**Инструкция к игре**

Подростки нередко попадают в различные сложные ситуации, испытывают массу смешанных эмоций, влюбляются, разочаровываются, но…не всегда делятся событиями своей жизни с родителями или педагогами. Даже, если помощь действительно нужна.

Данная игра не носит развлекательный характер, но она направлена на то, чтобы помочь подростку выразить свои эмоции, проиграть различные ситуации, задуматься о чем-то важном. Игровая форма служит отличным помощником и поможет подростку раскрепоститься.

Кстати! Игра включает в себя несколько блоков:

I блок. (Ход 1-6). Знакомство (или разминка). Задания в этом блоке достаточно просты и помогут ребятам познакомиться поближе, а также постепенно влиться в игру.

II блок. (Ход 7-12). Чувства и эмоции. Данный блок предлагает подросткам окунуться в знакомые ситуации, которые наполнены разнообразной палитрой эмоций. Под каждой ситуацией есть наводящие вопросы, с помощью которых подросток может проанализировать ситуацию и найти из нее выход.

Предложенные ситуации пережили определенные люди в подростковом возрасте и решили поделиться ими для данной игры. Вместе найти выход проще, ведь так?

III блок. (Ход 13-18). Агрессия. Да, подростки часто испытывают агрессию, но не всегда могут с ней справиться, а также часто не подозревают как окружающим, порой, сложно общаться с человеком, который слишком агрессивно себя ведет. Блок «Агрессия» поможет выразить негативные эмоции!

IV блок. (Ход 19-24). Самооценка. На самом деле, подростки достаточно ранимы и задеть их самооценку очень легко. В данном разделе подросток может увидеть себя иными глазами, а также ощутить всю свою уникальность.

V блок. (Ход 25-32). Общение со сверстниками. Для подростка важно иметь друзей, а лучше – весёлую компанию! Однако внутри компании подростков могут случаться самые разные обстоятельства и не всегда положительные.

VI блок. (Ход 33-39). Отношения внутри семьи. Непонимание между подростком и родителями – классическая ситуация. Данный блок один из самых важных, ведь поведение ребенка очень часто является отражением внутрисемейной обстановки.

VII блок. (Ход 40-45). Будущая профессия. Нет, в данном блоке не будет диагностики по профориентации. Но! Данный блок предлагает подростку столкнуться с разнообразными ситуациями, а также в очередной раз подумать о будущей профессии.

VIII блок. (Ход 45-50). Релаксация или обмен мнениями. Данный блок завершающий и поможет участникам расслабиться и поделиться впечатлениями.

КАК ИГРАТЬ??

Всё очень просто!

1. Достаньте игровое поле и разложите его на столе.
2. Пусть каждый игрок выберет себе фигурку (фишку).
3. Первый игрок бросает игральный кубик, на котором выпадет определенное количество точек. В зависимости от выпавшего числа, подросток передвигает свою фигурку на игровом поле.
4. Ведущий вручает ему карточку с соответствующей цифрой, где подростка ждёт задание.

Если подростку тяжело выполнить задание по какой-либо причине, ему необходимо сдвинуть фигурку шаг назад, где он получит другую карточку с соответствующей цифрой.

1. Выигрывает тот, кто быстрее доберется до финиша. Однако в данной игре главное не победа, а тщательное выполнение заданий.

Что входит в игру:

* игровое поле;
* игральный кубик;
* игровые фигурки;
* карточки с заданиями;
* инструкция.

Возраст игроков:

15-17 лет.

Форма игры: групповая.

Ведущим может стать: психолог, социальный педагог, классный руководитель.