

Korzystając z zasobów Internetu postanowiłam stworzyć dla Państwa listę gier planszowych i innych, polecanych przez psychologów. Gry są świetnym pomysłem na prezent świąteczny czy urodzinowy, na spędzanie wspólnie rodzinnych wieczorów. Rozwijają kompetencje dziecka nie tylko w **sferze poznawczej** (kształtują myślenie logiczne, koncentrację uwagi, spostrzegawczość wzrokową, często także koordynację wzrokowo-ruchową, tempo myślenia, kreatywność), ale także wzmacniają **kompetencje społeczno-emocjonalne**. Uczą współdziałania, pracy z limitem czasu, godnego znoszenia porażki. Spędzając czas z dzieckiem możemy sięgać po gry, których celem jest zaznajamianie z podstawowymi emocjami poprzez np. odpowiadanie na różnego rodzaju pytania czy też tworzenie historyjek.

Poniżej zamieszczam listę z krótkimi opisami gier.

1. **Dobble** – bardzo prosta i powszechnie znana gra, która polega na wyszukiwaniu pary takich samych obrazków. Zabawa ćwiczy przede wszystkim percepcję wzrokową i koncentrację uwagi. Dostępna jest w różnych wersjach – klasycznej, ze zwierzakami, lifestyle, Harry Potter, kids dla młodszych dzieci, plaża (wodoodporna), kultura.



2. **Góra uczuć** – gra terapeutyczna, po którą często sięgają nasi psycholodzy. Warto zagrać w nią także w domu. Z opisu wynika, że jest adresowana dla dzieci w wieku 5-9 lat, ale praktyka wskazuje, że chętnie grają w nią także starsze dzieciaki. Gra bazuje na zdaniach niedokończonych, ćwiczeniach stymulujących wyobraźnię, zadaniach z zakresu komunikacji interpersonalnej, ćwiczeniach oddechowych. Gra Góra Uczuć pozwala na zapoznanie się ze światem dziecka, odkrywa jego schematy myślenia, pokazuje jak radzi sobie ze współpracą i komunikacją w grupie. Może być dobrym wstępem do dalszej rozmowy.



### 3. *Odkrycia. Poznać i zrozumieć siebie*

- gra planszowa dla dzieci, młodzieży i dorosłych, uczy akceptacji i tolerancji, pomaga zrozumieć i poznać siebie, odkryć w sobie empatię, poprawić komunikację interpersonalną, rozwinąć umiejętność uważnego słuchania, świadomego komunikowania. Gra pomoże zrozumieć siebie, poznać swoje zachowania, reakcje na konkretne sytuacje życiowe, pozwoli nam odkryć w sobie empatię, poprawi komunikację interpersonalną oraz rozwinie umiejętność uważnego słuchania oraz świadomego komunikowania międzyludzkiego oraz z samym sobą. Jest narzędziem terapeutycznym dla terapeutów, nauczycieli i rodziców. Została stworzona przez doświadczonego terapeutę, aby pomóc dzieciom i dorosłym wyrażać swoje myśli i uczucia. Dla dzieci w wieku 3+.



4. *Kalejdoskop Emocji* – gra dla uczniów starszych klas szkół podstawowych i młodzieży, uczestnicy zabawy ćwiczą spostrzegawczość, koncentrację uwagi i pamięć. Gra rozwija umiejętności werbalne, a także pomaga w rozumieniu sensu informacji podawanych w formie uproszczonych rysunków, symboli.



5. *Potwory do szafy* – gra typu memory, pozwala pokonać lęki (także strach przed zasypianiem i potworami, ciemnościami), dodatkowo rozwija pamięć, spostrzegawczość i sprawność dziecka. Dla dzieci w wieku 3+.



