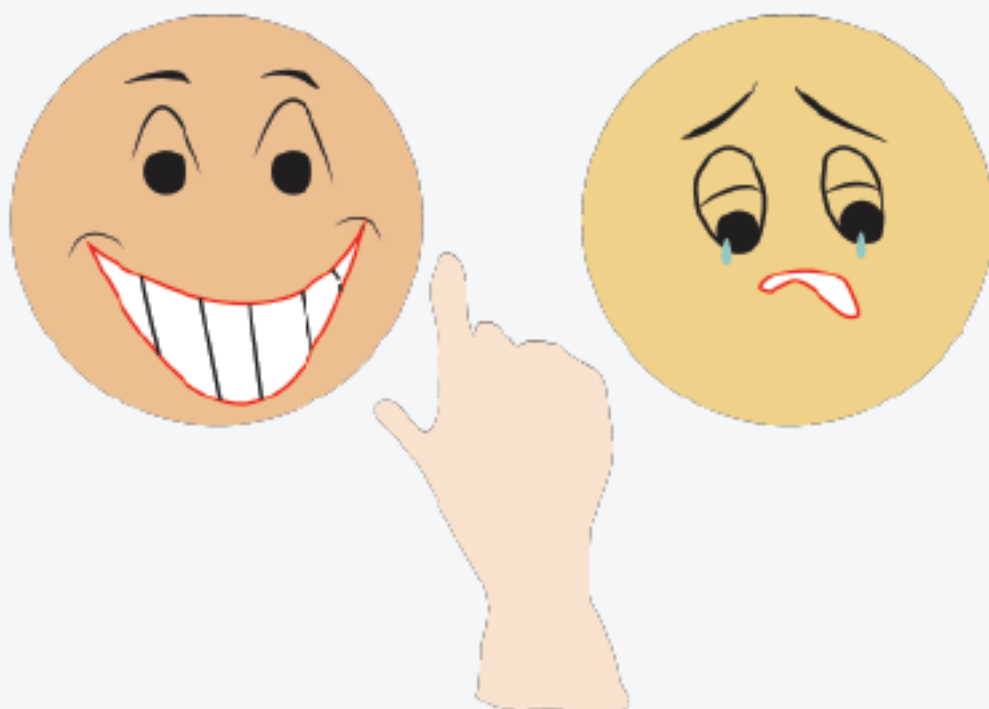




Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

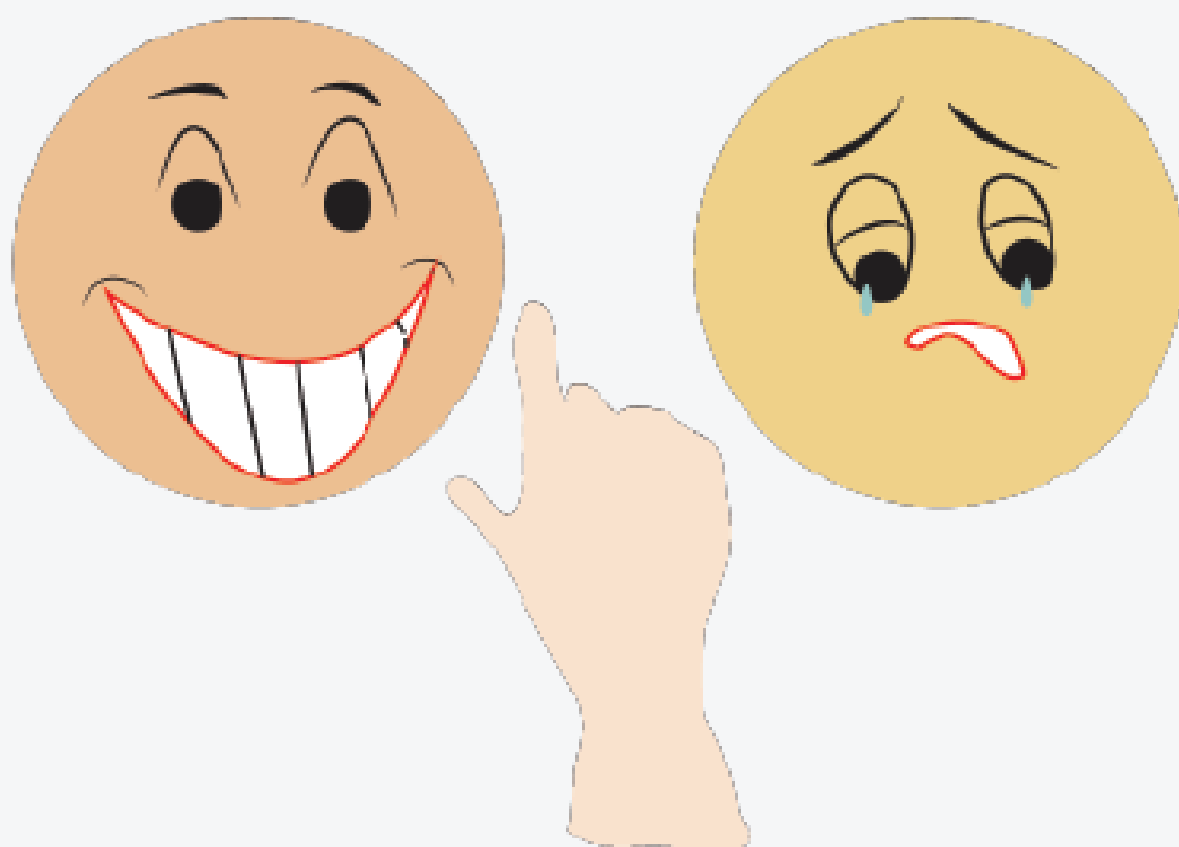


Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



emotions

ΒΙΒΛΙΟ ΟΔΗΓΙΩΝ



emotions

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Ιστορία

Τα εγγόνια, ζητάνε από τους παππούδες τους να διηγηθούν στιγμές από τη ζωή τους όπου έζησαν δυνατά συναισθήματα.

Παίκτες: 2-6

Ηλικία: 4-109

Διάρκεια: 10-30 λεπτά

Κεντρικός στόχος

Στο παιχνίδι οι παίκτες προσπαθούν να αναγνωρίσουν ήχους συναισθημάτων και να αφηγηθούν σχετικές ιστορίες από τη ζωή τους.

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Περιεχόμενα

18 κάρτες συναισθημάτων χωρισμένες σε 3 κατηγορίες

- 1η κατηγορία: 6 κάρτες συναισθήματος με το πρόσωπο ενός άντρα
- 2η κατηγορία: 6 κάρτες συναισθήματος με το πρόσωπο μιας γυναίκας
- 3η κατηγορία: 6 κάρτες συναισθήματος με πρόσωπο ενός καρτούν
- Την εφαρμογή για κινητό/ταμπλετ (emotions)

Σε κάθε κατηγορία υπάρχουν 6 κάρτες και σε κάθε κάρτα υπάρχει ένα πρόσωπο στο οποίο φαίνεται κάποιο συναίσθημα.



ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Υπάρχουν οι αντίστοιχες κάρτες και στο κινητό όπου αν πατήσεις σε κάθε μία ακούγεται ένας ήχος σχετικός με το συναίσθημα που επιλέχθηκαν. Κάθε εικόνα έχει διαφορετικούς ήχους σχετικούς με το συναίσθημα. Η εφαρμογή επιλέγει έναν ήχο από αυτούς τυχαία.



ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Στήσιμο παιχνιδιού

Επιλέξτε μία κατηγορία με 6 διαφορετικά συναισθήματα (άντρας, γυναίκα, καρτούν) και άπλωσε τις 6 αυτές κάρτες ανοιχτές στο τραπέζι έτσι ώστε όλοι οι παίκτες να μπορούν να τις δουν.

Μετά, ρυθμίστε την εφαρμογή , με την αντίστοιχη κατηγορία με εκείνη που έχουν και οι κάρτες στο τραπέζι και δώσε το κινητό/τάμπλετ στον παίκτη που θέλει να ξεκινήσει το παιχνίδι.

Ο παίκτης εκείνος επιλέγει από την αρχική οθόνη το κουμπί “παίξε” και το παιχνίδι ξεκινάει.

Βασικό παιχνίδι (μέτρια δυσκολία)

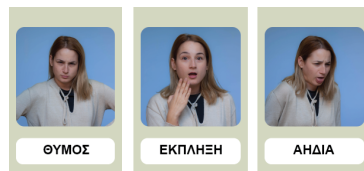
Βήμα 1

Ο πρώτος παίκτης παίρνει το κινητό/τάμπλετ και επιλέγει μία εικόνα. Πατάει πάνω της για να ακούσουν όλοι οι παίκτες τον ήχο από το συναίσθημα.



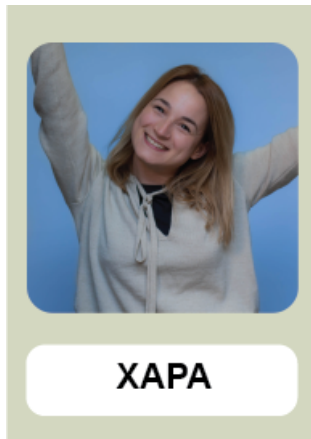
Βήμα 2

Οι άλλοι παίκτες με τη σειρά λένε ένας ένας ποιά κάρτα συναισθήματος θεωρούν ότι αντιστοιχεί με τον ήχο που άκουσαν ή την δείχνουν την αντίστοιχη κάρτα από αυτές που είναι στο τραπέζι.



ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Βασικό παιχνίδι (μέτρια δυσκολία)

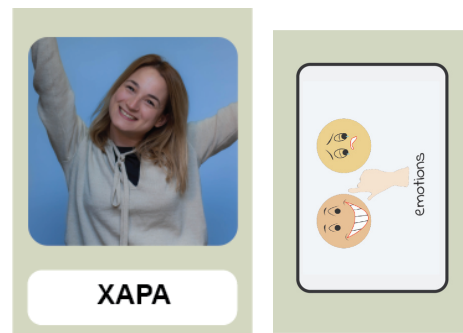
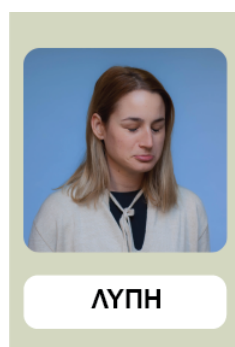


Βήμα 3

Μετά ο παίκτης που έχει το κινητό/τάμπλετ δείχνει την σωστή κάρτα στην οποία αντιστοιχεί ο ήχος. Στη συνέχεια, όσοι αναγνώρισαν σωστά τον ήχο λένε μία ιστορία σχετική με αυτό το συναίσθημα. Πριν ξεκινήσουν οι ιστορίες ο παίκτης πατάει το κουμπί με τη μουσική ώστε να υπάρχει μία μελωδία κατά τη διάρκεια της αφήγησης. Εκείνοι που επέλεξαν λάθος δεν αφηγούνται κάποια ιστορία σε αυτό το γύρο.

Βήμα 4

Αφού λοιπόν έχουν ακουστεί όλες οι ιστορίες, όλοι οι παίκτες με τη σειρά ψηφίζουν την πιο όμορφη κατά τη γνώμη τους ιστορία. Ο παίκτης που έχει τις περισσότερες ψήφους κερδίζει και την κάρτα συναισθήματος.

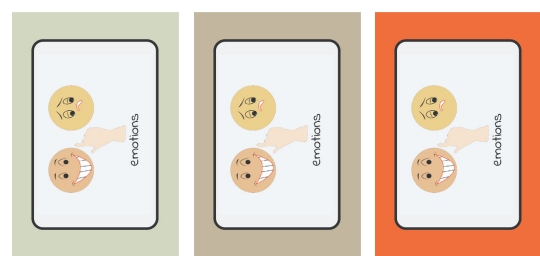


Βήμα 5

Στη συνέχεια, ο παίκτης που βρίσκεται αριστερά από τον προηγούμενο παίκτη παίρνει το κινητό/τάμπλετ και επιλέγει μία άλλη εικόνα συναισθήματος. Πατάει πάνω της για να ακουστεί ο ήχος και το παιχνίδι συνεχίζεται με τον ίδιο τρόπο.

Βήμα 6

Όταν όλες οι κάρτες μοιραστούν στους παίκτες το παιχνίδι τελειώνει και ο παίκτης με τις περισσότερες κάρτες είναι ο νικητής. Μπορούν όμως οι παίκτες αν θέλουν να προσθέσουν τις κάρτες μιας άλλης κατηγορίας (άντρας, γυναίκα καρτούν) και να συνεχίσουν το παιχνίδι μέχρι να εξαντληθούν κι εκείνες.

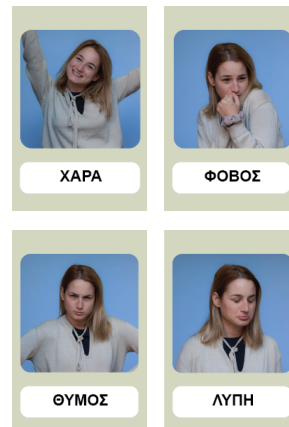


ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Εύκολο

Αυτό το επίπεδο συνιστάται σε άτομα με σοβαρή ή μέση άνοια. Το εύκολο επίπεδο περιέχει μόνο τα 4 βασικά συναισθήματα (χαρά, φόβος, θυμός, λύπη). Έτσι, κατά τη διάρκεια του στησίματος του παιχνιδιού, πρέπει να βγουν από το παιχνίδι οι 2 κάρτες συναισθήματος (έκπληξη και αηδία) και να επιλέξετε από τις "ρυθμίσεις" της εφαρμογής το εύκολο επίπεδο.

Ο τρόπος που παίζεται είναι ίδιος με το βασικό παιχνίδι.



Δύσκολο

Αυτή η εκδοχή συνιστάται για άτομα με μεσαία γνωστική εξασθένηση που θέλουν να ασκήσουν τις γνωστικές, επικοινωνιακές και άλλες δεξιότητές τους.

Η διαφορά σε αυτή την εκδοχή είναι ότι οι παίκτες δεν χρησιμοποιούν το κινητό/τάμπλετ. Ο πρώτος παίκτης προσπαθεί να μιμηθεί με το πρόσωπο και το σώμα του καθώς και τη φωνή, ένα συναίσθημα, ενώ οι άλλοι παίκτες προσπαθούν να επιλέξουν το σωστό συναίσθημα.

Στη συνέχεια, το παιχνίδι συνεχίζεται με την αφήγηση (όπως στη βασική εκδοχή)

Άλλοι τρόποι παιχνιδιού

Πιο εύκολο

Αυτή η εκδοχή είναι παρόμοια με την βασική με την διαφορά όμως ότι στο βήμα 3 λένε όλοι μία σχετική ιστορία με το συναίσθημα και όχι μόνο εκείνοι που το αναγνωρίσαν.

Πιο εύκολο

Σε αυτή την εκδοχή συνιστάται κάποιος περιθάλποντας να αναλάβει το ρόλο του διαμεσολαβητή. Ο διαμεσολαβητής μπορεί να προσπαθήσει να μιμηθεί με το πρόσωπο, το σώμα και τη φωνή του το συναίσθημα και να το παρουσιάσει έτσι έως ότου το καταλάβουν οι παίκτες.

Πιο δύσκολο

Στο δύσκολο επίπεδο, οι παίκτες μπορούν να προσθέσουν άλλα συναισθήματα, όπως αίσθημα αμηχανίας, περιέργιας, περηφάνιας, σύγχυσης, ενόχης κ.λπ.

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Στάδια άνοιας και επίπεδα παιχνιδιού:

- Στα σοβαρά και μεσαία στάδια άνοιας συνιστώνται οι εύκολες εκδοχές.
- Σε πρώιμα στάδια άνοιας συνιστώνται οι δύσκολες εκδοχές.
- Σε ήπια γνωστική εξασθένηση συνιστώνται οι πολύ δύσκολες εκδοχές.
- Κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων των διαγενεακών παιχνιδιών συνιστάται ένας συνδυασμός εύκολου, μεσαίου και δύσκολου επιπέδου ανάλογα με τις δεξιότητες κάθε παίκτη.

Οφέλη για άτομα με άνοια

Το παιχνίδι επηρεάζει τις ακόλουθες γνωστικές δεξιότητες:

- Μνήμη
- Παρατήρηση
- Προσοχή
- Συγκέντρωση
- Εκτελεστικές λειτουργίες και αντίληψη

Οι παίκτες με άνοια που συμμετέχουν στα παιχνίδια ωφελούνται επίσης στη συναισθηματική τους κατάσταση:

- Αίσθηση βελτιωμένης διάθεσης
- Ικανοποίηση
- Αίσθημα επιτυχίας
- Μείωση της πλήξης
- Αυτοπεποίθηση
- Αυτοεκτίμηση
- Αίσθηση του ανήκειν

Δεδομένου ότι είναι ένα παιχνίδι συνεργασίας, περιλαμβάνει επίσης πολλές κοινωνικές δεξιότητες όπως:

- Κοινωνικοποίηση
- Επικοινωνία
- Ομαδικότητα
- Συνεργασία
- Επαφή με νέους (ανάλογα με τους συμπαίκτες)
- Κοινωνική αλληλεπίδραση

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Απόλαυση της πρόκλησης

Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, και ειδικά αν σε αυτό συμμετέχουν παίκτες διαφορετικών ηλικιών, οι νεότεροι παίκτες προτείνεται να ενθαρρύνουν το διάλογο και τη συζήτηση με τα άτομα με άνοια ώστε να ανακαλούν μνήμες και ιστορίες από την ζωή τους.

Με αυτόν τον τρόπο το παιχνίδι γίνεται μια διαγενεακή δραστηριότητα που ενδέχεται μακροπρόθεσμα να ωφελήσει τα άτομα με άνοια και σε συμπεριφορικό επίπεδο αλλά και να μειώσει το αίσθημα της μοναξιάς που μπορεί να βιώνουν.

Ο κύριος στόχος αυτού του παιχνιδιού, καθώς και όλων των παιχνιδιών που αναπτύχθηκαν στο πλαίσιο αυτού του έργου είναι να λειτουργήσει ως εναλλακτική μέθοδος παρέμβασης στα νοητικά και συμπεριφορικά συμπτώματα των ατόμων με άνοια με ευχάριστο και παιγνιώδη τρόπο. Επίσης, τα παιχνίδια μπορούν να αποτελέσουν μια δραστηριότητα ένταξης, ευαισθητοποιώντας σχετικά με την άνοια και μειώνοντας το στίγμα και τον κοινωνικό αποκλεισμό των ατόμων με άνοια.

Εάν επιθυμείτε να μάθετε περισσότερα για το έργο επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας: <https://projectbridge.eu/>

Το έργο Bridge συγχρηματοδοτείται
από το πρόγραμμα Erasmus +
Αριθμός έργου: Bridge 2018-1-EL01-KA204-047892



UNIVERSITY OF
WESTERN MACEDONIA

