної реакції, він не виконує жодного руху на дошці.12. Після кожного закінченого кола майстер гри обговорює з гравцями поставлену перед ними ситуацію і їх реакцію,
--	--

	<p>звертає увагу і пояснює, чому часто реагуємо пасивно або агресивно і чому це не є найліпшим способом на захист або встановлення своїх кордонів.</p> <p>13. Гравці можуть багато разів використовувати кожен карту-реакції.</p> <p>14. В цій грі не рахується хто перший дійде до мети, а той хто дійде до кінця гри.</p>
Зверніть увагу	<ul style="list-style-type: none"> • Карти-ситуацій і реакцій можна використовувати для проведення групових занять без використання дошки і пішаків. • 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 під час занять. • Під час роботи з групою можна працювати на ситуаціях, які справді спричиняють труднощі дітям. Ситуації можуть пропонувати як і ведучий, так і діти. • Можна заохотити дітей грати сцени з метою підвищення ефективності вивчення навиків ставити кордони. • Діти теж можуть малювати ситуації, які становлять їм труднощі створюючи в цей спосіб власні карти-ситуації. • Робота дітей в малих групах може проводитися з педагогами, психологами, вихователями і іншими особами маючими можливість роботи з малими групами дітей і молоді • Варто дітям повідомити, що є такі ситуації порушення кордонів, які потрібно розказати особам дорослим. Це є ситуації зв'язані з насиллям або з 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”, „Незнайомец просить тебе, щоб ти пішов/ла кудись з ним/нею”, „Хтось розказує тобі свою таємницю, а пізніше ти боїшся і завжди про неї думаєш”.
Бібліографія	<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>Жиліньскі, (2022). <i>Кордони дітей і дорослих</i>. Щецін. Натулі.</p>