Identity pszichológiai társasjáték

Kiadó: **Investment Tanácsadó és Szolgáltató Kft.**

Ez egy olyan, felnőtteknek készült társasjáték, amely egyedülálló a piacon, mert amellett, hogy önismeretet mélyítő, önfejlesztő hatása van, a játékosok pszichológiai tudását is bővíti a háttérmagyarázatok által, a kommunikációs szabályok alkalmazása pedig hozzájárul kommunikációs kultúrájuk, érzelmi intelligenciájuk fejlődéséhez. Játékos formában, a szabályok által védetten, és oldott keretek között összeáll egy mini önismereti és kommunikációfejlesztő tréning, aminek vezetéséhez nincs szükség szakképzett trénerre, csak egy önként vállalkozó játékmesterre, aki felügyeli a szabályok betartását. Meghitt bensőséges légkört teremt és közelebb hozza egymáshoz a játékosokat. Családoknak, baráti társaságoknak, de akár a frissen ismerkedőknek is feltöltődést nyújtó szórakozás.

A játékot **2-6 fő** játszhatja. Ideális létszám: **4 fő.**

290 feladat kártya, 6 üvegkavics bábu, 1 dobókocka. A 7-féle húzható feladat kártya különböző témájú feladatok köré csoportosul, míg az 5-féle szabálykártyából 3-3 darabot kapunk a játék elején.

A játék feladat kártyái az élet következő területeit ölelik át:

**Öröm kártyák:** az életed örömtelibbé tételével kapcsolatos feladatokat tartalmazzák.

**Megoldás kártyák:** probléma- megoldásokkal foglalkozó feladatokat rejtenek.

**Lélekerő- kártyák:** önbizalmad fejlesztésével és az önértékelésed erősítésével foglalkoznak.

**Teremtés kártyák:** a gondolat és a képzelet teremtő erejét „idézik meg”

**Visszajelzés kártyák:** megismertetnek mások rólad alkotott véleményével, így segítséget nyújtanak önismereti „vak- foltjaid” felszámolásában, önképed reálisabbá tételében.

**Bölcsesség kártyák:** Lehetőséget adnak arra,hogy mások felismeréseiből okulj.

**KOMMUNIKÁCIÓS SZABÁLYOK**

**Cél:** Biztonságos, szeretetteljes, ítélkezés nélküli légkör megteremtése, amiben megnyithatjuk a szívünket, túlléphetünk a félelmeinken. Ennek érdekében:

* + - * **Senkit se szakítsunk félbe**
* **Ne kritizáljuk, bíráljuk egymást**
* **Ne elemezzük a másik embert**
* **Ne értelmezzük amit a másik mondott**
* **Ne adjunk tanácsot, ne oktassuk ki a másikat**
* **Kijelentéseink alanya az „én” legyen**
* **Ne forszírozzuk, hogy valaki beszéljen, ha passzolni akar**
* **Ne sajátítsuk ki a csoport figyelmét, ne beszéljünk másról.**

**A JÁTÉK MENETE**

**1.)** .A játékvezető a játék elején kioszt minden egyes játékosnak **3 db. időkártyát**, **3 db. parkoló** **kártyát, 3 db. saját élmény kártyát**, **3 db. passzolás kártyát** és **3 db. véleménykérő kártyát,**

**2.)**  Ezután a játékvezető **ismerteti a játékszabályokat**. Egyfajta moderátori szerepkört is betölt a játékvezető - **őrködik a szabályok betartása felett**.

**3.)** Minden játékos bábujával a **start** mezőről indul (sötétzöld félkörök, a mandala külső szélein) .A játék végét időben be kell határolni. (A javasolt játékidő 2,5-3 óra, plusz kb. fél órát érdemes hagyni a végén az összegzésre. )

**4.)** A játékosok dobókockával dobnak, és annyit lépnek, ahányat dobtak. A továbblépés több irányba történhet, a játékosnak lehetősége van 2-3 irányba is elindulni, így választani a különböző típusú feladatkártyák közül. Amilyen színű **és** betűjelű **mezőre** léptek, olyan színű és betűjelű kártyacsomagból kell húzniuk **feladatkártyát.**

**5.)**  Ezután a **feladat felolvasásra** kerül**.** (a dőlt betűs háttér magyarázatot azonban elég, ha a játékos magában olvassa el.) Majd a kártyán lévő **feladat megoldása** következik. A megoldott feladatkártyákat ne tegyük vissza a csomagba, mindenki **gyűjtse** össze magának az összegzéshez. A visszajelzés kártyát az tegye el, akiről a visszajelzés elhangzott.)

**6.)** A játék végén történik az **összegzés.** Mindenki elolvassa újra a megoldott feladat kártyáit, felidézi a válaszait, felidézi, vagy elolvassa a másoktól kapott visszajelzéseket, ha húzott bölcsesség kártyát, kiválasztja a legfontosabbat, és kitölti az összegző lapot. Ezután mindenki megosztja a felismeréseit a többiekkel.

**JÁTÉKSZABÁLYOK**

**1.)**. A kérdésekre adott válaszok legyenek **konkrétak és kifejtettek**. Egy- két mondatos válasz, ill. általánosságok megfogalmazása esetén, a játékvezető kérje meg a játékost, hogy egészítse ki a válaszát.

**2.)** Maximum **5 perc** van egy válaszra, ez a gondolkodási időt is tartalmazza. **Idő túllépés**, ill. **másról beszélés** esetén a játékvezető figyelmezteti a játékost.

**3.)** Mindenkinek van **3 db időkártyája** amit bármikor felhasználhat, hogy kibővíthesse az időkeretét,és még 5 percig beszélhessen.

**4.) M**inden játékos rendelkezik **3 db. parkoló kártyával**. Ezt akkor használhatja fel, ha egy feladat kapcsán nem tudott mindent elmondani, vagy még gondolkodni akar rajta, és vissza akar térni a feladathoz. Ilyenkor a következő körben kimarad a dobásból, és az előző feladatot folytathatja.

**5.)** Minden játékosnak van **3 db. saját élmény kártyája,** amit felhasználhat, ha hasonló helyzetben volt már ő is, és valami fontos tapasztalatát szeretné megosztani játékos társával. (Tanács helyett alkalmazzuk.)

**6.)** Minden játékosnak van **3db. vélemény-kérő kártyája.** Ezeket akkor érdemes felhasználnia, ha úgy érzi, hogy valaki véleményének a megismerése előbbre vinné. A véleménykérő kártyáját annak adja akinek a véleményére kíváncsi.(Előbb azonban válaszoljon ő a kérdésre.) A vélemény mondásra felkért játékos, ne tanács, vagy kritika keretében fejtse ki a véleményét, hanem arról beszéljen, hogy ő mit tenne, vagy gondolna, hasonló esetben.

**7.)** Amennyiben **ugrás** instrukció van a feladatkártyákon, az azt jelenti, hogy bizonyos feladatok egymáshoz kapcsolódnak, tehát egymás után kell őket elvégezni.

**8.)** A játékot **folytatólagosan több alkalommal is lehet játszani** (érdemes pl. hetente egyszer) Ha olyan kártyát húznak a játékosok, amit már megválaszoltak, azt visszateszik és másikat húznak helyette. A játékot addig lehet folytatni, amíg mindenki minden feladatot megcsinál.(Nem feltétlenül kell visszatenni a már-megválaszolt kártyát, hiszen a legtöbb kérdésre több válasz is adható.)

**9.)** Folytatólagos játék esetén, az egyes játékok végén, a játékosok választhatnak a **tipp feladatok** közül (amelyek a megoldott feladatkártyák alján találhatók). A tipp feladatok megcsinálásának kiemelt jelentősége van, hiszen a valódi életbe viszik át a gondolatainkban, érzelmeinkben beinduló változásokat. Minden új játék azzal kezdődik, hogy a játékosok részletesen elmondják, milyen tipp feladatokat teljesítettek.

**10.) Egyénileg**, vagy **párosan** is lehet terápiás céllal használni a játékot. Egyéni használat esetén, érdemes a válaszokat leírni.

 http://identityjatek.hu