Ćwiczenie wspierające kompetencje psychospołeczne w ramach udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej uczniom, w tym uczniom ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi

**Uczestnicy**: para dziecko/rodzic lub dziecko/dziecko (zalecana obecność rodzica i pomoc w ćwiczeniu)

**Temat: Potrafię wesprzeć.**

**Obszar rozwoju**: Empatia.

**Ćwiczone umiejętności**:

- rozumienie postawy altruizmu,

- udzielanie wsparcia i otuchy, zachęcanie do działania by wyjść z trudnej sytuacji.

**Przebieg ćwiczenia:**

Podłoga to rwąca rzeka – nikomu nie byłoby miło do niej wpaść. Rozkładamy kilka/kilkanaście ‘kamieni’ umożliwiających przeprawę na drugi brzeg rzeki (czyli na przeciwległy koniec pokoju). Kamienie muszą być na tyle duże by zmieściły się obie osoby biorące udział w zabawie, ale na tyle małe by było im ciasno ☺ (mogą to być: kartki z zeszytu, małe ściereczki, książki itp.). Kamienie są w dość dużych odległościach – trzeba się postarać by przeskoczyć z jednego na drugi!

Uczestnicy przeprawiają się na drugi brzeg równocześnie. Starają się by nie wpaść do wody, ale dbają także o to, by do rzeki nie wpadł drugi uczestnik. Mogą trzymać się za ręce, pomagać utrzymać równowagę współuczestnikowi albo opracować jeszcze inną technikę pomagania w przeprawie. Jeśli drugim uczestnikiem jest rodzic, może on urozmaicić zabawę opowiadając o tym co czuje – na przykład, że boi się wpaść do lodowatej wody bo się przeziębi albo nie umie pływać ☺.

Przeprawę powtarzamy aż do sukcesu ☺

Gdy uczestnicy znajdą się bezpiecznie na drugim brzegu odpowiadają na pytania z tabelki:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **pytanie** | **Uczestnik 1** | **Uczestnik 2** |
| Co było w tym ćwiczeniu najtrudniejsze? |  |  |
| Dlaczego warto pomagać innym? | ……………………………………………………………..……………………………………………………………...……………………………………………………………..……………………………………………………………... | ……………………………………………………………..……………………………………………………………...……………………………………………………………..……………………………………………………………... |
| Jakie to uczucie gdy ktoś pomaga Tobie? | ……………………………………………………………..……………………………………………………………...……………………………………………………………..……………………………………………………………... | ……………………………………………………………..……………………………………………………………...……………………………………………………………..……………………………………………………………... |

Miłej zabawy!

Katarzyna Kamieniarz-Krupska psycholog

PS. Zachęcam do wysłania zdjęcia z odpowiedziami w tabelce – ciekawe czy masz podobne odczucia jak inni? Wyniki (tylko ogólne, bez wskazywania konkretnego ucznia, podam za tydzień ☺). Mój adres email: psycholog.sp2.chotomow@gmail.com