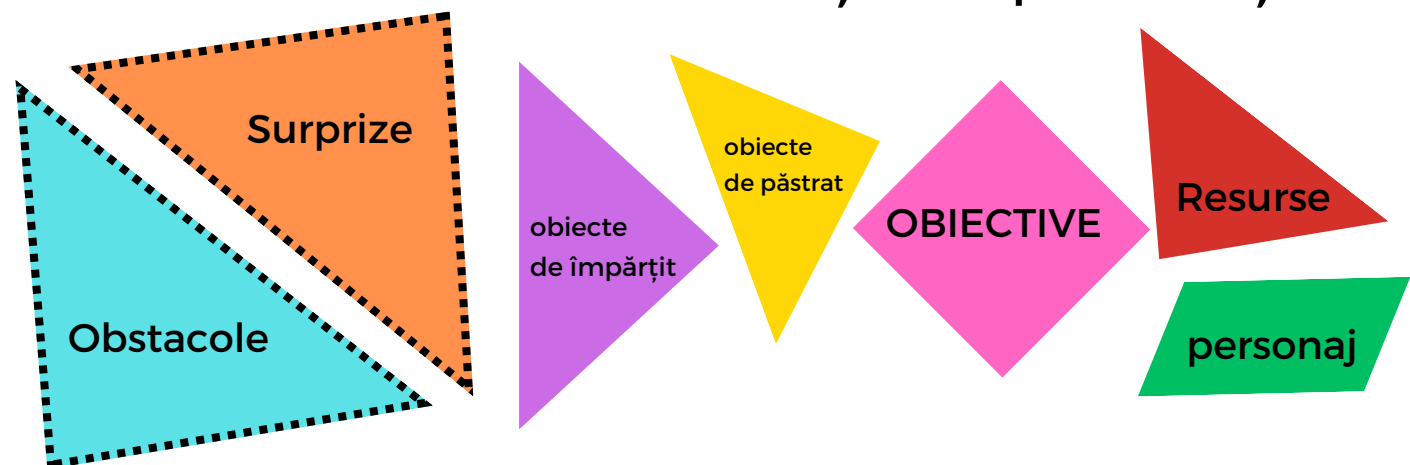


Sfaturi pentru profesioniști

1. Concentrați-vă pe cărți



Fiecare dintre aceste cărți este menită să ofere ocazia de a reflecta asupra situațiilor din viață. „Surprizele” sau „obstacolele” care pot apărea, au provocări diferite pe baza poveștii vieții personale.

Unele comportamente sunt importante, pentru a nu fi în situații periculoase sau pentru a rezolva probleme (obiecte de păstrat).

Există, de asemenea, unele comportamente care te pot ajuta să fii mai implicat în relațiile sociale online și offline (obiecte de împărțit).

Resursele de care dispune fiecare ființă umană sunt interne și externe. Resursele Interne pot fi pozitive (energii, relații, fericire) sau negative (frustrare și tristețe), dar ambele trebuie experimentate în viață. De exemplu: a ieși dintr-un moment trist îți oferă o mulțime de abilități noi, dar ai nevoie de relații sau energii pentru a o face. Acele experiențe emoționale trebuie echilibrate și, într-o situație „ideală”, este mai bine să avem pe listă cu o resursă internă pozitivă mai mult decât cele negative experimentate.

Resursele externe sunt „bani” și „timp”. Pentru a avea bani, desigur că trebuie să muncești, care este un lucru bun de făcut, dar munca, într-o situație „ideală”, trebuie să-ți lase „timpul” pentru a avea alte experiențe. Deci, și în acest caz, balanța este posibilă dacă cardul „timp” este cel puțin cu unul mai mult decât cardul „bani”. Dacă ai mai mulți bani decât timp înseamnă că se întâmplă o situație stresantă.

„Obiectivele” alese puse pe cartonașe sunt la modul general și comune în viața cuiva și sunt legate de un cadru de viață independent. Sunt simple, este scopul tău să-l adaptezi la viața personajului creat.

Dacă jucați jocul și dori să adăugați câteva „situații de viață” sau „obiecte” pentru a le împărți și pentru a le păstra, vă rugăm să ne trimiteți un e-mail la: ildiko@unloc.eu, vom fi bucuroși să le adăugăm în a doua versiune a jocului. !

2. Crearea personajului

Acesta este un moment cu adevărat important. De obicei, participanții proiectează ceva din viața lor sau din viața oamenilor cunoscuți. Este important să creați o poveste cât mai reală și să reflectați asupra modului în care se va comporta personajul. Acest lucru este menit ca un exercițiu de empatie, dar sunt implicate și competențe logice. Fă-ți timp la începutul jocului pentru a crea și a împărtăși poveștile: este important ca participanții să cunoască poveștile, deoarece jocul ar trebui să sprijine cooperarea dintre ei. În timpul jocului, de exemplu, când apar surprize și obstacole, participanții trebuie să îl citească cu voce tare și să-și împărtășească părerile despre ceea ce li se întâmplă; ceilalți jucători ar putea interveni și sprijini în reflecție.

3. Cine câștigă?

Câștigătorii sunt cei care își au personajul mulțumit de viața lui. Scorul vă arată cât de mult v-ați atins obiectivul pe care l-ați stabilit la început.

Fiecare carte are un punct, dar jocul va scădea din puncte de resurse sau obiecte.

Scăderea punctelor de „resurse”: dacă nu aveți resursele echilibrate la sfârșitul celor 10 runde, pierdeți toate punctele de resurse. În acest sens, este foarte important să folosim „momentul de schimb” (când apare rozul de pe zaruri!) și să ne ajutăm reciproc în echilibrarea resursele! În viață, vă puteți atinge obiectivele dar dacă nu aveți o viață calmă și echilibrată pentru că, de exemplu, sunteți prea stresat sau nu aveți relații bune, vă simțiți stresat și nemulțumit.

Scăderea punctelor „obiecte”: dacă nu gestionați corect obiectele înseamnă că înțelegeți greșit un comportament important în viață care vă ajută în anumite situații. Fiecare obiect pus înapoi în grămadă este un punct pierdut. În viața reală, dacă, de exemplu, arătați codul cardului dvs. de credit, vă puteți confrunta cu situații periculoase, așa că este mai bine să vă amintiți să păstrați întotdeauna pentru dvs. acest cod.

În cele din urmă, amintiți-vă că acest joc este creat pentru persoane cu diferite niveluri de dizabilități mintale, astfel încât să puteți găsi un nivel diferit de complexitate. Cel mai bine este să-l jucați într-un cuplu de profesioniști și o persoană cu dizabilități mintale și să reduceți numărul de runde în funcție de posibilitățile de concentrare ale participanților. Va fi distractiv și fructuos!

4. De ce figuri de tangram?

Tangramul este un joc chinezesc și scopul jocului este de a crea imagini cu cele 7 figuri (numite TAN), Numele chinezesc înseamnă „cele șapte pietre ale înțelepciunii”, Legenda spune că un călugăr ar da unui discipol un pătrat de porțelan și o pensulă să picteze pe el toate frumusețile pe care le-a întâlnit. Din păcate, un astfel de pătrat de porțelan a căzut și s-a rupt și discipolul s-a trezit cu 7 bucăți separate. Dar acest lucru nu l-a demoralizat; dimpotrivă, și-a dat seama că și în în acest fel, el ar putea reprezenta cel mai bine lumea. Lucrul important a fost să poată pune astfel de piese împreună în mod corect. Jocul are scopul de a comunica că o viață bună nu este o formă specifică, ci ar trebui să fie plină de seriozitate și bine modelată în multe căi diferite.

De asemenea, este important să te distrezi, la finalul jocului, creând imagini cu plăcile: propria ta reprezentare personală a unei vieți bune. Puteți folosi unele resurse online pentru a avea imaginile de copiat sau puteți crea unele originale. Puteți, de asemenea, la un pătrat comun mare, sau pătrate amestecând plăcile participanților.