

БАШАРКЕВИЧ Е.В.

СВОЙ СРЕДИ СВОИХ

НАСТОЛЬНАЯ ИГРА ДЛЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ
С ПОДРОСТКАМИ



МОСКВА
2025

УДК 159.9
ББК 88.3
Б 330

Башаркевич Е.В.

Б 330 Свой среди своих. Настольная игра для психологической работы с подростками. — М.: Генезис, 2025 — 16 с.: ил. + игровой комплект.

ISBN 978-5-98563-780-9

Настольная игра «Свой среди своих» создана для того, чтобы помочь подросткам лучше узнать себя и друг друга, научиться принимать и ценить индивидуальность — свою и других людей. Цель игры — набрать как можно больше очков. Для этого участникам предстоит выполнять задания и отвечать на вопросы о себе, которые позволят им увидеть друг друга с самых разных сторон. Задания затрагивают важные для подростков темы самооценки, отношений с противоположным полом, сверстниками и родителями и пр. Разнообразие заданий позволяет игре оставаться интересной даже тем, кто играет в нее не первый раз.

Методическое пособие является частью комплекта, который также включает игровое поле и необходимые для проведения игры составляющие: листы с карточками и вертушку. В пособии приведены правила игры, прояснен ее психологический смысл, представлен алгоритм игрового процесса.

Игра станет хорошим помощником для школьных психологов, педагогов, воспитателей и всех тех, кто работает с подростками. Фактически игра является формой психологической групповой работы.

УДК 159.9
ББК 88.3

ISBN 978-5-98563-780-9

© Издательство «Генезис», 2020
© Башаркевич Е.В., 2020

В комплект входят:

- игровое поле;
- 24 листа с основными заданиями (216 карточек);
- 2 листа с дополнительными заданиями (18 карточек);
- 2 листа с карточками «стоп» (24 карточки);
- 1 вертушка из картона, которую нужно надеть на любой карандаш;
- инструкция.

ОБ ИГРЕ

Количество игроков: от 2.

Возраст игроков: старше 12 лет.

Продолжительность игры: от 60 минут.

«Свой среди своих» — психологическая игра, рассчитанная в первую очередь на подростков. В ней затронуты многие важные для этого возраста темы: отношения с противоположным полом, сверстниками, родителями; образ себя и тот образ, который видят окружающие, и т.д. В процессе участники общаются, креативно проявляют себя, погружаются в свой внутренний мир и имеют возможность ближе познакомиться друг с другом. Разнообразие заданий позволяет игре оставаться интересной, даже если участники играют в нее не первый раз.

Игра станет хорошим помощником для школьных психологов, педагогов, воспитателей и всех тех, кто работает с подростками. Фактически игра является формой психологической групповой работы, которая результативна и осмысленна только в атмосфере безопасности. Ответственность за создание этой атмосферы лежит на ведущем.

Игровая *задача* участников — набрать как можно больше очков, передвигаясь по полю и выполняя задания.

Задания написаны на карточках и разбиты на *6 категорий*, каждая из которых обозначена своим цветом рубашки. Категориям заданий соответствуют 6 участков игрового поля, по которому игроки перемещают свои фишки.

Оптимальное количество игроков — 6. Если участников больше, имеет смысл разделить на группы. Количество групп не может быть больше 6, при этом в них должно быть равное число игроков. Участники внутри мини-группы выполняют *одно и то же задание по очереди* (за исключением разделов «Креатив» и «Взаимодействие»: в них задание выполняется только один раз — совместно всеми участниками мини-группы).

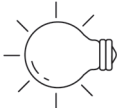
СОЗДАНИЕ БЕЗОПАСНОЙ АТМОСФЕРЫ

Для того чтобы начать игру, необходимо создать в группе *безопасное пространство*. Прежде всего ведущий озвучивает или показывает игрокам памятку с правилами поведения в игре. Эти правила помогают создать обстановку, в которой всем игрокам будет максимально комфортно. Затем ведущий знакомит игроков с правилами игры.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ИГРЕ

В этой игре мы:

- Уважаем право на конфиденциальность. Вы можете поделиться с близким человеком собственным опытом участия в игре — негативным и позитивным (вас кто-то порадовал, огорчил, озадачил), но не имеете права раскрывать любые полученные в ходе игры сведения о других людях. Уважайте чужое право на приватность.
- Стараемся никому не делать больно (ни морально, ни физически), не иронизируем, не обесцениваем мнений других людей.
- Говорим по очереди, не перебиваем. Поднимаем руку и ждем кивка ведущего при необходимости задать вопрос или прокомментировать происходящее.
- Помним о трех китах комментирования: уместность, искренность и доброта. Насколько ваш комментарий направлен на то, чтобы помочь другому? Не обидит ли он кого-нибудь из присутствующих? Насколько искренне и честно вы проявляете себя?

Категория	Цвет рубашки и участка поля	Символ	Очки за выполнение задания	Задания
Знакомство	Желтый		1	Игрок отвечает «да/нет» на общие утверждения о себе
Креатив	Оранжевый		2	Игрок выполняет указанное на карточке творческое задание. Остальные участники не должны ему в этом никак препятствовать. В процессе выполнения задания участникам <i>запрещено разговаривать</i> , но можно общаться с помощью жестов и мимики. Среди карточек этой категории есть задания, отмеченные значком «Крокодил»: это значит, что игрок показывает загаданное слово без слов, а остальные участники отгадывают. На выполнение каждого задания отводится 2 минуты

Категория	Цвет рубашки и участка поля	Символ	Очки за выполнение задания	Задания
<i>Ценности</i>	Красный		3	Игрок отвечает на вопросы, касающиеся жизненных ценностей
<i>Личное</i>	Фиолетовый		4	Игрок отвечает на более глубокие, личные вопросы о себе и приводит примеры из своей жизни
<i>Взаимодействие</i>	Салатовый		5	Игрок взаимодействует с другими игроками, дает и получает обратную связь
<i>Рефлексия</i>	Зеленый		6	Игроку предоставляется возможность выразить то, что осталось невысказанным, задать вопросы другим участникам игры

ПОДГОТОВКА К ИГРЕ

Каждый игрок выбирает для себя фишку и ставит ее на первую клетку игрового поля. Можно выбрать какой-нибудь предмет (монетку, игрушку и т.д.) или создать свою фишку с нуля (слепить из пластилина). Игроки в мини-группе могут использовать одну общую фишку или отдельные, движущиеся по полю одновременно.

Перед игрой нужно разрезать все входящие в комплект листы по пунктирным линиям, чтобы получились карточки. Карточки в игре двух типов: основные и дополнительные.

Основные карточки — это карточки с заданиями 6 категорий. Они раскладываются рубашками вверх на 6 стопок (по цвету рубашек). За выполнение заданий на карточках начисляется определенное количество очков (см. таблицу на с. 6–7).

Дополнительные карточки — это карточки для набора дополнительных очков и карточки «стоп». Каждому игроку (мини-группе) нужно раздать по 3 карточки для набора дополнительных очков (выдаются в закрытую) и по 2 карточки «стоп» (каждый участник мини-группы получает по 2 карточки «стоп»). Дополнительную карточку можно использовать в любой свой ход, после чего она выбывает из игры.

Карточка «стоп» позволяет отказаться от выполнения одного задания, при этом игрок не получает за него никаких баллов. За каждую неиспользованную карточку «стоп» игрок получает 1 дополнительный балл при подсчете очков в конце игры. Если игрок уже использовал обе карточки и при этом хочет пропустить еще какое-то задание, то из общей суммы набранных им очков вычитается стоимость пропущенного задания.

Задачей ведущего также является подсчет очков. Следует заранее подготовить отдельный лист с именами игроков / названиями мини-групп и дополнять его после выполнения каждого задания. В конце игры ведущий подсчитывает все очки и определяет победителя.

ХОД ИГРЫ

1. Игру начинает самый младший участник: он первым крутит вертушку* и передвигает свою фишку по полю.
2. Попад на игровую клетку определенного цвета, игрок (под этим словом также подразумевается мини-группа) тянет карту из колоды этого цвета, зачитывает написанное на карте задание** и выполняет его.
3. Игрок получает баллы за выполнение задания. Ведущий записывает количество полученных игроком очков. В случае с мини-группой каждый ее участник получает очки за свой ответ, все эти очки суммируются.
4. Ход переходит к следующему игроку.

Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не доберутся до финиша.

- Если некоторые игроки уже пришли к финишу, а остальные еще нет, первые могут начать проходить круг заново, суммируя количество баллов второго круга с полученными во время прохождения первого.
- Игрок, пришедший к финишу первым, не обязательно окажется победителем: в конце игры количество баллов подсчитывается, и побеждает тот, у кого их окажется больше.

На игровом поле встречаются *клетки-переходы*. Попадая на такую клетку, игрок обязан переместиться назад на указанное число шагов и выполнить задание из колоды, соответствующей цвету игровой клетки, на которую он попал.

* Вертушка — это картонный шестиугольник, надевающийся на карандаш. Покрутив карандаш с надетой на него вертушкой, участник видит, что она упала на одну из сторон с точками. Точки обозначают количество шагов по полю, которое игрок должен совершить. Вместо вертушки можно использовать обычный игральный кубик.

** За исключением заданий с пометкой «Крокодил» из раздела «Креатив»: в этом случае игроку нужно молча изобразить выпавшее слово так, чтобы остальные участники его отгадали.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ СМЫСЛ ИГРЫ

Одними из основополагающих психологических механизмов развития в подростковом возрасте являются *обособление* и *идентификация*.

Обособление — отстаивание отдельным индивидом своей природной и человеческой сущности, стремление выделиться из числа других. Выполняя игровые задания (особенно из категорий «Ценности» и «Личное»), подростки имеют возможность вслух заявить о своих личных взглядах на жизнь, рассказать другим о себе и своей уникальности.

Идентификация — процесс эмоционального и иного самоотождествления человека с другим человеком или группой. Участвуя в игре «Свой среди своих», подростки учатся ставить себя на место другого человека, понимать его переживания, замечать общность ценностей и интересов; развивают коммуникативные навыки и креативность. В особенности это относится к заданиям категорий «Креатив» и «Взаимодействие».

Игроки выбирают свои фишки самостоятельно, и в этом есть важный психологический смысл: необходимость определить своего представителя в игровом мире ставит перед подростком задачу самопрезентации. В случае с мини-группой участники могут выбрать одну фишку на всех, для чего им придется найти что-то общее, прислушаться к мнению друг друга.

Открывающая игру категория **«Знакомство»** включает общие утверждения, на которые игрок может ответить только «да» или «нет». Благодаря этому задания не воспринимаются участниками как сложные, в меньшей степени вызывают сопротивление и помогают постепенно войти в игру. Психологические вопросы в первой категории заданий практически отсутствуют, поэтому эта категория является максимально безопасной.

Вторая категория **«Креатив»** подразумевает выполнение различных творческих заданий. Подобная игровая деятельность снижает тревожность игроков и позволяет установить первичное взаимодействие внутри группы.

Категории **«Ценности»** и **«Личное»** включают вопросы, посвященные жизненным ценностям и личному опыту игроков. На этом этапе происходит основная психологическая работа, поэтому ведущий должен особенно внимательно следить за соблюдением правил безопасности в группе.

Задания категории **«Взаимодействие»** направлены на развитие эмпатии, коммуникативных навыков и креативности.

Вопросы категории **«Рефлексия»** позволяют участникам отреагировать невысказанные эмоции и получить обратную связь.

Дополнительными средствами для снижения тревожности у игроков, не чувствующих себя комфортно в группе, являются карты «стоп». Эти карты дают возможность не отвечать на вопросы, которые кажутся слишком сложными для игрока, и при этом не терять положение на поле (не отставать от остальных игроков).

Дополнительные карточки включают задания, направленные на умение ставить себя на место другого человека (например, игроку предлагается выполнить задание так, как, по его мнению, это задание выполнил бы его друг).

Важно! Поскольку игра является аналогом психологической групповой работы, очень важно обеспечить атмосферу безопасности и доверия. Это является обязанностью и главной задачей ведущего. Он следит за выполнением правил: нельзя перебивать игрока в процессе выполнения задания, не допускаются оценочные и негативные высказывания в отношении точки зрения игрока. После того как игрок выполнил задание, другие

участники при желании могут дополнить его ответ, но важно, чтобы это дополнение не было саркастическим, обесценивающим и оскорбительным. За этим также должен следить ведущий. Очень продуктивным является проводимый на этапе «Рефлексия» обмен мнениями, который по желанию можно продолжить после окончания игры: участники могут поделиться тем, что было для них сложно, что понравилось и не понравилось, была ли игра полезной, что было ново и незнакомо и пр.

Правила любой психологической игры — вещь гибкая, прежде всего они определяются целями работы, а также возрастной и индивидуальной спецификой группы. Поэтому вы смело можете придумывать свои варианты игры и дополнять ее теми заданиями, которые кажутся вам целесообразными на данный момент и помогают игрокам продвигаться на пути самопознания и развития социальных навыков. Надеемся, игра подарит участникам возможность узнать что-то новое о себе и о людях, которые их окружают, подарит им моменты радости и удивления.

Удачи вам в этом!



***Башаркевич
Елена Витальевна***

Практикующий психолог, специалист в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Автор и ведущий тренингов для подростков. Имеет первую квалификационную категорию, работает со слабовидящими детьми в ГУО «Молодечненская специальная общеобразовательная школа-интернат».



Издательство «Генезис»

♥ Если вы хотите стать нашим автором, заполняйте анкету на сайте **www.genesisbook.ru** (раздел «Потенциальным авторам») или присылайте ее на адрес: **avtor@genesisbook.ru**

♥ Если вы хотите обсудить условия оптовых закупок, звоните: **(495) 682-54-42**
пишите: **info@genesisbook.ru**

♥ Если вы хотите купить книги, метафорические карты, настольные игры и другие психологические материалы, заходите в наш интернет-магазин «Книги по психологии»:
www.genesisbook.ru

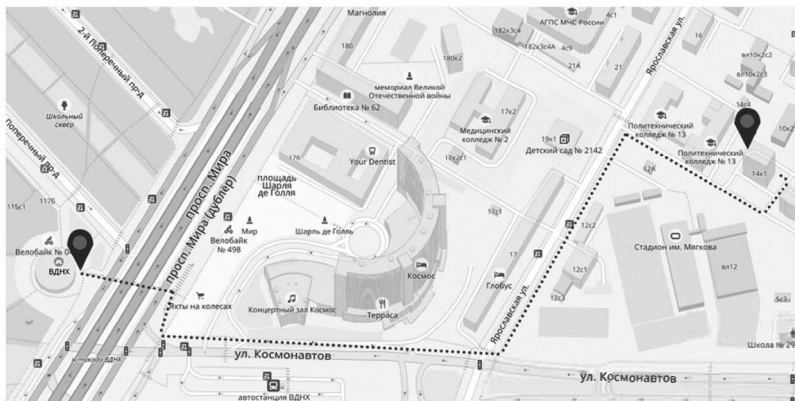
В продаже — более тысячи наименований книг.
Представлена продукция ведущих психологических издательств России. Возможна курьерская доставка по Москве и доставка почтой по России.

Книжный магазин при издательстве «Генезис»

Все для психологов-практиков

www.knigi-psychologia.com

www.genesisbook.ru



**Проезд до ст. метро ВДНХ, последний вагон из центра,
далее пешком до ул. Ярославская, д. 14, к. 1**

*В нашем магазине вы можете внимательно изучить книги,
специалисты-психологи помогут вам подобрать
нужные издания.*

Обращайтесь

по вопросам оптовых закупок и розничной продажи
(495) 682-54-42, info@genesisbook.ru

по вопросам издания

(495) 682-60-51, avtor@genesisbook.ru

**Мы работаем
с 10 до 18 (без обеда)
с понедельника по пятницу**

БАШАРКЕВИЧ ЕЛЕНА ВИТАЛЬЕВНА

СВОЙ СРЕДИ СВОИХ
НАСТОЛЬНАЯ ИГРА ДЛЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ
С ПОДРОСТКАМИ

Редактор Д. Комарова
Корректор Е. Кирюшина
Дизайн А. Захарова
Верстка С. Иванова

Издательство «Генезис»
129301, Москва, ул. Ярославская, д. 14, к. 1
(495) 682-54-42, (495) 682-60-51
www.genesisbook.ru
Оптовая и розничная продажа: info@genesisbook.ru

Подписано в печать 21.11.2024. Формат 60×84/16; 60×84/8.
Бумага офсетная. Печать офсетная. Усл.-печ. л. 0,93; 3,15.
Тираж 500 экз. Заказ №

Отпечатано в полном соответствии
с качеством предоставленных материалов