

Профилактическая игра «Обитаемый остров»

(Источник: Первичная профилактика аддиктивного поведения среди подростков: методическое руководство / А. А. Кралько [и др.]. — Минск: Колорград, 2018. — 152 с.)

Цель: получение опыта социальной активности.

Время: 90 минут.

Материалы: карточки с заданиями для каждого участника. В упражнении участники могут использовать стулья, другие подручные материалы.

Проведение:

Ведущий: Представьте, что вы все оказались на большом острове. Он зеленый, богатый плодами, на нем много различных животных, в том числе и хищных. Но на нем нет никаких людей, кроме вас. Вы все точно знаете, что никто вас не спасет. У вас нет никаких средств связи, нет корабля, самолета, лодки — никаких средств передвижения. Теперь на этом острове живете вы, он стал обитаемым. Это ваше дело, что вы будете делать дальше, как жить.

Сейчас каждый получит карточку. Прочитайте ее, никому не показывая, и сразу верните мне. (*Ведущий раздает карточки с заданиями. Карточка 5 полностью повторяет задание карточки 2.*). Это все. Мне нельзя задавать никаких вопросов. Игра будет длиться 40 минут.

<p>Карточка 1. Ты хочешь непременно уехать с этого острова. На нем ты никогда не сможешь заниматься тем, что тебе нравится. Ты — программист, и заниматься охотой, рыбалкой и собиранием растений тебе не интересно. Но одному выбраться с острова невозможно. Организуй как можно больше людей вокруг себя.</p>	<p>Карточка 2. Ты считаешь, что тебе выпал хороший шанс. Тебе всегда нравилось руководить, организовывать. Но раньше для этого нужно было «пробиваться», преодолевать чиновничьи барьеры и т. д. Теперь есть шанс сплотить вокруг себя испуганных людей и построить сообщество так, как тебе этого хочется. Ты должен стать настоящим лидером для них. Постарайся найти как можно больше союзников и организуй работы по обживанию острова.</p>
<p>Карточка 3. Тебе на острове, в общем-то, нравится: чистый воздух, море, деревья. Природа всегда привлекала тебя. И раз уж так случилось, ты можешь устроить свою жизнь здесь. Но тебе хочется свободы. Тебе не нравится, когда тобой командуют. И командовать тебе тоже не хочется. Выбери такую</p>	<p>Карточка 4. Для тебя важно обезопасить себя, обеспечить свое выживание. Как ты будешь это делать, выбирать тебе. Но все, что будет мешать этому, отвергай категорически.</p>

линию поведения, чтобы остаться свободным и ни с кем не поссориться.	
<p>Карточка 5. Ты считаешь, что тебе выпал хороший шанс. Тебе всегда нравилось руководить, организовывать. Но раньше для этого нужно было «пробиваться», преодолевать чиновничьи барьеры и т. д. Теперь есть шанс сплотить вокруг себя испуганных людей и построить сообщество так, как тебе этого хочется. Ты должен стать настоящим лидером для них. Постарайся найти как можно больше союзников и организуй работы по обживанию острова.</p>	<p>Карточка 6. Ты видишь вокруг много испуганных, растерянных людей. Твоя задача — помочь им. Ты понимаешь, что самое главное — найти еду и защититься от хищных зверей. Еще твоя задача успокоить тех, кто тяжело переносит ситуацию, и постараться, чтобы не возникало конфликтов, это самая большая опасность, потому что если люди разъединены, они гибнут.</p>
<p>Остальные карточки. «Веди себя так, как захочешь, как тебе будет удобнее»</p>	

Обсуждение: (при обсуждении ведущий просит прежде всего раскрыть содержание карточки, которая досталась высказывающемуся участнику).

Первый круг. Расскажите о ваших впечатлениях.

Второй круг. Кто сумел реализовать свои задачи? Как вам это удалось? Кто не смог сделать то, что хотел? Почему это не удалось?

Третий круг. Расскажите, чем была важна для вас эта игра.

Подведение итогов: (ведущий выстраивает резюме в соответствии с высказываниями участников, обобщает полученный участниками опыт, перечисляет высказанные участниками мысли, более четко формулируя то, что мешает человеку быть активным и ответственным)

Ведущему важно подчеркнуть, что некоторые «провалы» в попытках договориться произошли из-за того, что: – либо каждый думал только о себе; – либо участник совершенно забывал о своих интересах, а потом чувствовал себя неудовлетворенным, обиженным; – либо участник стремился выполнить предписанную задачу, но мало внимания обращал на то, что говорят или переживают окружающие.

Кроме того, ведущий может сказать, что даже ответственная и активная позиция не всегда приводит к успеху. Так бывает и в жизни. Но гораздо больше шансов договориться с человеком, если умеешь быть внимательным к его мыслям и чувствам и умело аргументировать свои предложения.

✓ **Комментарии для ведущего:** Во время процессов, происходящих на «острове», ведущий внимательно следит за происходящим, не вмешиваясь.

Ведущий может запоминать или записывать особенно значимые моменты взаимодействия, слова участников.

Когда участники будут описывать процесс, ведущий может дополнять их впечатления своими наблюдениями. При обсуждении важно останавливаться на том, в какой позиции ощущал себя человек, что мешало ему занять активную позицию, что заставляло быть агрессивным и т. д.

Если участник занимает позицию жертвы, ведущий предлагает ему переформулировать высказывание, опираясь на свои достижения и неудачи, а не на обиды и обвинения, т. е. чтобы участники высказывали свое мнение с позиции ответственного человека.

При обсуждении также важно отмечать следующие случаи: – когда участник отказывался от предписанной ему задачи ради достижения согласия с другими; – когда человек отказывался от своей задачи из-за нахлынувших негативных чувств (раздражения, обиды). В этих случаях полезно задавать следующие вопросы:

- Что заставило участника поступить так?*
- В каких случаях такое поведение эффективно?*
- В каких случаях такое поведение может мешать в жизни?*

Особенно важно обсуждать ситуации, когда применялось насилие: если такие ситуации происходили, нужно обсудить с участниками, какие чувства они испытывали в ответ на насилие, и каким другим способом можно было бы достичь желаемого результата.