کتابچه بازی های والد و کودک ۳

بازی‌های ارتقاء تکامل هیجانی کودک



مؤلفین
سیدمحمدعلی‌میری/مینا عمادی‌زاده

دبیرعلمی
سیناتوکلی

ناظرین‌علمی
دکترکتایون‌رازجویان-شورای‌علمی‌انجمن اتیسم‌ایران
دکترمهدی‌علیزاده-شورای‌علمی‌انجمن‌اتیسم ایران
دکترناریاابوالقاسمی-اداره‌سلامت‌کودکان-وزارت‌بهداشت،درمان‌وآموزش‌پزشکی

تصویرگر
ستاره‌ندیری

صفحه‌آرا وگرافیست
فاطمه‌داراوند

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشت
دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
اداره سلامت کودکان

انجمن اتیسم ایران
IAA Iran Autism Association

به نام خالق یکتا

کتابچه بازی‌های والد و کودک ۳

مجموعه‌ای که در اختیاردارید در راستای افزایش دانش و مهارت شما والدین محترم در حوزه بازی با فرزندتان درنظرگرفته شده است. در کتاب‌ها و مقالات علمی از اهمیت بازی در بهبود رشد و یادگیری کودکان بحث شده و شما با آن آشنا هستید و حتی ممکن است حضور در کلاس‌های بازی‌درمانی را تجربه کرده باشید.

ما در نظر داریم با ارائه بازی‌های مفید و کاربردی در حوزه‌های‌مختلف رشدی (شناختی، حرکتی، گفتاری، ارتباطی-اجتماعی و ...) به همراه دستورالعمل‌های‌آن بازی و نوع اثربخشی و شرایط اجرای آن بتوانیم به شما در جهت فرزند پروری مؤثر کمک کنیم.

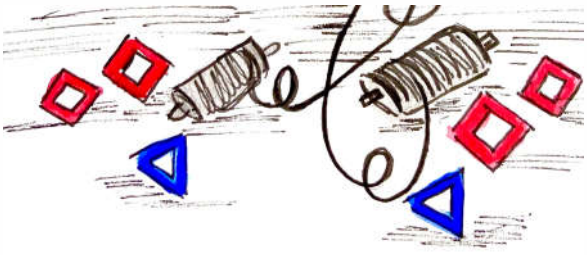
این جلد از این مجموعه به‌منظور آموزش بازی‌های هیجانی کودکان تهیه گردیده است.

در تعریفی ساده، مشکلات هیجانی کودکان را می‌توان اینگونه بیان کرد که در پردازش، پاسخ و یکپارچه‌سازی هیجان‌های (غم، ناراحتی، عصبانیت، خوشحالی و ...) که کودک تجربه می‌کند اختلالی در مغز وجود دارد.

چرا بازی‌های هیجانی برای کودکان دارای اهمیت است؟

در پاسخ به این سؤال می‌توان گفت که برخی‌کودکان درابعاد رشدی دچار تأخیر هستند و یکی از این ابعاد، بعد هیجانی است. این بعد رابطه مستقیمی با مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی دارد و عموماً وقتی کودک در این مهارت‌ها دچار ضعف است، در بعد هیجانی نیز مشکل دارد. یادگیری هیجان‌ها و ابراز درست آن، می‌تواند به کاهش کلیشه‌های رفتاری، رفتارهای خود آسیب‌زننده و درک حالات دیگران کمک کنند. یادگیری هیجان‌ها می‌تواند منجر به سه حالت شود: ۱. بیان گفتاری یک هیجان به‌صورت درست ۲. ابراز رفتاری درست به دنبال یک هیجان در یک موقعیت اجتماعی ۳. واکنش مناسب به هیجانات دیگران. به همین دلیل در راستای آموزش‌ها و بازی‌هایی که با کودکان انجام می‌شود، بهتر است هیجان‌ها به‌درستی به آنها آموزش داده شود تا بتوانند در موقعیت‌های مناسب از آن‌ها استفاده کنند.

در قدم اول مجموعه‌ای از اصول و قوانین ابتدایی و اولیه‌ای که برای هر بازی لازم است را ذکر می‌کنیم.



قانون اول

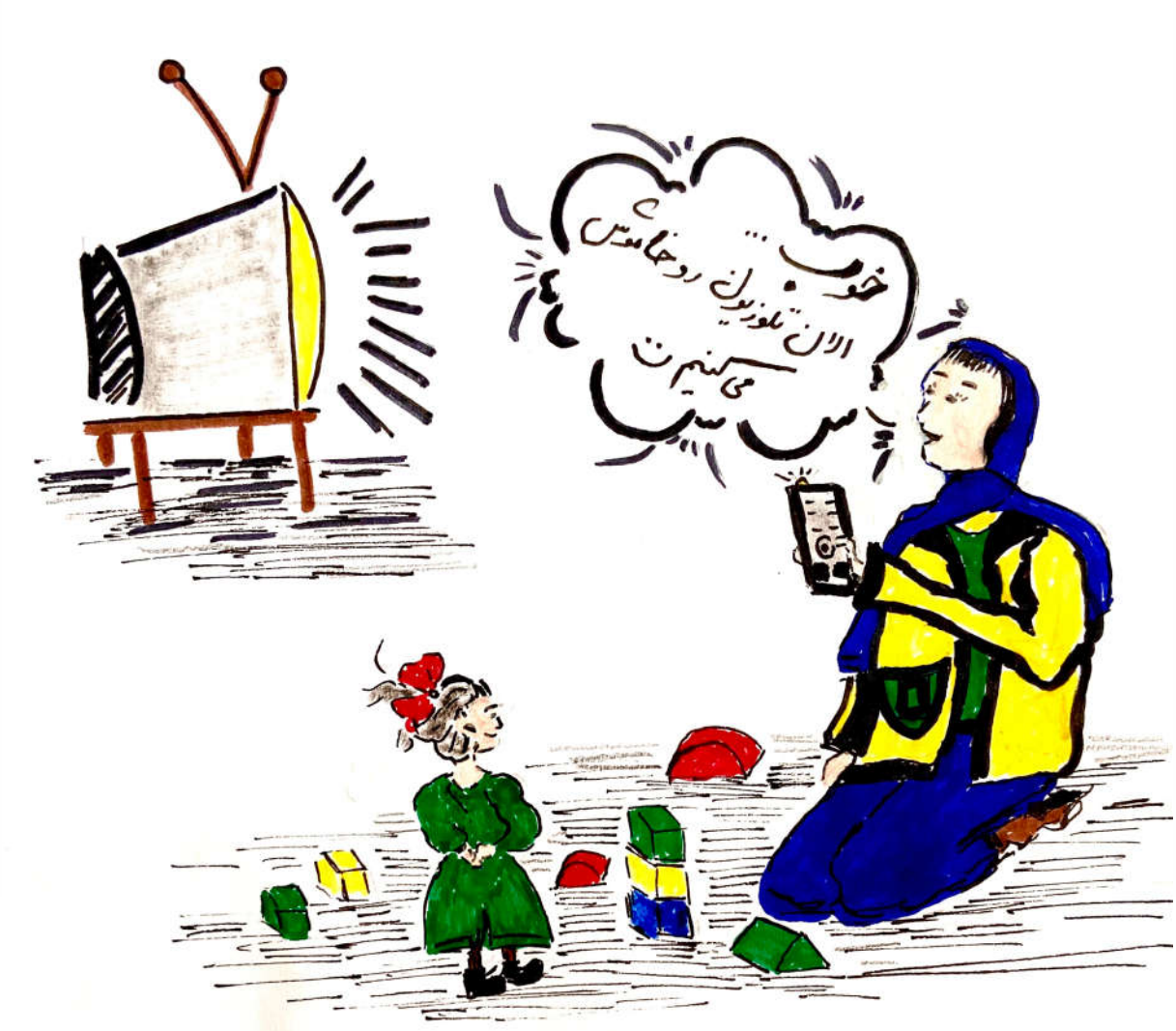
تلاش کنید در بازی به یک فضـای مشـترک با کودکتان برسید، منظور از فضـای مشـترک داشتن توجه هم‌زمان دو نفربر روی یک کار است. در فضای مشترک شما و فرزندتان هر دو واکنش مشابهی را تجربه کرده و نسبت به حضور یکدیگر کاملاً آگاهانه عمل می‌کنید.

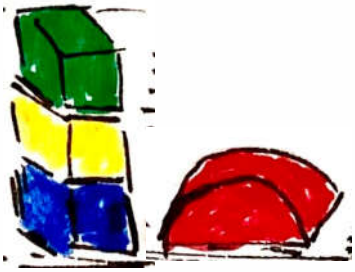




قانون دوم

سـعی کنید عوامل محیطی که باعث پرت شـدن حواس کودک می‌شـود را محدود کنید، این عوامل می‌تواند صـدای تلویزیون، اسـباب بازی‌های متعدد و ... باشـند. برخی کودکان وقتی‌که در محیط‌های پر از محرک قرار می‌گیرند دچار به‌هم‌ریختگی می‌شـوند. پس بهتر است به‌منظور داشتن یک بازی مناسب، تلویزیون یا هر عامل صوتی دیگر را خاموش کنید، نور محیط را به‌اندازه تحمل فرزندتان تنظیم کنید، در اتاق یا فضایی قرار بگیرید که کمترین میزان محرک‌های بصری مثل تابلوهای نقاشی و عکس وجود دارد.





قانون سوم

بهتر است ۱۵ دقیقه قبل از شروع بازی به کودک بگویید یا به‌صورت تصویری نشـان دهید که قرار است چه بازی را با او انجام دهید و هر ۵ دقیقه به او یادآوری کنید. همچنین ۵ دقیقه قبل از پایان بازی نیز کودک را آگاه کنید تا به‌صورت یک‌دفعه با اتمام بازی مواجه نگردد. متناسب با سن و درک و نوع بازی می‌توان کودک را از این موضوع آگاه کرد به‌طور مثال ۵ بار دیگه بپری این بازی تموم میشـــه یا تا ۲۰ بشماریم بازی تمومه یا اگه عقربه بزرگه بیاد اینجا، بازی تموم میشه (همزمان روی ساعت یا تصویر نشان دهید).

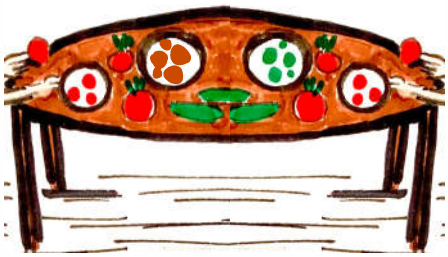




قانوم چهارم

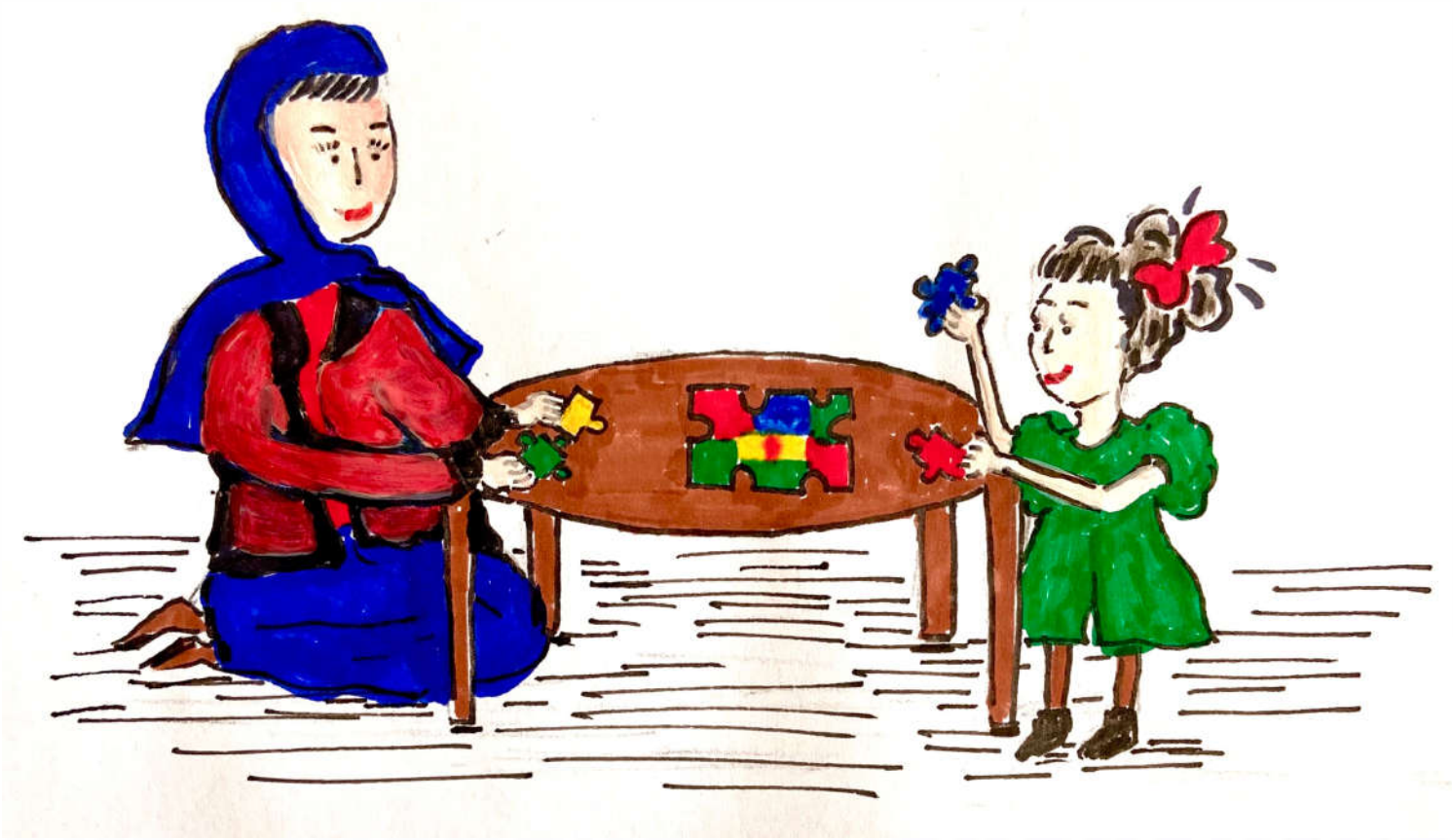
کودکان به خوبی حس‌های شمارا دریافت می‌کنند، ازآنجایی‌که بازی فعالیتی لذت‌بخش، پر از ذوق و شوق و نشاط برای کودکان است، شما هم تلاش کنید که تن و لحن صدا و حالت صورتتان نشـــان‌دهنده ذوق و اشتیاق شما برای انجام بازی باشد. به بیان دیگر در هنگام بازی، تلاش کنید که از طریق کودک درونتان با او بازی کنید و سعی نکنید که مدام به دنبال ایجاد چارچوب‌های بی‌اساس و خشـــک باشید.





قانون پنجم

یکی از مشکلات برخی کودکان، ناتوانی در برقراری تماس چشمی مستمر است. به‌منظور رسیدن به توجه مشترک که در قانون اول گفته شد حتماً هم‌سطح کودک باشید یعنی رو به روی کودک قرار بگیرید و سعی کنید اسباب‌بازی و وسیله موردنظر برای بازی بین شما و کودکتان قرار بگیرد. این هم‌سطحی می‌تواند پشت یک میز، روی یک تخته تعادل، نشستن و یا حتی دراز کشیدن روی زمین باشد. به‌بیان دیگر کودک باید بتواند اجزای صورت و حالات شمارا ببیند.

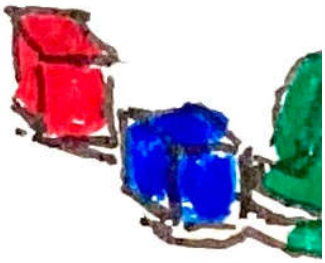




قانون ششم

به هر تعامل و اقدام درست کودک خود واکنش مثبت نشان دهید و او را تشویق کنید. این تشویق‌ها می‌تواند کلامی (آفرین، چقدر خوب این کار را انجام دادی و...) یا غیرکلامی به‌صورت دادن هدیه (خوراکی، ستاره، اسباب‌بازی موردعلاقه و...) یا نوازش کردن (در آغوش گرفتن، گرفتن دست‌های کودک، چشمک زدن و ...) باشد.

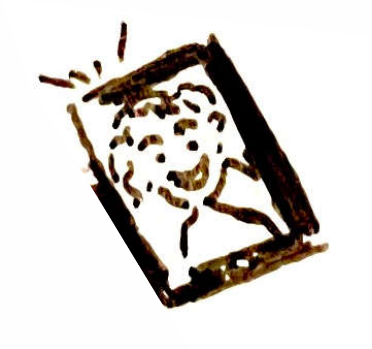




قانون هفتم

برای اینکه مقاومت کودک در مقابل نه گفتن به بازی پیشنهادی شما شکسته شود به او دو گزینه انتخابی پیشـنهاد دهید. این گزینه انتخابی می‌تواند دو بازی متفاوت یا دو نوع اسباب‌بازی باشد.





۱.تصاویر حالات هیجان

اهداف:

آشنایی با هیجان‌ها

تشخیص و تمایز هیجان‌ها از یکدیگر

ابزار موردنیاز:

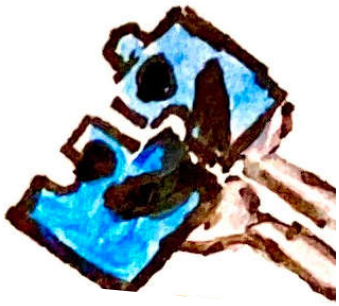
گوشی موبایل

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۴ سال می‌باشد. این بازی می‌تواند جهت آشنایی اولیه با هیجان‌ها باشد. با استفاده از گوشی موبایل هوشمندی که در اختیاردارید و ممکن است روزانه چندین عکس از خودتان و کودکتان بگیرید، در این فعالیت، کار را هدفمندتر انجام دهید و تبدیل به یک موقعیت آموزشی کنید. به این صورت که حالات هیجانی مختلف کودکتان را با عکس گرفتن ثبت کنید، یعنی هر وقت کودک شما خوشحال است از صورت و بدن او عکس بگیرید، همین کار را زمانی که ناراحت، عصبی، ترسیده و نگران است، نیز انجام دهید. پوشه‌ای در گوشی خود درست کنید و اسم آن را هیجان‌ها بگذارید و تمام عکس‌ها را به آنجا منتقل کنید. عموماً کودکان علاقه زیادی به بازی کردن با گوشی دارند، این کار را می‌توانید هدفمند کنید و عکس‌ها را به او نشان دهید و بگویید: تو این عکس تو ناراحتی، اینجا من خوشحالم، اینجا بابا عصبانیه و... . در ابتدا می‌توانید بر روی دو حالت هیجانی متمرکز شوید، به‌طور مثال خوشحال و ناراحت و به‌مرور دیگر حالات هیجانی را نیز با او تمرین کنید و عکس‌های موقعیت‌ها و حالات مختلف را به او نشان دهید و هم‌زمان به حالت دست‌ها، بدن و صورت در مورد هر هیجان اشاره‌کنید و توضیح دهید. بعد از انجام این مرحله از او بخواهید که همان هیجان را دوباره تقلید کند و این بار اسم آن هیجان را بگوید. تکرار چندباره این بازی می‌تواند به یادگیری بهتر آن هیجان کمک کند. برای ایجاد جذابیت و هیجان بیشتر شما هم حالت صورت، دست و بدن او در عکس را تقلید کنید تا او شما را ببیند و یاد بگیرد. برای مراحل بعدی عکس‌های مربوط به یک هیجان را می‌توانید تبدیل به کلیپ کنید یا روی عکس صورت خودش هیجانات را نقاشی کند و مقابل آینه بازی کنید.



۲.پازل هیجان‌ها



اهداف:

آشنایی با هیجان‌ها

تشخیص و تمایز هیجان‌ها از یکدیگر

بازشناسی هیجان‌ها

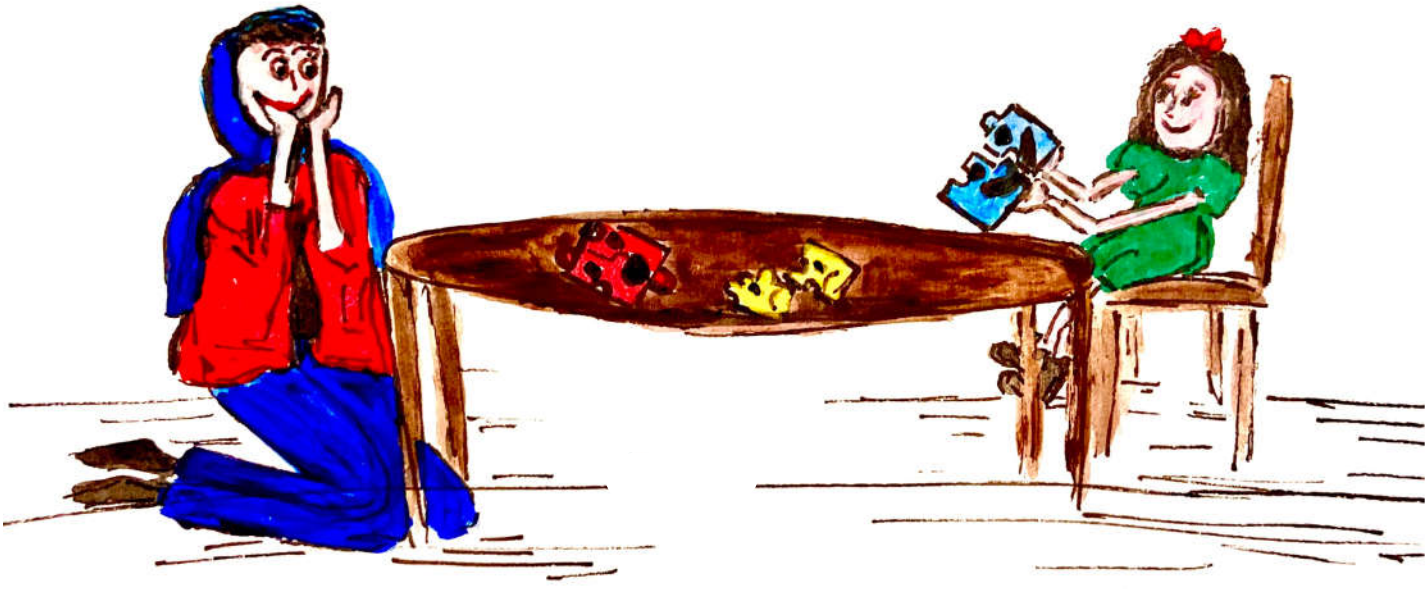
ابزار موردنیاز:

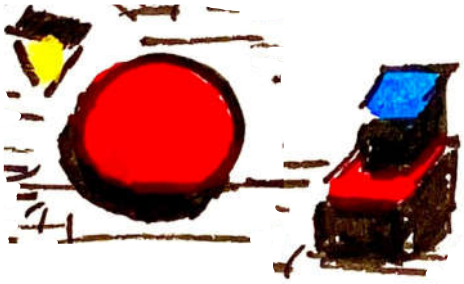
پازل‌های کودکانه که طرح هیجان‌ها را دارند.

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۵ سال می‌باشد. بازی کردن با پازل یکی پرطرفدارترین بازی‌های کودکان است، اما این بار بهتر است پازل بازی را فقط منوط به سر هم کردن و تکمیل کردن آن نکنید و به‌جای اینکه کودک چند بار پازل را به هم بریزد و درست کند، با آن بازی متفاوتی انجام دهید. در انتخاب نوع پازل‌ها دقت کنید که از پازل با قطعه های کوچک که به‌راحتی به دهان برده می‌شوند و ممکن است منجر به خفگی شود، استفاده نکنید.

قبل از شروع نوع جدید بازی، اول اجازه دهید که کودک پازل‌ها را همانطوری که دوست دارد بچیند و فقط اسم آن هیجان را بگویید. برای بازی‌های دیگر، همه پازل‌های تکمیل‌شده را روبه روی کودک بچینید. از او بخواهید که فقط پازل هیجان شادی را بردارد و درست کند. برای مراحل اولیه بازی ۱ یا ۲ پازل مقابل کودک بگذارید و کم‌کم به تعداد آن‌ها اضافه کنید. همچنین برای کمک به شناخت بیشتر و ارائه راهنمایی، وقتی اسم هیجانی را می‌گوید با صورت خود آن هیجان را نشان دهید. در مراحل بعدی بازی را سخت‌تر و جذابیت را بیشتر کنید. برای این کار تکه‌های همه پازل‌ها را باهم ترکیب کرده و سپس به کودک بگویید که تکه‌های مربوط به یک هیجان را بردارد و آن را درست کند به‌طور مثال پازل غم را درست کند. در مراحل بعدی بازی شما یک هیجان را با صورت خود نشان دهید و از او بخواهید که او آن هیجان را حدس بزند و سپس پازل مربوط به آن را درست کند.





۳.لگوهای هیجانی

اهداف:

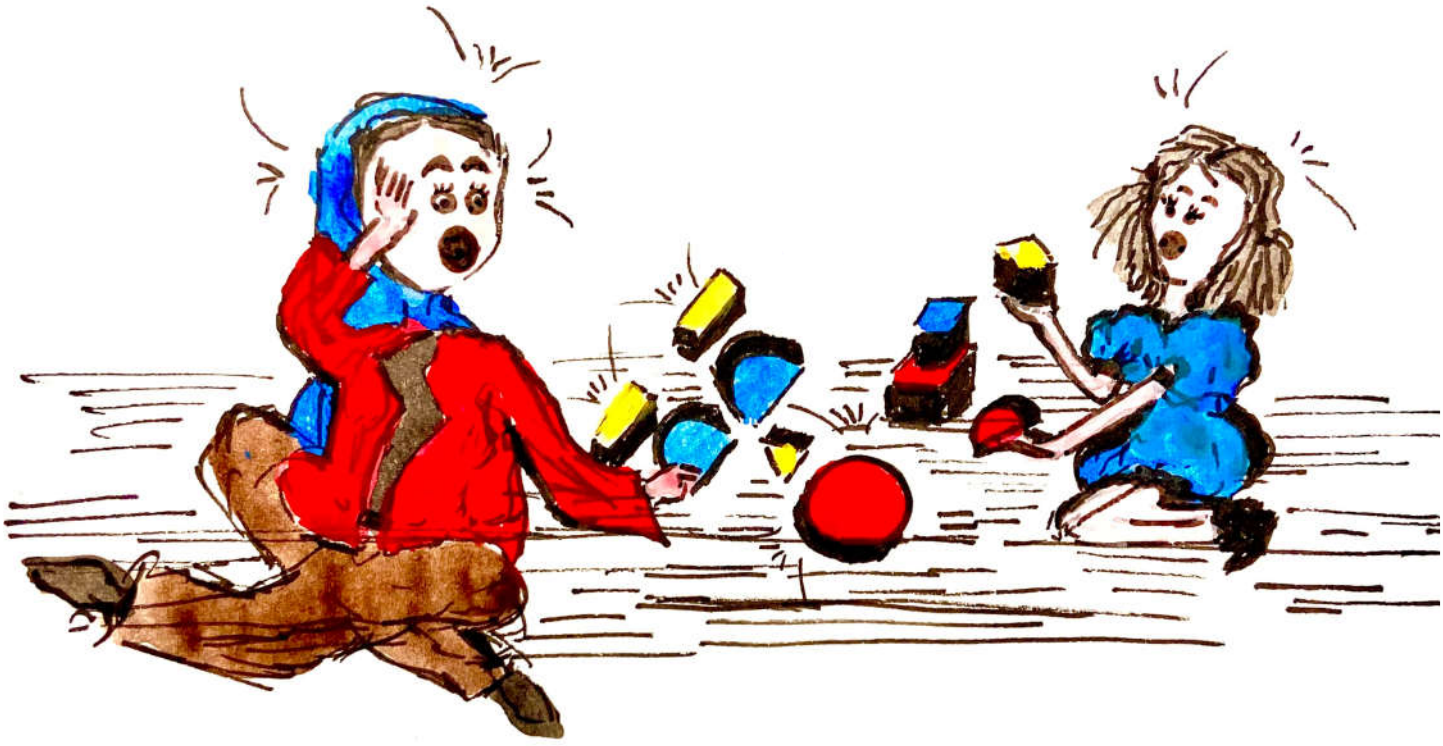
ابراز درست هیجان‌ها

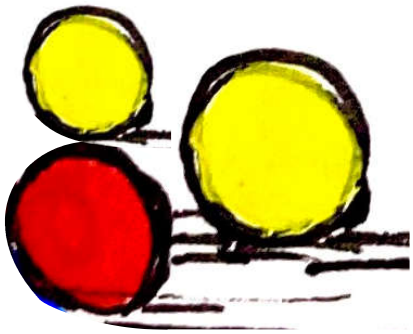
ابزار موردنیاز:

لگوهای اسباب‌بازی

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۵ سال می‌باشد. بازی کردن با لگو یکی از محبوب‌ترین بازی‌ها برای کودکان است. برخی کودکان علاقه خاصی به روی‌هم چیدن و ردیف کردن لگوها دارند؛ بنابراین می‌توانید این بازی را تبدیل به یک موقعیت آموزشی کنید. به این صورت برای انجام بهتر است لگو ها را همانند حالت‌های صورت که نشان‌دهنده هیجان‌های مختلف است، با یکدیگر درست کنید. مثلاً با لگوها صورت یک فرد خوشحال را بسازید و از کودک بخواهید که او از لگو ساخته تقلید کند و در صورت خود آن هیجان را نشان دهد و به ترتیب همین کار را برای هیجان‌های دیگر انجام دهید. کمک به کودک برای درست کردن هر هیجان و تشویق به‌موقع می‌تواند در پیشبرد بازی مؤثر واقع گردد. همچنین می‌توانید این بازی را نوبتی باهم انجام دهید، به این صورت که یک بار کودک یک هیجان را درست کند و شما آن را اجرا کنید و بار دیگر شما درست کنید و کودک آن را اجرا کند. برای بازخورد دادن به هیجان‌های کودکتان نیز می‌توانید از لگو ها استفاده کنید، به این صورت که وقتی خوشحال است، با لگو ها صورت یک فرد خوشحال را درست کنید و بگویید ((لگوها هم خوشحال‌اند وقتی تو خوشحالی، ببین داره میخنده)). در حین بازی به کودک یاد دهید که به اجزای صورت (حالت دهان، چشم‌ها و حالت ابروها و ...) دقت کند.





۴.چراغ راهنمایی

اهداف:

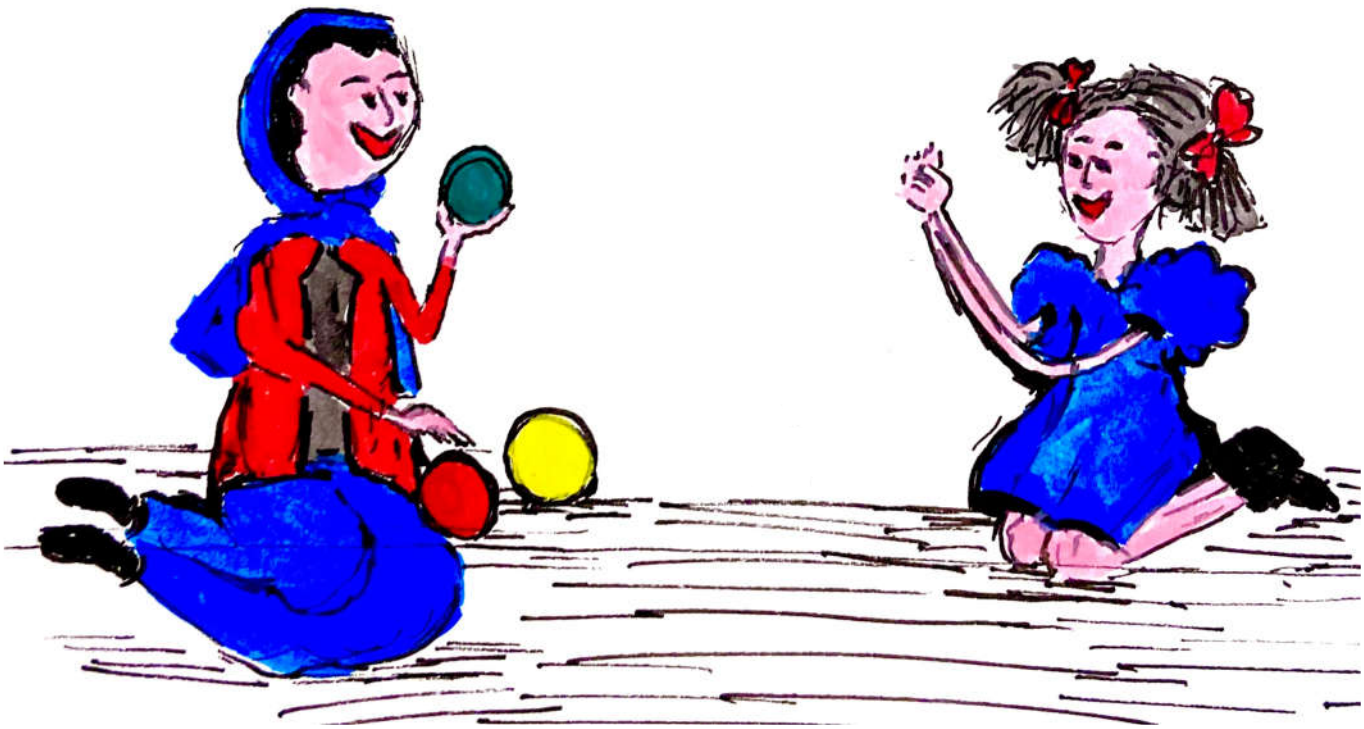
آشنایی اولیه با سه هیجان (خشم -عصبانیت، شادی و آرامش)

ابزار موردنیاز:

توپ بزرگ در سه رنگ سبز، زرد و قرمز (۳ عدد)

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۵ سال می‌باشد. برای انجام بازی ابتدا رو به روی کودک بنشـــــــینید و هیجان مربوط به هر توپ را توضیح دهید (توپ سبز نماد خوشحالی، توپ قرمز نماد عصـــبانیت، توپ زرد نماد آرامش) و سپس مثال بزنید که هر وقت توپ سبز را نشـــــــان دادم تو باید خوشحالی کنی و بخندی. برای یادگیری، بهتر است ابتدا خودتان با بالا آوردن توپ سبز بخندید و شادی کنید به‌صورتی که در صورت خود لبخند یا خنده را نشـان دهید و با همان لبخند بگویید (خوشحال). سپس از کودک بخواهید او نیز این کار را انجام دهد. همین روند را برای دیگر توپ‌ها انجام دهید به این صورت که با بالا آوردن توپ قرمز اخم کنید، دست‌هایتان را مشت کنید و دندان‌هایتان را فشـــار دهید و با همان حالت بگویید (عصـــبانی). سپس از کودک بخواهید که او نیز این هیجان را نشـــان دهد. توجه داشـــته باشـــید که خیلی زیاد در این حالت باقی نمانید و ســـریع به ســـراغ حالت بعدی که حس آرامش اســـت پیش روید. توپ زرد نشـــان‌دهنده حالت آرامش است که بهتر است این حالت را بین دو وضعیت عصـــبانیت و خنده قرار دهید که کودک تفاوت بین آن ها درک کند. در این حالت با نشان دادن توپ زرد، نفس عمیقی بکشـید و آسوده باشید و هم‌زمان بگویید (آرام)، بعد از کودک بخواهید که آن را انجام دهد. این بازی را می‌توانید برای هر حالت ۲ بار انجام دهید. مراحل دیگر بازی می‌تواند این باشـد که این بار کودک توپ‌ها را بالا بیاورد و شما آن حس را نشـــــــان دهید. بهتر است در اوایل شروع بازی، از نفر سوم (پدر- مادر، مادربزرگ یا خواهر و برادر) کمک بگیرید تا او توپ‌ها را به شما نشان دهد و شما و فرزندتان باهم هر حالت هیجانی را انجام دهید و به کودک کمک کنید تا او نیز در همان حالت قرار بگیرد. توجه کنید که در حالت عصـــــــبی هیچ‌چیزی را پرتاب نکنید و یا داد نزنید چراکه با این کار به کودک یاد می‌دهید هنگامی‌که عصبانی است می‌تواند این کارها را انجام دهد.



۵.رنگین کمان هیجان‌ها



اهداف:

ابراز درست هیجان‌ها

حل مسئله

ابزار موردنیاز:

مقوا A4

مداد رنگی یا ماژیک

کاغذ رنگی (سبز، زرد، نارنجی، قرمز و سیاه)

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۷ سال می‌باشد.کودکان با تصـــاویر، نمادها و نقاشی‌ها بهتر متوجه حرف‌ها و دستورات شما می‌شوند و یاد می‌گیرند. یکی از راهکارهایی که می‌توانید برای ابراز درســـت هیجان‌ها انجام دهید، بازی رنگین‌کمان اســـت. اگر کودکتان علاقه به نقاشی کشـــیدن دارد، با خود او این فعالیت‌ها را انجام دهید که مشـــارکت کودک بالا رود و یادگیری بیشـــتری صورت بگیرد. ابتدا مقوا را به‌صورت عمودی یا افقی قرار دهید سپس قسمت بالا سمت چپ یک خورشید بکشید، در ادامه در سمت راست چند ابر بکشید که در حال باریدن هســـتند. یک رنگین کمال کوچک هم وسط بکشـــید. در پایین و وسط مقوا یک نیم‌دایره بکشـــید و آن را تبدیل به ۴ قطعه مســـاوی کنید. حالا از سمت چپ به راست به ترتیب روی آن را رنگ‌های سبز، زرد، نارنجی، قرمز کنید. سپس روی هر قســـمت به ترتیب از چپ به راست بنویسید خوشحالم، خوبم، نگرانم یا ترسیده ام، عصبانی ام. (سبز: خوشحالم، زرد: خوبم، نارنجی: نگرانم یا ترسیده‌ام، قرمز: عصـــبانی ام) و بالای هر احساس حالت چهره‌ی آن راهم نقاشی کنید. با کاغذ مشکی فلشی بسازید و پایین نیم‌دایره قرار دهید. فلش را جوری نصـــب کنید یا بچسبانید که امکان تغییر و نشـــان دادن هرکدام از ۴ رنگ را داشته باشد. حالا نوبت مرحله بعدی بازی است. از کودک بخواهید یک هیجان را با فلش به شما نشـــان دهد، سپس شما صورت خود را همانند آن هیجان کنید و درنهایت همدیگر را تشـــویق کنید. حالا نوبت شماست که یکی از این هیجان‌ها را به او نشـــان دهید و او صورت خود را همانند آن هیجان کند و سپس او را با هیجان زیاد تشـــویق کنید. این بازی را در طول روز و برای حالت‌های مختلف نشـــــان دهید. هر بار که انجام می‌دهید، اسم آن هیجان را بگویید. تلاش کنید که این رنگین‌کمان اکثر مواقع کنار شما باشد و در حالت‌های مختلف به کودکتان نشـــان دهید که الان او در چه هیجانی قرار دارد. مثلاً اگر موقع خوردن سیب‌زمینی است و او دوست دارد، فلش را در حالت خوشحالم قرار دهید و به او نشـــان دهید که خوشحال است و بگویید که (تو خوشحالی). این بازی را زمانی که خودتان هم یک حس و هیجان را تجربه می‌کنید نیز نشـــان دهید. درصورتی‌که سطح کودک بالاتر است می‌توانید بقیه هیجان‌ها را نیز به رنگین‌کمان خود اضافه کنید و همچنین از کودک بخواهید که یک داستان که نشـــان‌دهنده آن هیجان هست را برای شما تعریف کند.



۶.نقاشی احساسات



اهداف:

آشنایی با هیجانات و احساسات

تشخیص هیجانات

ابزار موردنیاز:

برگه‌های A4 رنگی (سبز، آبی، قرمز، زرد، نارنجی، سفید و...)

مداد یا خودکار

چسب

قیچی کودک

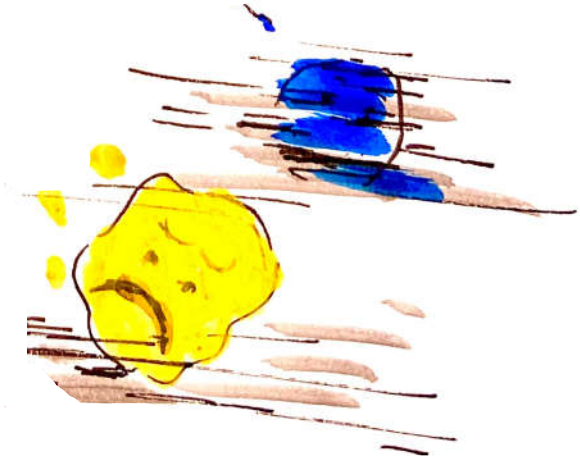
دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۷ سال می‌باشد. این بازی‌ها اصولاً برای کودکان اتیسم با سطح خفیف و متوسط رو به بالا مناسب است. ابتدا روی هر کاغذ رنگی یک دایره بکشید، آنها را ببرید. توجه داشته باشید که دایره‌ها به‌اندازه صورت کودکتان باشد. سپس دایره‌هایی با ابعاد کوچکتر (اندازه چشم) و مستطیل‌های کوچک و بزرگ برای ابروها و دهان تهیه کنید. سپس تلاش کنید که حالت‌های مختلف هیجانی (خشم، خوشحالی، ناراحتی، ترس، هیجان‌زده، متعجب و...) را با استفاده از اشکال بریده‌شده، درست کنید. در مراحل آغازین به‌منظور ایجاد رغبت و علاقه در کودک، ابتدا یک صورت هیجانی درست کنید و در حین چسباندن اجزای صورت برای کودک توضیح دهید که قرار است چه هیجانی را درست کنید و حتی یک اسم برای هر صورت انتخاب کنید. تلاش کنید تا همه مراحل فوق را با کمک یکدیگر انجام دهید. برای هر یک از هیجان‌ها با این رنگ‌ها پیش روید:

خشم: قرمز، خوشحالی: سبز، ناراحتی: زرد، تعجب: نارنجی، ترس: آبی و...

بعد از اتمام صورتک‌های هیجانی، یکی از آن‌ها را بردارید و متناسب با سطح کودکتان برای او داستانی قابل‌فهم بسازید و بیان کنید. یا اینکه هر صورتک را مقابل صورت خود بگیرید و با یکدیگر شروع به صحبت کردن کنید. دقت کنید که لحن صدای شما مطابق با هر هیجان باشد. همچنین در گام‌های ابتدایی در نظر داشته باشید که داستان‌ها و بازی‌ها کوتاه باشند در حد ۳۰ ثانیه الی ۱ دقیقه و به‌مرور، زمان بازی را افزایش دهید.





۷.آب‌بازی هیجانی!

اهداف:

ابراز درست هیجان‌ها

تشخیص و تمایز هیجان‌ها از یکدیگر

ابزار موردنیاز:

بطری آب‌معدنی کوچک (۲ عدد)

رنگ خوراکی

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۷ سال می‌باشد. کودکان بازی کردن با آب را دوست دارند و از انجام بازی‌های مختلف با آن، لذت می‌برند. به حیاط منزل یا نزدیک‌ترین فضای سبز نزدیک خانه خود بروید. دو عدد بطری آب‌معدنی که سر آن سوراخ کوچکی شده است را همراه داشته باشید. داخل آن‌ها آب بریزید و سپس دو رنگ خوراکی متفاوت را درون آب‌ها حل کنید. به فرزندتان بگویید (بیا آدم خوشحال بکشیم). سپس بطری آب را به‌گونه‌ای بگیرید که بتوانید روی زمین نقاشی بکشید. بعد با فشار دادن بطری اول یک دایره بکشید و به ترتیب چشم و دهان را اضافه کنید که حالت خوشحالی رو نشان دهد و به کودک کمک کنید تا او نیز با این هیجان آشنا شود. از او بخواهید که او یک آدم خوشحال بکشد و بعدازآن دست یکدیگر را بگیرید و دور صورت‌هایی که کشیده‌اید شروع به دویدن کنید و شعر (خوشحال و شاد و خندانم، ...) را بخوانید بعد از انجام مراحل بالا به سراغ هیجان دیگری (غم و ناراحتی) بروید و آن را روی زمین با کودکتان به‌صورت جداگانه نقاشی کنید و مجدد دست یکدیگر را بگیرید و شروع به دویدن کنید و شعر (این دختره، اینجا نشسته، گریه میکنه...) بخوانید.

حتماً یک بطری آب برای آشامیدن همراه داشته باشید و دقت کنید که کودک آب‌های رنگ‌شده را نخورد. برای تغییر رنگ آب‌ها از رنگ خوراکی استفاده کنید، در غیر این صورت توجه داشته باشید کودک آن را به سمت چشم و لباس نریزد یا به دهان نبرد.





۸.هیجان‌ها رفتن حموم!

اهداف:

آشنایی با هیجان‌ها

ترسیم درست هیجان‌ها و احساسات

ابزار موردنیاز:

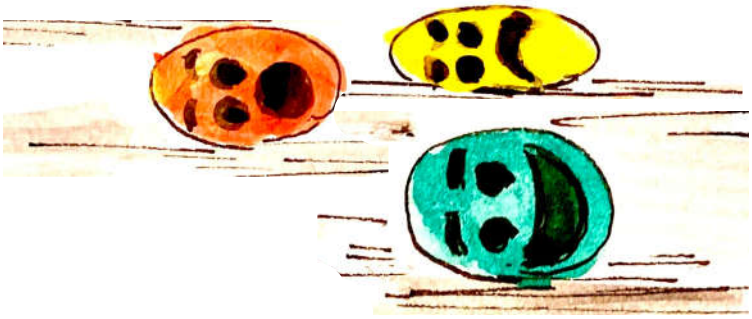
رنگ انگشتی

دستورالعمل اجرا:

عموماً برخی کودکان در حمام به دلیل تجربیات قبلی و همچنین مشکلات حسی خود، هیجان و احساسات مختلفی (خوشحالی، ناراحتی، ترس و...) را تجربه می‌کنند. پس حمام می‌تواند بهترین مکان برای آموزش هیجان‌ها و احساسات باشد. برای انجام این بازی با خود رنگ انگشتی به داخل حمام ببرید. سپس به هیجان و احساسی که کودک با آن وارد حمام می‌شود توجه کنید و صورتک آن هیجان را با رنگ انگشتی روی دیوار حمام بکشید این صورتک را می‌توانید به‌صورت ساده مثل کشیدن دایره با چشم، ابرو، بینی و دهان ترسیم کنید. بعد از آن اسم هیجان را بگویید، به نقاشی اشاره‌کنید و از کودک بخواهید که او هم این کار را انجام دهد. اگر کودک با حالت خوشحالی وارد حمام شد صورت یک فرد خوشحال را بکشید و اگر با ترس وارد شد صورت فردی که ترسیده است را بکشید که این حالت‌های هیجان را می‌توانید با تغییر در چشم‌ها، ابروها و دهان ایجاد کنید. این کار را می‌توانید در طول حمام کردن انجام دهید.

همچنین ایجاد وقفه‌های بین شستن بخش‌های مختلف بدن، می‌تواند هم به پذیرش و کنار آمدن او با شما در حمام کمک کند و هم موقعیت مناسبی برای آموزش و یادگیری هیجان‌ها و احساسات باشد. اگر کودکتان علاقه خاصی به ماشین یا عروسک دارد، آن را نیز به حمام ببرید و از زبان همان ماشین یا عروسک صحبت کنید. با این روش می‌توانید، مقاومت کودک در حمام را کاهش دهید.





۹.روی هیجان‌ها راه برو!

اهداف:

ابرازدرست هیجان‌ها

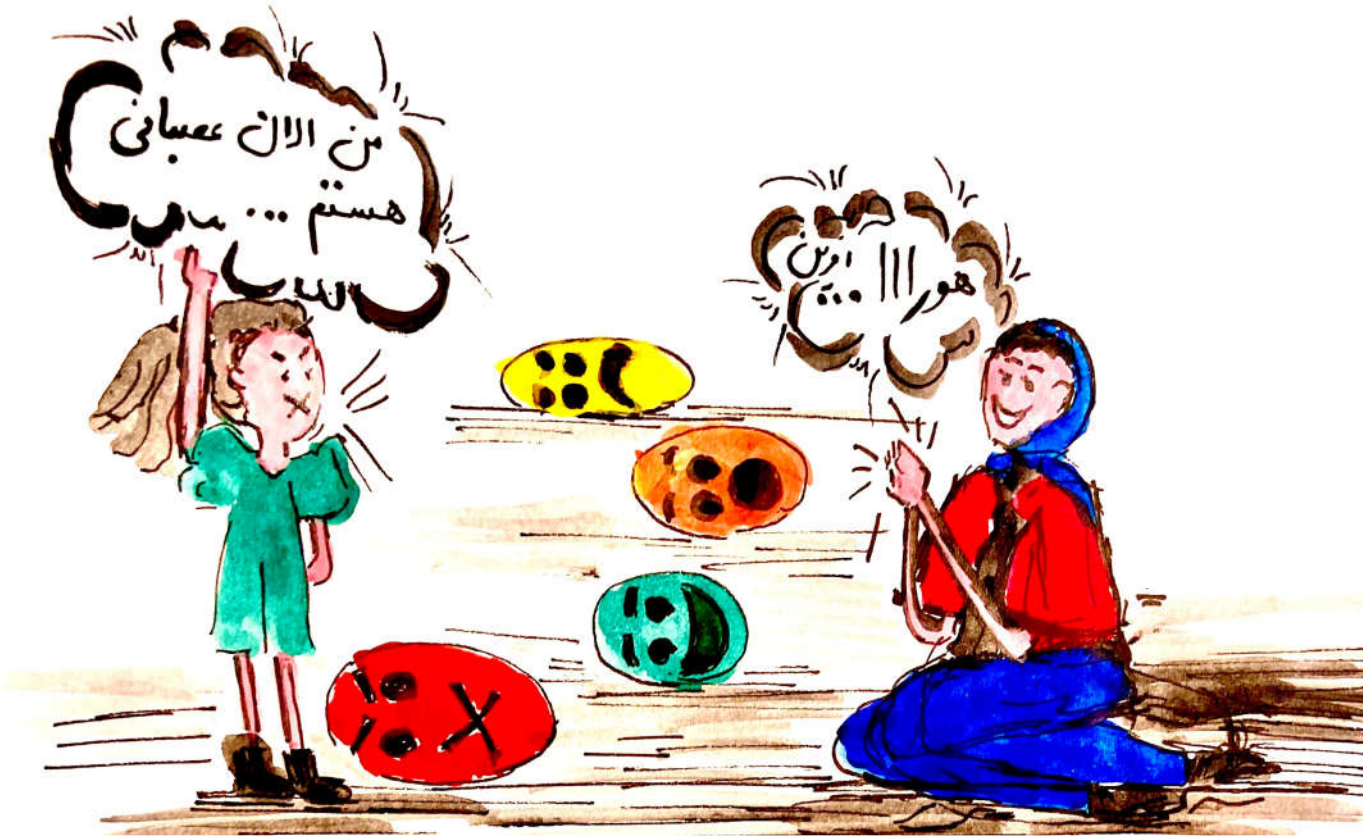
تمایز قائل شدن بین هیجانات

ابزار موردنیاز:

صورتک های طراحی شده در بازی شماره۶

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۷ سال می‌باشد. کودکان بازی‌هایی که همراه با هیجان و حرکت هســـتند را دوست دارند، این بازی را با صورتک‌هایی که قبلاً در بازی شماره ۶ ساخته‌اید، شروع کنید. به این صورت که ابتدا آن ها را به ترتیب و روش‌های مختلف (خط مستقیم، دایره‌ای، زیگزاگ و...) روی زمین بافاصله از یکدیگر بچینید. آن ها را طوری روی زمین قرار دهید (بچســـبانید) که هنگام راه رفتن کودک روی آن ها از اجزای صورتک‌ها (چشم، ابرو و ...) کنده نشـود و خود صورتک از زمین جدا نگردد. (برای حل این مسـئله می‌توانید از کودک بخواهید به‌جای راه رفتن روی صورتک‌ها، کنار آنها راه برود). حالا بازی را شروع کنید و از کودک بخواهید که از اولین تصـــویر گذاشته‌شده شروع کند و روی آن صورتک یا کنار آن قرار بگیرد، اسـم آن هیجان را بگوید و به مدت ۱۰ ثانیه آن حالت را اجرا کند. ممکن اسـت مفهوم ۱۰ ثانیه را کودک متوجه نشود بنابراین با انگشتان خود تا ده بشمارید. سپس به‌صورتک بعدی برود. بعد از هر اجرا با شور و هیجان و دست زدن او را تشـــویق کنید که به خانه بعدی برود و از جملاتی مثل «خونه بعدی برای تو باز شد، بیا توو» استفاده کنید که کودک ترغیب شود بازی را ادامه دهد. همین کار را تا آخر خط و آخرین صـورتک انجام دهید. در انتهای خط، یا جایزه‌های برای او قرار دهید تا به آن برســـد یا وقتی به انتها رسید او را سورپرایز کنید و به‌صورت یک‌دفعه شیء موردعلاقه‌اش را به کودک بدهید.





۱۰.میوه‌ها و سبزی‌های احساساتی

اهداف:

ابرازدرست هیجان‌ها

ابزار موردنیاز:

بشقاب رنگ سفید

گوجه، خیار، هویج، سبزی،ماکارونی‌خام،سیب‌زمینی

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۷ سال می‌باشد.انجام کاری متفاوت با سبزیجات، میوه‌ها و خوراکی‌ها می‌تواند برای کودکان هیجان‌انگیز، جذاب و خوشایند باشد. یک بشقاب سفید بزرگ بردارید. میوه‌ها، سبزیجات و خوراکی‌هایی که در منزل دارید و موردعلاقه کودک است را در تکه‌های کوچک برش دهید، حالا با آن ها شکل یک صورت که نشان‌دهنده یک هیجان (غم، خوشحالی، ترس، نگرانی و...) است را از طریق چیدن تکه‌های خوراکی در بشقاب درست کنید. آن را به فرزندتان نشان دهید و از او بخواهید که آن قطعه‌ها را بخورد و وقتی خورد آن هیجان را به مدت ۱۰ ثانیه نشان دهد. (۱۰ ثانیه را می‌توانید با انگشتان خود بشمارید). همچنین می‌توانید به او بگویید: (تو خوشحالی رو خوردی؟ رفت توی شکمت؟ حالا خوشحال شو). سپس سراغ هیجان دیگری بروید.

برای ایجاد جذابیت این بازی را به‌صورت نوبتی نیز انجام دهید و از کودک بخواهید که او یک هیجان با مواد خوراکی درست کند، سپس شما آن را بخورید و آن هیجان را به مدت ۱۰ ثانیه نشان دهید.





۱۱.خاک بازی

اهداف:

ابراز هیجان‌ها

درک تفاوت بین هیجان‌ها

ابزار موردنیاز:

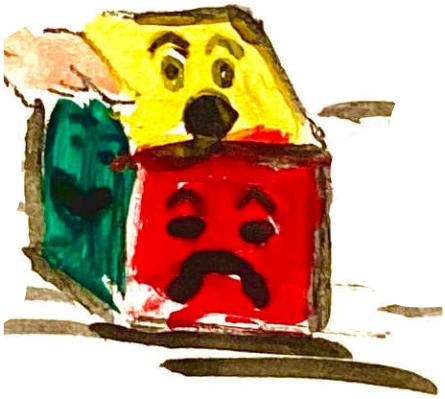
نیاز به هیچ وسیله‌ای نیست

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۷ سال می‌باشد. با کودک خود به حیاط منزل یا نزدیک‌ترین فضای سبز بروید. قسمتی را انتخاب کنید که دارای خاک نرم یا حالت ماسه‌ای باشد. برخی کودکان به دلیل مشکلات حس لامسه بازی کردن با خاک و ماسه را دوست دارند و باعث ایجاد حس آرامش برای آن‌ها می‌شود. اگر کودک شما مشکلات حس چشایی دارد و یا دستش را مدام در دهانش می‌کند و یا هرزه‌خواری (پیکا) یا همان خوردن مواد غیرخوراکی دارد، این بازی را انجام ندهید.

برای انجام این بازی با کودک روی زمین بنشینید به‌صورتی که رو به روی یکدیگر قرار بگیرید. با خواندن شعر معروف (چشم چشم دو ابرو، دماغ و دهن یه گردو،حالا بزار دوتا گوش، موهاش نشه فراموش) شروع کنید، حالت هیجانی شاد را روی خاک یا ماسه بکشید (این صورتک را می‌توانید به‌صورت ساده مثل کشیدن دایره با چشم، ابرو، بینی و دهان ترسیم کنید که نشان‌دهنده خوشحالی و شادی باشد) و درنهایت آن هیجان را با گفتن اسم کودک بگویید مثلاً (علی خوشحاله)، (سارا شاده). مجدد بازی را انجام دهید، اما این بار با کودک پیش روید؛ به این صورت که دست او را بگیرید و صورتک هیجانی را بکشید. مراحل دیگر بازی می‌تواند اینگونه باشد که شما شعر را بخوانید و همزمان کودک نقاشی را روی خاک یا ماسه بکشد و بعد او را تشویق کنید. این بازی را می‌توانید باحالت‌های هیجانی دیگر (غم، ترس، عصبانیت و ...) امتحان کنید. برای رعایت موارد بهداشتی، سریعاً بعد از بازی دست‌های خود و کودک را با آب و صابون بشویید.





۱۲.تاس هیجانی

اهداف:

آشنایی با نام هیجانات

ابراز درست هیجان‌ها

ابزار موردنیاز:

تاس بزرگ

برگه های کوچک به اندازه هروجه تاس

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۷ سال می‌باشد. یک تاس بزرگ تهیه کنید یا می‌توانید با وسایل موجود در خانه آن را بسازید. روی هر یک از برگه‌ها یکی از هیجان‌ها را بکشید (غم، نگرانی، خوشحالی، آرامش، ترس، تعجب) و آنها را روی هر وجه تاس بچسبانید. حالا با کودک خود بنشینید و شروع به انداختن تاس کنید. هر شکلی که آمد، ابتدا اسم آن را بگویید و سپس آن را همان مدل همیشگی تا ۱۰ ثانیه اجرا کنید. سپس تاس را به کودک بدهید و از او بخواهید تاس بریزد و مطابق شما اجرا کند. برای ایجاد جذابیت بازی می‌توانید آن را چند نفره انجام دهید. به این صورت که یک نفر تاس بریزد و سپس نفر مقابل هیجان را بازی کند. کم‌کم که کودک شما پیشرفت کرد، بهتر است به‌جای تصویر نام آنها را بنویسید و بگذارید و بازی را ادامه دهید.





۱۳.عروسک انگشتی!

اهداف:

آموزش روش درست ابراز هیجان

ابزار موردنیاز:

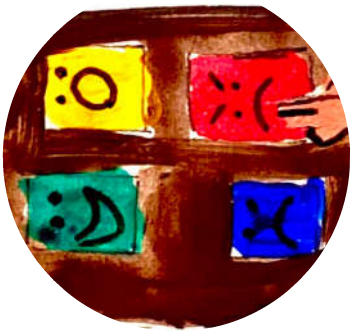
عروسک‌های انگشتی خانواده

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۸ سال می‌باشد. در ابتدا از ۲ عروسک انگشـــتی استفاده کنید (عروسک مادر با فرزند دختر یا پســـر، عروسک پدر با فرزند دختر یا پســـر. برای عروسک دختر یا پســـر یک اسم انتخاب کنید، بهتر است اسم خود کودک باشد. حالا می‌توانید با کودکتان شروع به بازی کردن کنید. به این صورت که عروسک انگشتی مادر را روی انگشت سبابه دست راست و عروسک انگشـتی کودک را روی انگشـــت سبابه دست چپ بگذارید. روبه‌رو و هم سطح او قرار بگیرید و از زبان عروسک‌ها شروع به صحبت کردن کنید. به‌طور مثال عروسک مادر به سمت عروسک کودک می‌رود و می‌گوید امروز خوشحالم و در همین حین شروع به خندیدن، رقصیدن، دست زدن و تکان دادن دست‌هایش کند؛ و سپس از عروسک کودک بخواهد همین کارها را انجام دهد. در مرحله بعدی عروسک انگشـتی دختر یا پسـر را به انگشـت کودکتان بگذارید و از او بخواهید تا او نیز خوشحالی کند و آن حالت‌ها را نشـان دهد. مادر دراین‌بین می‌تواند با عروسک مادر به او کمک کند.

حالا نوبت هیجان دیگری است که به کودک نشان دهید، این بار می‌توانید ترس را با او کارکنید، ابتدا این هیجان را خودتان با عروسک مادر نشان دهید، سپس از کودک بخواهید آن کار را بر روی عروسک کودک روی انگشت خود انجام دهد. در مراحل دیگر بازی شما یک هیجان را انجام می‌دهید و کودک باید نام آن را بگوید، مرحله سـخت‌تر بازی می‌تواند به این صـورت باشـد که شـــما نام یک هیجان را می‌گویید و کودک باید آن را انجام دهد. حتماً این نکته را به یاد داشته باشید که بعد از انجام درست هر هیجان یا گفتن صحیح آن او را تشویق کنید.





۱۴.اگه مثل این‌رو پیدا کردی!

اهداف:

شناسایی هیجانات و احساسات به صورت درست

ابزار موردنیاز:

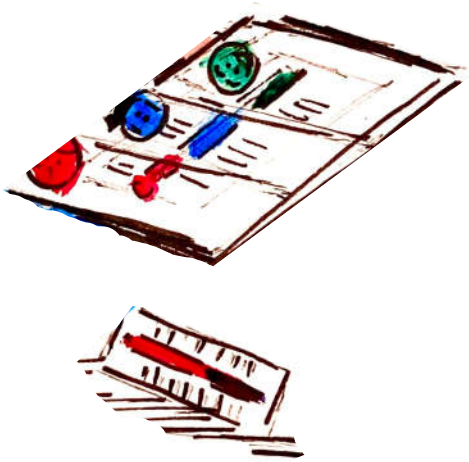
کارت‌های نشان‌دهنده احساس و هیجان

یا صورتک‌های هیجانی که در بازی شماره ۶ ساخته‌اید

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۸ سال می‌باشد. از هر کارت هیجان یا صورتک‌های هیجانی که ساخته‌اید، دو تا داشته باشید. با کودک پشت یک میز بنشینید و با شور و هیجان به او بگویید که کارت یا صورتک مربوط به یک هیجان را به او نشان می‌دهید و او باید از بین کارت‌های موجود روی میز مشابه آن هیجان را پیدا کند و به شما بدهد. حین بالا آوردن هر کارت اسم آن هیجان را هم بگویید و وقتی کودک شما کارت درست را به شما داد، مجدد با گفتن اسم آن هیجان و تشویق مناسب به سراغ هیجان بعدی بروید. سعی کنید در مراحل اولیه بازی، تعداد کارت‌هایی که روی میز قرار می‌دهید کم باشد یعنی ابتدا از ۲ کارت شروع کنید و بعد تعداد آن را بالا ببرید. برای مراحل بعدی بازی، می‌توانید بعد از نشان دادن کارت درست، همان هیجان را کودک تقلید کند و انجام دهد. توجه کنید که برای هر بار پشت میز نشستن و بازی کردن ۱ الی ۲ کارت را با او تمرین کنید و بعد به سراغ فعالیت دیگری بروید. این کار منجر به کاهش خستگی کودک و افزایش مشارکت او می‌شود.





۱۵.دماسنج

اهداف:

آشنایی با هیجان‌ها

تشخیص هیجان‌های مختلف

ابزار موردنیاز:

دماسنج بزرگ

برگه A4

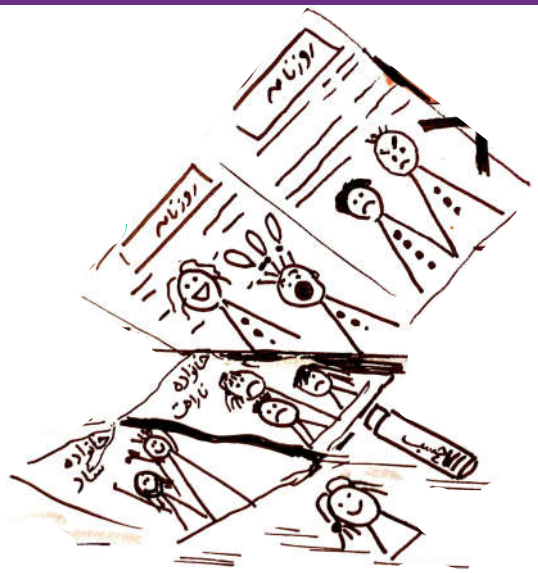
وسایل برای طراحی (مداد یا خودکار یا ماژیک)

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۸ سال می‌باشد. ابتدا یک دماسنج را به کودک نشـان دهید سپس روند تغییر دما و چگونگی بالا و پایین رفتن آن را بر روی دماسنج به کودک نشـــان دهید و توضیح دهید که در محیط گرم ماده قرمزرنگ بالا می‌رود و وقتی دما کاهش پیدا می کند و محیط سرد می‌شود، ماده قرمزرنگ پایین می‌آید. در این فعالیت خواندن دما اصلاً مهم نیســـــــــت و فقط بالا و پایین رفتن آن در حالت‌های مختلف مهم است. برای رعایت نکات ایمنی دماسنجی تهیه کنید که مقاوم به ضربه و شکســـــــته شدن باشد؛ زیرا جیوه ماده خطرناکی اسـت که می‌تواند سـلامت کودک را تهدید کند. یا اگر کودک شـــما همه‌چیز را به دهان می‌برد و گاز می‌گیرد، این بازی را انجام ندهید.

بعدازاین مرحله، دماسنج را برای کودک به هیجان های (عصبانیت و آرامش) تبدیل کنید، به این صورت که درجه بالا دماسنج یعنی زمانی که او به‌هم‌ریخته و در حال گریه و پرخاشگری است. زمانی که دماسنج دمای پایین را نشان می‌دهد یعنی او در وضعیت آرام بدون قشـقرق و پرخاشگری است. بعد از توضیح تمام نکات به‌صورت تصـویری و با زبانی ساده و قابل‌فهم، برای بازی با کودک می‌توانید دماسنجی را روی برگه کاغذ بکشـــید و آن را به سه رنگ قرمز، زرد و سبز به ترتیب از بالا به پایین تقســـیم و رنگ‌آمیزی کنید. در زمان‌های مختلف از این دماسنج استفاده کنید و هر زمان که کودک در حالت عصـــبانیت و خشـــم قرار گرفت بگویید تو الان عصـــبانی شده‌ای! این بازی را بارها با کودک تکرار کنید و هنگامی‌که در حالت قرمز و بالای دماسنج قرار دارد به او بگویید که به سـمت سـبز حرکت کند تا آرام شـود. همچنین شـما نیز می‌توانید به او در این مرحله کمک کنید تا زودتر به سـمت پایین دماسـنج حرکت کند. ایجاد شـباهت با دماســـنج واقعی خیلی می‌تواند برای کودک خوشایند باشد.





۱۶.احساسات را جمع کن!

اهداف:

تشخیص احساسات در چهره‌های مختلف

ابزار موردنیاز:

هر نوع روزنامه و مجله

قیچی مناسب کودک

چسب ماتیکی

دفتر

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۹ سال می‌باشد. هر نوع روزنامه قدیمی و مجله‌های مختلف که تصاویر افراد (کودک، پیرمرد/ پیرزن، مادر، پدر و ...) در آن موجود است را بیاورید. آن را بین خودتان و کودک قرار دهید. از او بخواهید از صفحه اول آن روزنامه یا مجله شروع کند و هرچه تصویر آدم و فرد می‌بیند، با قیچی تصاویر آن ها را دربیاورد. در حین پیدا کردن تصاویر، وقتی به یک آدم می‌رسید متناسب با چهره تصاویر، با هیجان بگویید (بابای خوشحال)، (دختر ناراحت) و بعد به او بگویید (بیا دختر بابا رو ببریم پیش دوستای خوشحالش، یا ناراحتش) و حالا از او بخواهید که تصویر را جدا کند. وقتی تعداد افراد جداشده زیاد شدند، آن‌هایی که یک هیجان را نشان می‌دهند را در یک دسته مشخص قرار دهید و بگویید (خانواده خوشحال)، (خانواده ترسیده)، حالا هر گروه از هیجان را در یک برگه یا دوبرگه دفتر کنار هم بچسبانید و بزرگ بالای آن بنویسد خوشحال، ترسیده، ناراحت و... همچنین می‌توانید بالای هر گروه صورتک مربوط به آن را نیز بکشید.

در هنگام انجام این بازی، هیچگاه کودک را با وسایل تنها نگذارید، همچنین برای استفاده از چسب مواظب باشید که چسب را به‌صورت خود نزند و یا نخورد.





۱۷.هیجان‌هارو به هم وصل کن!

اهداف:

آشنایی با هیجان‌ها و احساسات

تفاوت قائل شدن بین هیجان‌ها

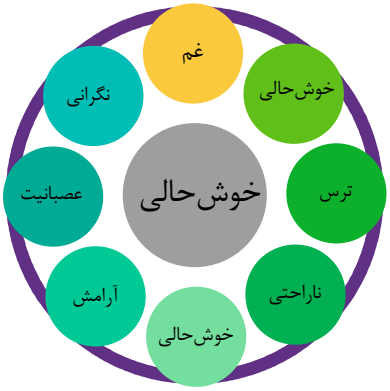
ابزار موردنیاز:

دفترنقاشی

مدادرنگی

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۹ سال می‌باشد. هر برگ دفتر نقاشی را به‌صورت رسم یک خط عمودی به دونیمه تقسیم کنید. در هر دونیمه سمت راست و چپ، به‌صورت زیر شکلک‌ها را بکشید.



پسر خوشحال	پسر آرام
دختر ترسو	پسر متعجب
پسر غمگین	دختر خوشحال
دختر نگران	دختر ناراحت
پسر عصبی	پسر ترسو
دختر آرام	دختر عصبی
پسر ناراحت	دختر غمگین
دختر متعجب	پسر نگران

سپس از او بخواهید که حالت مشابه هر هیجان را در ستون مقابل پیداکرده و به آن وصل کند. همین ترتیب را می‌توانید برای شخصیت‌های دیگر (مادر/ پدر، مادربزرگ / پدربزرگ) انجام دهید. همچنین برای ایجاد تنوع در بازی می‌توانید یک هیجان را در وسط کاغذ بکشید و هیجان‌های مختلف به همراه هیجان انتخاب‌شده در اطراف باشند و از کودک بخواهید از بین هیجان‌های مختلف، آن هایی که شبیه به هیجان کشیده شده در وسط می باشد، به یکدیگر وصل کند. این کار را برای تک‌تک هیجان‌ها انجام دهید. علاوه بر تصاویر اسم هر هیجان را زیر عکس مربوطه بنویسید.





۱۸.حیوانات هیجانی

اهداف:

آشنایی با هیجان‌ها

ابراز درست هر هیجان

تشخیص درست هیجان‌ها

ابزار موردنیاز:

حیوانات اسباب‌بازی (شیر، موش، خرگوش، اسب، میمون، گوسفند، مار و...)

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۹ سال می‌باشد. بهتر است این فعالیت را بعد از گذشت یک بازه زمانی از بازی‌های قبلی، شروع کنید. برای شروع بازی حیواناتی را انتخاب کنید که موردعلاقه کودک است، سپس از کودک بخواهید که برای هر حیوان یک اسم انتخاب کند. در همین حین متناسب با چهره هر حیوان می‌توانید هیجان‌ها را نیز آموزش دهید. به‌طور مثال از حالت صورت شیر می‌توانید برای آموزش هیجان عصبانیت و خشم و از حالت صورت میمون برای آموزش هیجان شادی و خوشحالی استفاده کنید. بر این اساس همراه با تن صدا، حالت صورت مربوط به هر هیجان را به کودک خود یاد دهید و برای اینکه کودک بتواند آن را یاد بگیرید، به او بگویید که حالت هیجانی آن حیوان را نیز انجام دهد و با او دوست شود.





۱۹.هیجان‌هارو بگرد و پیداکن!

اهداف:

آشنایی با هیجان ها و ابراز درست آن‌ها

ابزار موردنیاز:

صورتک‌های طراحی شده در بازی شماره۶

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۹ سال می‌باشد. صورتک‌ها را به‌صورت پراکنده به دیوار، کمد، در اتاق، لبه تخت و جاهای مختلف بچسبانید به‌طوری‌که به‌راحتی جدا شود. سپس با کودک در وسط پذیرایی بایستید و از او بخواهید که هر هیجانی که نام آن را می‌گویید پیدا کند و برای شما بیاورد. (به‌طور مثال هیجان شادی). وقتی آن را پیدا کرد و به شما داد، به مدت ۱۰ ثانیه آن هیجان را اجرا کند، سپس او را تشویق کنید. تشویق‌ها می‌تواند به‌صورت کلامی یا یک خوراکی باشد. این بازی را با تمام صورتک‌ها (هیجان‌های مختلف) با یکدیگر انجام دهید و در آخر باذوق و هیجان کودک را تشویق کنید. برای مراحل بعدی بازی می‌توانید آن را به‌صورت رقابتی انجام نیز دهید. همچنین می‌توانید آن را به‌صورت گروهی انجام دهید به این صورت که شما داور شوید و از پدر، برادر و یا خواهر او بخواهید که باهم مسابقه دهند و هرکس که برنده شود جایزه می‌گیرد.

برای نصب صورتک‌ها به موارد زیر توجه داشته باشید:

در ارتفاع بالا روی دیوار یا وسایل نصب نشود بلکه هم قد کودک باشد.

روی وسایلی بچسبانید که امکان افتادن آن وسیله روی کودک نباشد.

به‌گونه‌ای بچسبانید که کودک برای کندن آن به مشکل برنخورد.





۲۰.چی‌بود؟چی‌بود؟کدوم بود؟!

اهداف:

شناسایی درست هیجان‌ها

آشنایی با نام هر هیجان

ابزار موردنیاز:

ماژیک وایت برد یا رنگ انگشتی

آینه بزرگ

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۹ سال می‌باشد. این بازی را می‌توانید بعد از گذشت چند ماه از انجام بازی‌های قبلی با کودک، انجام دهید و بیشتر برای کودکان خفیف مناسب می‌باشد.

برای انجام این بازی از کودک بخواهید رو به آینه یا تخته بنشیند، شما هم پشت سر او روی زمین بنشینید. با دست خود به‌آرامی شکل یک هیجان را روی کمر و پشت او بکشید (کشیدن حالت دهان و چشم‌ها و ابرو کافی است). از کودک بخواهید آن چیزی را که شما می‌کشید را او روی تخته یا آینه با ماژیک وایت برد یا رنگ انگشتی بکشد (اگر تخته و آینه شما این قابلیت را ندارد، چندین برگه نقاشی را پشت‌هم روی دیوار بچسبانید). بهتر است این بازی را برای اولین بار آرام انجام دهید و برای هر جزئی که می‌کشید، به او زمان بدهید که او همان جز را بکشد، بعد سراغ جز بعدی صورت بروید. وقتی‌که کودک درست کشید از او بخواهید اسم هیجان را بگوید و خودش در آینه نیز انجام دهد. این فعالیت را می‌توانید با دیگر هیجان‌ها انجام دهید. در مراحل بعدی جایتان را با یکدیگر عوض کنید، به این صورت که او پشت شما یک هیجان را بکشد و شما روی آینه یا تخته بکشید و می‌توانید مراحل را سخت‌تر کنید به این صورت که بجای کشیدن تمام اجزای صورت تنها دو جز آن (چشم و ابرو) را بکشید و از کودک بخواهید حدس بزند متناسب با چشم و ابرو کشیده شده، حالا هیجانی آن صورت چیست و تصویر را کامل کند. با افزایش سرعت کشیدن، می‌توانید هیجان بازی را بیشتر کنید.

توجه داشته باشید که آینه و تخته به‌درستی روی زمین و یا دیوار محکم و ثابت‌شده باشد تا از افتادن و لیز خوردن آینه و تخته جلوگیری کنید. بهتر است این بازی را به‌صورت نشستنی انجام دهید.



منابع:

- مور، جولیا. (۲۰۰۸). **بازی، خنده، یادگیری** ترجمه: سینا توکلی، کیانا تقی خان و مریم ابراهیمی کیا. (۱۳۹۵). تهران، انتشارات انسان
- دلانی، تارا. (۲۰۰۹). ۱۰۱ **بازی و فعالیت ویژه کودکان با طیف اختلالات اتیسم**. ترجمه: نرکس محمودی (۱۳۹۵). تهران، انتشارات بعثت.
- لارکی، سو (۲۰۰۷). **تمرین های یکپارچگی حسی کاربردی**. ترجمه: صدیقه فراهانی. (۱۳۹۷). تهران، نشر بعثت.
- مک کلاناهان، لین، کرانتز، پاتریشا. (۲۰۰۵). **آموزش مکالمه به کودکان اتیستیک**. ترجمه: عسل مروارید. زهره کرمی. (۱۳۹۴). تهران، نشر دانژه

