



6+

Юлия Борисовна

Гиппенрейтер

ОТКЛИК

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИГРЫ
И ЗАНЯТИЯ С ДЕТЬМИ

70

карточек

2

игры

30

таблиц

+ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ЛОТО



УДК 159.922.7

ББК 88.8

Г50

Дизайнер А. Кузьмина

Гиппенрейтер, Юлия Борисовна.

Г50 Отклик! Психологические игры и занятия с детьми / Ю. Гиппенрейтер. — Москва: Издательство АСТ, 2022. — 32 с. — (Психологические и развивающие игры для детей)

ISBN 978-5-17-149839-9

Обнаружено, что от эмоционального интеллекта в большей степени зависит благополучие нашей жизни. Люди с высоким показателем эмоционального интеллекта лучше продвигаются по карьерной лестнице, более счастливы в личной и семейной жизни.

Заботиться о развитии эмоциональной сферы ребенка так же важно, как о его физическом и умственном развитии!

УДК 159.922.7

ББК 88.8

*Издание для досуга
демалысқа арналған баспа*



**Юлия Борисовна Гиппенрейтер
ОТКЛИК!**

Психологические игры и занятия с детьми

Ведущий редактор *А. Швырева*
Технический редактор *Н. Чернышева*

Подписано в печать 18.08.2022. Формат 76х108/32.

Усл. печ. л. 1.52 Тираж 3000 экз. Заказ №

Произведено в Российской Федерации

Изготовлено: октябрь 2022 г.

Оригинал-макет подготовлен редакцией «Времена», импринт «Альфа»

Изготовитель: ООО «Издательство АСТ»

129085, Российская Федерация, г. Москва, Звездный бульвар, д. 21, стр. 1,
комн. 705, пом. I, этаж 7

Наш сайт: WWW.AST.RU E-mail: ask@ast.ru

Общероссийский классификатор продукции ОК-034-2014 (КПЕС 2008);

58.11.1 — книги, брошюры печатные.

«Баспа Аста» деген ООО

129085, г. Мәскеу, Жұлдызды гүлзар, д. 21, 1 кұрылым, 705 бөлме, пом. I, 7-кабат

Біздің электрондық мекенжайымыз: www.ast.ru

E-mail: ask@ast.ru

Интернет-магазин: www.book24.kz Интернет-дуken: www.book24.kz

Импортер в Республику Казахстан и Представитель по приему претензий в

Республике Казахстан — ТОО РДЦ Алматы, г. Алматы.

Қазақстан Республикасына импорттаушы және Қазақстан Республикасында наразылықтарды қабылдау бойынша өкіл — «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматық.,

Домбровский қош., 3«а», Б. литері офис 1. Тел.: 8(727) 2 51 59 90, 91,

факс: 8 (727) 251 59 92 ішкі 107; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz, www.book24.kz Таяуар белгісі:

«АСТ» Өндірілген жылы: 2022

Өнімнің жарамдылық; мерзімі шектелмеген.

Сертификация қарастырылмаған

ISBN 978-5-17-149839-9

© Гиппенрейтер Ю.Б.

© ООО Издательство «АСТ»

СОДЕРЖАНИЕ

Вступление к новому изданию (исправленное, дополненное)	4
ИГРА «Наши чувства»	7
Материал игры.	7
Описание игры.	7
Важные замечания и пожелания!	8
Эмоциональный словарь	10
Два способа использовать карточки «Я помогу». . .	11
Описание карточек «Я помогу».	13
ИГРА «Эмоциональное лото»	14
Материал игры.	14
Описание игры.	15
Варианты игры.	15
ИГРА «Эмоциональная угадайка».	17
Ответы на эмоциональные загадки*	17

ВСТУПЛЕНИЕ к новому изданию (исправленное, дополненное)

Заботиться об эмоциональной жизни ребенка так же важно, как о его физическом и умственном развитии.

Ребенок проходит долгий путь эмоционального развития. Ему приходится учиться переживать, чувствовать и сочувствовать. Важность этого процесса нельзя недооценивать.

В последнее время в научной и практической литературе все больше внимания обращается на так называемый **эмоциональный интеллект или эмоциональную компетентность**. В эмоциональную компетентность входят следующие способности:

- осознавать и понимать свои эмоции;
- уметь их конструктивно выражать;
- распознавать чувства другого;
- соразмерять свое поведение с чувствами и интересами партнера по общению.

Исследования показали, что от степени развития эмоционального интеллекта зависит общее благополучие человека — его успехи и продвижение на работе, удовлетворенность отношениями с другими людьми, счастье в семейной жизни.

Приходится признать, что некоторые родители не знают, как заботиться об эмоциональной грамотности своих детей. В нашем рациональном мире главные ценности — это знания, логика, суждения, оценки. Мы заботимся, преимущественно, о том, чтобы дети учились и правильно себя вели. В случае же непослушания свое недовольство выражаем повышенным тоном, критикой, наказаниями, а стоя-

щие за всем этим эмоции — и наши собственные, и наших детей — остаются «за кадром».

Конечно, детские песенки, сказки, книжки, и мультфильмы знакомят детей с миром человеческих эмоций. Но для действительного освоения этого мира детям нужно **живое общение** с нами, взрослыми, причем общение особенное — такое, при котором «дисциплинарные» проблемы перестают быть в центре внимания, а на передний план выступает эмоциональная сторона жизни — переживания, рассказы о них, выслушивание их, обмен ими.

Предлагаемая серия игр и задумана как способ организовать такое общение, при котором родители и дети получают возможность бесконфликтно обсуждать свои чувства и эмоции.

Это семейная игра, то есть участие родителя (или любого близкого взрослого) в ней необходимо. Еще лучше, если взрослых участников больше одного, то есть участвуют оба родителя, тетя, бабушка и т.п. Тогда общий результат значительнее. Почему это так? Во-первых, кто-то из взрослых должен быть ведущим и следить за общей атмосферой игры (об этом подробнее позже). Он также помогает детям при затруднениях — поиске нужных слов, обсуждениях и т.п. Во-вторых, поскольку родитель выступает в игре и как **рядовой участник**, он также делится своими чувствами. Тогда дети получают редкую возможность узнавать больше об эмоциональной жизни родителя, причем в ситуациях, которые не имеют прямого отношения к воспитанию — урокам, непослушаниям, капризам.

Для ребенка узнать о личной жизни родителя часто оказывается совершенно новым и неожиданным опытом! Родитель в эти минуты воспринимается как **обычный человек** со своими радостями и горестями, удачами и неудачами, разочарованиями и победами! Такие «открытия» неизменно сближают детей с родителями.

Наконец, отметим еще один результат, о котором сообщают участники. Игра стимулирует более открытое общение также между взрослыми членами семьи. Причем, присутствие детей и их острый интерес к рассказам о себе взрослых не позволяют последним отшутиться или уйти от искреннего ответа — ведь они чувствуют, что должны быть примером серьезного отношения и уважения к чувствам своим и других.

Таким образом, обобщая основной замысел этой игры, можно сказать, что она направлена на развитие эмоциональной компетентности **всей семьи**.

Этот вывод дает возможность пересмотреть возрастную адресацию нашего игрового комплекта. Ранее мы предполагали, что эти игры будут полезны для детей 6-10 лет. После первых результатов и отзывов семей мы значительно расширяем возрастной диапазон потребителей, **и определяем его как 6+ !**

ИГРА «НАШИ ЧУВСТВА»

В этой игре участники:

- **встречаются с различными эмоциональными ситуациями;**
- **знакомятся с названиями чувств;**
- **учатся о них рассказывать.**
- **учатся внимательно слушать друг друга.**

Материал игры

В коробке вы найдете:

- **набор из 70 карточек**

На каждой карточке — фотография или рисунок ситуации, где человек переживает какую-то эмоцию. Над картинкой — текст, который поясняет ее смысл. В нем выделено **название эмоции**. Внизу под картинкой написано задание для участника; это вопрос, на который надо ответить.

- **семь одинаковых комплектов карточек «Я помогу» — доп. материалы** (перед игрой надо разрезать страницы на отдельные карточки).



Описание игры

Количество участников может быть от двух до шести человек. Кто-то из старших берет на себя роль **ведущего**. Стопку карточек помещают на середину стола картинками вниз. Участники по очереди берут карточку, показывают ее всем, читают вслух текст и выполняют задание. Если какой-то участник еще не умеет бегло читать, текст на его карточке читает ведущий.

Если участник затрудняется ответить на вопрос, он может обратиться к помощи — взять одну из карточек «Я помогу» (подробнее об использовании этих карточек ниже).

Хорошо, если ответ участника вызовет отклики или обсуждение всех играющих. Ведущий также принимает участие в этом обсуждении.

Длительность игры зависит от возраста участников. Но в любом случае не стоит ее затягивать. Лучше остановиться, когда желание играть у детей еще не прошло. Всегда можно договориться о возобновлении ее в другое время.

Важные замечания и пожелания!

Обязательно играйте вместе с детьми! Хорошо, если вы подключите к игре папу, бабушку, дедушку. Практика показывает, что детям это доставляет большое удовольствие, не говоря уже о появлении чувства единения всей семьи. Впрочем, возможно также играть вдвоем — родителю с ребенком. Важно, чтобы во всех случаях взрослые играли **на равных**, и их ответы были искренними и серьезными.

Разговор об эмоциях — дело тонкое и деликатное. Ведущему надо следить за тем, чтобы игра проходила в **доброжелательной** атмосфере, чтобы каждый ребенок мог свободно поделиться любыми переживаниями, и положительными, и отрицательными. Когда очередной участник тянет карточку и задумывается над вопросом о своем чувстве, то всем надо молчать, оставляя ему время подумать. Некоторые активные дети готовы вмешаться со своими ответами и комментариями. Чтобы это предотвратить, надо ввести правило: **говорит только тот, у кого в руке карточка, а все остальные ждут молча, пока он не закончит.**

Соблюдение правила заставляет всех игроков внимательно слушать говорящего, отвлекаясь от собственных

мыслей и желаний. Таким образом, данная игра оказывается хорошей школой также **внимательного** слушания!

Часто дети, да и взрослые дают очень общий ответ.

Например: «Да, бывает, что обижаюсь!». На таком ответе не стоит останавливаться. Игра становится гораздо полезнее и увлекательнее, если каждый отвечающий будет рассказывать о каком-нибудь случае из своей жизни. Для этого ведущий просит его вспомнить какой-нибудь конкретный пример, где он (или, в крайнем случае, кто-то другой) переживал похожее чувство.

Ведущий может сказать:

- «Не приведешь ли какой-нибудь похожий пример?» или
- «Не вспомнишь ли, как именно это было в твоей жизни?».

Обычно на такое предложение участник задумывается. Это очень важный момент: все присутствующие должны проявить уважение к его молчанию и размышлению. Внимание и молчание всех здесь особенно необходимы! Если участник вспоминает и содержательно рассказывает о случае из жизни, то ведущий его внимательно слушает, используя **все правила активного слушания** (перед игрой с ними стоит познакомиться — см. книги «Общаться с ребенком. Как?» или «Чудеса активного слушания»). Не стоит задавать рассказчику много вопросов; воздержитесь также от оценок и тем более критики! В конце не забывайте поблагодарить за ответ. Только потом можно спросить, не хочет ли кто-то еще что-то сказать. Если отвечающий говорит: «Не могу вспомнить», настаивать не надо. Такой ответ тоже благожелательно принимается. Ведущий может напомнить, что есть оранжевые карточки «Я помогу» (см. ниже), и ими можно воспользоваться. Помните, что поиграв несколько раз, вы можете видоизменить игру таким способом, который покажется интересным вам и вашим детям. Например, убрать какие-то карточки помощи, назначить призы и т.п.

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ СЛОВАРЬ

Вы или дети, возможно, уже обратили внимание на близкие смыслы некоторых слов, обозначающих эмоции или чувства. Например, «счастье–радость–веселье», «боязнь–страх» и т.п. Такие группы слов помещены ниже в рамках. Они обведены рамками разных цветов. Те же цвета повторяются на рамках соответствующих карточек. Группы получились разными по количеству, и некоторые слова оказались в одиночестве. Понятно, что это результат конкретного набора наших картинок. В русском языке можно найти большое количество других «эмоциональных» слов. Может быть, вы захотите дополнить наш словарь некоторыми из них. Можно обсудить сходство и различие слов в каждой группе: что в них общего (например, все чувства отрицательные или все положительные) и чем они отличаются.

Такое обсуждение поможет детям (а также взрослым) в будущем более четко и тонко распознавать свои чувства и понимать чувства другого.

Радостно
Весело
Смешно
Интересно
Счастлив

Обидно
Огорчился
Переживает несправедливость
Досадно

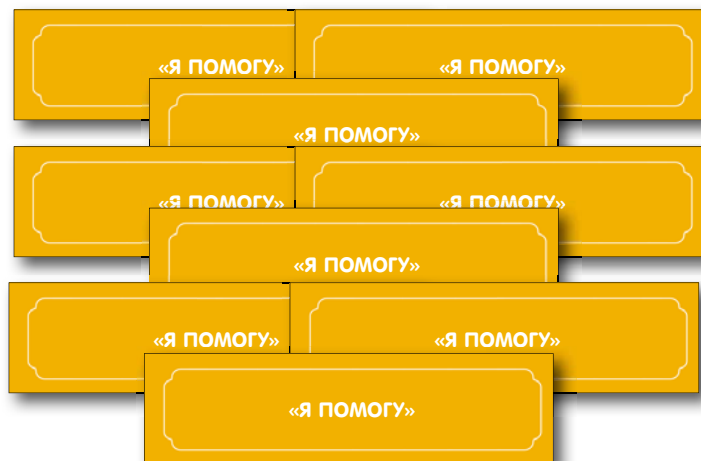
Скучно
Грустно

Разозлился
Рассердился



Два способа использовать карточки «Я помогу»

- либо все 35 карточек выкладываются на стол рубашками вверх (вариант 1), и при затруднении участник тянет одну карточку, не зная, какая ему достанется;
- либо каждому играющему дается по одному комплекту из 5 карточек — их текст открыт — (вариант 2) и при затруднении участник выбирает одну из своих карточек. После этого карточка откладывается и больше не используется.



Вариант 1



Вариант 2

Описание карточек «Я помогу»

Передай карточку другому

Участник не отвечает на вопрос, а может передать карточку с заданием любому играющему по своему выбору!

Попроси помощь друга

Участник может попросить любого из играющих помочь ему ответить на вопрос.

Расскажи о своем друге

Вместо ответа про себя участник может рассказать о своем друге, приятеле, знакомом.

Можешь сказать о герое из книги или мультфильма

Участник может ответить, приведя в пример героя из книжки или фильма!

Пропуск хода! Можешь не отвечать

Участник может не выполнять задание, очередь переходит к следующему играющему!

ИГРА «ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ЛОТО»

В «Эмоциональном лото» используются те же картинки ситуаций, что и в первой игре «Наши чувства». Эта игра рассчитана на то, что в предыдущей игре участники хорошо ознакомились с содержанием карточек — изображениями и подписями на них.

Здесь дети смогут:

- **закрепить приобретенный словарь эмоций;**
- **познакомиться с переживаниями в различных жизненных ситуациях;**
- **обсудить тонкие различия в эмоциональных переживаниях.**

Материал игры

В игре используются:

● 30 таблиц лото

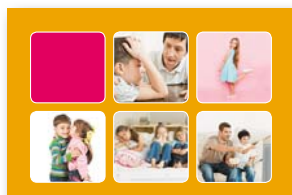
Они с рамками разного цвета. На них размещены картинки всех 70 ситуаций из первой игры, по пять картинок на каждой таблице.

● карточки «Вытяни меня»

с текстом в черных, зеленых и оранжевых рамках (объяснение см. ниже в «Вариантах игры»).

● полоски «Ура! Нашёл!»

Они зелёного и красного цветов.



Билетики и полоски вы вырезаете из соответствующих страниц книги. ✂

Описание игры

Ход игры тот же, что и в обычном лото. Всем участникам раздаются по одной–две таблицы. Ведущий достает из «мешочка» (коробки) билетик «Вытяни меня» и громко читает то, что на ней написано.

Участники ищут на своих таблицах картинки, которые соответствуют прочитанному тексту, и закрывают их полоской «Ура! Нашел!».

Одна и та же ситуация может встретиться на двух–трёх таблицах, но не обязательно.

Кто первым закрыл одну из своих таблиц, тот выиграл! (Можно договориться иначе, например, для выигрыша нужно закрыть все свои таблицы.)

Варианты игры

1. Конкретные ситуации.

В этом варианте используются все 30 таблиц, независимо от их цвета, и основной набор из 70 билетиков с описанием конкретных ситуаций. Они помечены чёрными рамками.

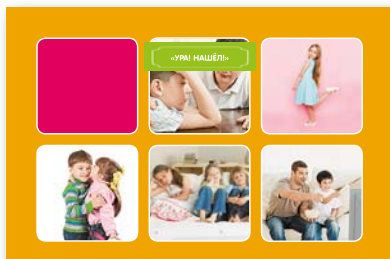
2. Обобщенные эмоции.

В этом варианте используются также все 30 таблиц, независимо от их цвета, и билетики только с названием одной эмоции или группы сходных эмоций. Они в красных рамках, их число 24. В этом варианте игроки могут найти несколько разных ситуаций с близкими по смыслу эмоциями, и закрыть их все.

3. Для малого числа игроков.

Если игроков всего два–три, то для этого случая лучше использовать сокращенные варианты билети-

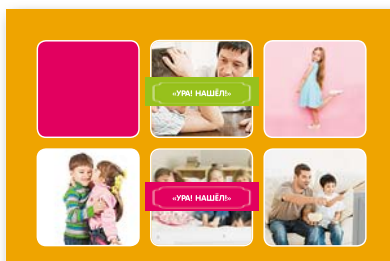
ков и таблиц (иначе будут часто выниматься «пустые» билетки).



Такие варианты представлены двумя наборами. В одном 8 таблиц и 32 билетика, те и другие помечены рамками зелёного цвета. В другом аналогичном наборе 8 таблиц и 33 билетика с рамками оранжевого цвета. (Два набора сделаны, чтобы при повторях игры можно было бы сменить все таблицы на новые).

Примечание:

Стоит позаботиться о том, чтобы размещать билетки с рамками разного цвета в разных «мешочках» или коробочках.



ИГРА «ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УГАДАЙКА»

В эту игру вы можете поиграть с ребёнком независимо от того, участвовал он в предыдущих играх или нет. В обоих случаях смысл игры — угадывать эмоцию, которую переживает герой на картинке. (На всякий случай даем ответы ниже.)

Вы можете просматривать книгу вместе с ребёнком, обсуждая его ответы! Иногда это будет не столько игра, сколько спонтанная беседа-обсуждение, где ваш ребёнок сможет при случае рассказывать о своих мыслях и чувствах.

Ответы на эмоциональные загадки

- | | | |
|------------------------|-------------------------------|-----------------------|
| 1. Счастлива | 11. Смешно | 22. Радость |
| 2. Радуетя | 12. Завидует | 23. Гордость |
| 3. Грустит | 13. Скучно | 24. Грустно |
| 4. Буйно раду-
ется | 14. Злится | и стыдно |
| 5. Гордится | 15. Весело | 25. Скучно |
| 6. Стыдно | 16. Обидно | 26. Злится |
| 7. Благодар-
ность | 17. Произвести
впечатление | 27. Грустно |
| 8. Завидует | 18. Удивился | 28. Сочувствует |
| 9. Пожалели | 19. Гордится | 29. Рассерди-
лась |
| 10. Рады | 20. Обидно | 30. Интересно |
| | 21. Досадно | |



1. Настало лето, и Света _____.



2. Андрей только что одержал победу.
Он _____.



3. Колин друг переехал в другой город. Что чувствует Коля?



4. Занятия кончились и впереди каникулы. Что чувствует Егор?



5. Насте доверяют держать на руках грудного братика, и она этим _____.



6. Вадим забыл купить для бабушки лекарство.
Ему _____.



7. Андрей помог убрать класс.
Что чувствует учитель?



8. Пете купили новую компьютерную игру. Игорь _____.



9. Когда грустно, хочется,
чтобы тебя _____.



10. После летних каникул ребята
снова встретились и были _____.



11. В зоопарке обезьяны кувыркались и строили рожи. Было _____.



12. Света получила по контрольной пятерку, а Катя только тройку.
Что чувствует Катя?



13. Когда дома никого нет, на улице идет дождь и нечего делать, Оле становится _____.



14. Собака прокусила Сашин мяч.
Саша _____.



15. На новогоднем празднике
Алёне с друзьями было _____.



16. Родители занимаются сестрой,
а о Серёже забывают. Ему _____.

