

# Conselhos para profissionais

## 1. Foco nas cartas



Cada uma destas cartas é uma oportunidade para refletir sobre situações da vida. As "surpresas" ou "obstáculos" que podem ocorrer têm desafios diferentes com base na história de vida pessoal.

Alguns comportamentos são importantes para não se colocar em situações de perigo ou para resolver problemas (objetos a guardar). Há também alguns comportamentos que podem ajudá-lo/a a envolver-se mais nas relações sociais online e offline (objetos a partilhar).

**Os recursos que cada ser humano possui podem ser internos e externos.** Os **internos** podem ser positivos (energias, relações, felicidade) ou negativos (frustração e tristeza), mas ambos têm de ser experienciados na vida. Por exemplo: ultrapassar um momento triste traz-nos muitas novas competências, mas precisamos de relações ou de energia para o fazer. Essas experiências emocionais precisam de ser equilibradas e, como situação "ideal", é melhor ter pelo menos um recurso interno positivo do que os negativos experimentados.

**Os recursos externos** são o "dinheiro" e o "tempo". Para ter dinheiro, é evidente que precisa de trabalhar, o que é positivo, mas o trabalho, numa situação "ideal", tem de lhe reservar "tempo" para ter outras experiências. Assim, também neste caso, o equilíbrio é possível se o carta "tempo" for, pelo menos, mais um do que o cartaz "dinheiro". Se tiver mais dinheiro do que tempo, significa que estão a ocorrer situações stressantes.

Os "objetivos" escolhidos e colocados nas cartas são o projeto de vida mais geral e comum de uma pessoa, e estão relacionados com um quadro de vida independente. São simples, cabe-lhe a si adaptá-los à vida da personagem criada.

Se, ao jogar, quiser acrescentar algumas "situações de vida" ou "objetos" para partilhar e guardar, envie-nos um e-mail para: [duepuntiassociazione@gmail.com](mailto:duepuntiassociazione@gmail.com). Teremos todo o prazer em incluí-los na segunda versão do jogo!

## 2. A criação da personagem

Este é um momento muito importante. Normalmente, os participantes projetam algo da sua vida, ou de partes da vida de pessoas bem conhecidas. É importante criar uma história o mais realista possível e refletir sobre o comportamento da personagem. Trata-se de um exercício de empatia, mas também estão envolvidas competências lógicas. No início do jogo, reserve algum tempo para criar e partilhar as histórias: é importante que os participantes conheçam as histórias, porque o jogo deve apoiar a cooperação entre os mesmos. Durante o jogo, por exemplo, quando ocorrem surpresas e obstáculos, os participantes têm de as ler em voz alta e partilhar as suas opiniões sobre o que lhes está a acontecer; os outros jogadores podem intervir e apoiar a reflexão.

## 3. Quem ganha?

Os vencedores são aqueles que têm a sua personagem satisfeita com a própria vida. A pontuação dá-lhe a ideia de quanto alcançou o objetivo que tinha no início.

Cada carta vale um ponto, mas o jogo tenta subtrair-lhe pontos de recursos ou objetos.

**Subtração de pontos de "recursos":** se não tiver os recursos equilibrados no final das 10 rondas, perde todos os seus pontos de recursos. Neste sentido, é muito importante aproveitar o "momento de troca" (quando aparece a cor-de-rosa no dado!) e ajudarem-se mutuamente a equilibrar os recursos! Na vida, podemos atingir os nossos objetivos, mas se não tivermos uma vida calma e equilibrada porque, por exemplo, estamos demasiado stressados ou não temos boas relações, sentimo-nos angustiados e insatisfeitos.

**Subtração dos pontos "objetos":** se não gerir corretamente os objectos, significa que não compreende alguns comportamentos importantes na vida que o ajudam em determinadas situações. Cada objeto colocado de volta no grupo é um ponto perdido. Na vida real, se, por exemplo, mostrar o pin do seu cartão de crédito, pode incorrer em situações perigosas, por isso é melhor lembrar-se de guardar sempre para si este código.

**Por fim, lembre-se de que este jogo foi criado para pessoas com diferentes níveis de deficiência mental, pelo que poderá encontrar diferentes níveis de complexidade. O melhor é jogá-lo a pares, com um profissional e uma pessoa com deficiência mental, e reduzir o número de rondas de acordo com as possibilidades de concentração dos participantes. Será divertido e produtivo!**

## 4. Porquê as peças do tangram?

O tangram é um jogo chinês cujo objetivo é criar imagens com as 7 peças (designadas por TAN). O nome chinês significa "as sete pedras da sabedoria". A lenda conta que um monge dava a um discípulo um quadrado de porcelana e um pincel para que este pintasse nele todas as belezas que encontrasse. Infelizmente, o tal quadrado de porcelana caiu e partiu-se e o discípulo ficou com 7 pedaços separados. Mas isso não o desmoralizou; pelo contrário, apercebeu-se de que, mesmo assim, podia representar melhor o mundo. O importante era ser capaz de juntar essas peças da forma correta. O objetivo do jogo é transmitir a ideia de que uma boa vida não tem uma forma específica, mas deve ser significativa e bem moldada de muitas maneiras diferentes. É importante também divertir-se, no final do jogo, criando imagens com as peças: a sua própria representação pessoal de uma boa vida. Pode utilizar alguns recursos online para ter imagens para copiar ou pode criar algumas originais. Também é possível fazer um grande quadrado comum, ou quadrados que misturem os mosaicos dos participantes.