

5 психологических игр , которые помогут наладить отношения в семье



Подготовила педагог-психолог ВКК Полянская Н.А.

1 игра «Плот»

После кораблекрушения, ваша семья выжила на маленьком плоту.

Разместившись на компактном коврике или пледе, вы должны решить, что делать дальше?

Игра учит распределять обязанности, ценить навыки и сильные стороны друг друга. Развивает фантазию и подталкивает к поиску выхода из сложных ситуаций.



2 игра «Эстафета чувств»

Вся семья садится в круг или линию и закрывает глаза.

Первый игрок задумывает чувства – радость, заботу, печаль или раздражение.

Он должен передать его следующему игроку тактильно – дотронувшись до руки, например с помощью поглаживания или щипка.

В конце круга все игроки сообщают, какие чувства они узнали через прикосновение и если оно было расшифровано не верно, - обсуждают причины.



3 игра «Если бы...»

Представьте, если бы завтра был последний день на земле или если бы вы стали на один день миллионером.

Вы бы развлекались или занялись бы благотворительностью?

Первый игрок моделирует ситуацию, а следующий рассказывает о своих действиях.

Игра подталкивает членов семьи поделиться сокровенными мыслями и проявить скрытые стороны личности ваших домочадцев, о которых вы не подозревали.



4 игра «Кто это?»

Ведущий мысленно загадывает одного из членов семьи, но не говорит кого. Игрокам предстоит самим угадать, кого из домочадцев он имеет в виду, с помощью ассоциаций.

Если бы он был погодой, как ее можно было бы описать?

А если животным? Страной? Блюдом?



5 игра «Покорение Марса»

Игрок с завязанными глазами – управляемый робот на поверхности Марса.

А ведущий – оператор, который должен довести его до спрятанной в комнате цели, полной преград.

Эта игра учит слышать друг друга, доверять и слаженно и эффективно работать в команде.

А если количество игроков позволяет устроить соревнование командами - это еще больше сплочает игроков в команде и гарантирует вам незабываемый вечер.

