



# سبک زندگی را بازی کن!

## الگویی برای بازی وارسازی آموزش مهارت‌های اجتماعی

ندا سهرابی  
آموزگار چندپایه‌ی استان کرمانشاه

### ۱. بازی نقش‌آفرینی و حل مسئله

**هدف:** تمرین مهارت‌های ارتباطی، حل تعارض، تفکر انتقادی و همدلی.  
**شرح:** وضعیت‌های گوناگون اجتماعی را با کارت‌های تصویر یا داستان‌های کوتاه ارائه دهید؛ مثلاً دوستت در جشن تولد تو را نادیده می‌گیرد، در صف نوبت خرید خوراکی یکی از هم‌کلاسی‌هایت نوبت تو را نادیده می‌گیرد، یک نفر وسایل تو را بدون اجازه برداشته است، در گروه کاری، کسی وظیفه خود را درست و به‌موقع انجام نمی‌دهد.

برای طراحی یک بازی آموزشی جذاب، به‌منظور آموزش سبک زندگی به دانش‌آموزان ابتدایی، نخست باید ببینیم چه جنبه‌هایی از سبک زندگی را می‌خواهیم پوشش دهیم؛ مثلاً می‌خواهیم به تغذیه سالم توجه کنیم یا فعالیت بدنی؟ مدیریت زمان بیشتر مورد توجه ماست یا مهارت‌های اجتماعی؟ می‌خواهیم توانایی حل مسئله در زندگی را تقویت کنیم یا آموزش روابط سالم را هدف بازی قرار دهیم؟ البته بازی‌هایی که ترکیبی از این موضوعات را در خود به همراه داشته باشند، قطعاً بسیار خاص و سودمند هستند.

### ۲. بازی تشخیص حالت چهره و حل مسئله

**هدف:** تشخیص زبان بدن و حالات چهره و درک ضمنی پیام‌ها.  
**شرح:** عکس‌ها یا فیلم‌هایی از حالت‌های متفاوت چهره و زبان بدن را به دانش‌آموزان نشان دهید.

**روش بازی:** دانش‌آموزان باید حدس بزنند که فرد در تصویر یا فیلم چه احساسی دارد و چه پیامی می‌خواهد منتقل کند.  
**موارد قابل توجه:** این بازی به دانش‌آموزان

**روش بازی:** دانش‌آموزان به‌صورت گروهی یا تک‌به‌تک نقش‌ها را ایفا می‌کنند و راه‌حل‌های گوناگون را برای حل مسئله پیشنهاد می‌دهند. مربی نقش راهنما و هدایتگر را ایفا می‌کند و به دانش‌آموزان یاری می‌رساند تا راه‌حل‌های سازنده و مؤثری پیدا کنند.

**موارد قابل توجه:** در این بازی، به دانش‌آموزان تأکید کنید که به احساسات خود و دیگران توجه کنند و به جای قضاوت، راه‌حل‌های متعددی را بررسی کنند و از زبان بدن و کلام مناسب برای برقراری ارتباط بهره ببرند.

در بازی‌هایی که تاکنون طراحی و اجرا کرده‌ام، بیشتر آموزش مهارت‌های اجتماعی را مدنظر داشته‌ام. برای آموزش مهارت‌های اجتماعی به دانش‌آموزان باید از بازی‌های تعاملی و جذاب استفاده کنیم. ناگفته نماند با توجه به اینکه دانش‌آموزان من در پایه‌ی دوم ابتدایی تحصیل می‌کنند، بازی‌هایی که برای آن‌ها طراحی کرده‌ام و در ادامه بیان می‌شوند، تقریباً متناسب با رده‌ی سنی و درک و فهم این گروه سنی است.



نظرات خود را بیان کنند.  
با دانش‌آموزان به‌صورت گروهی و انفرادی کار کنید.  
از تشویق و پاداش‌های مناسب استفاده کنید.  
به دانش‌آموزان اجازه دهید تا اشتباه کنند و از اشتباهات درس بگیرند.  
بازی‌ها را باید با توجه به سن و سطح درک دانش‌آموزان طراحی کنید.  
آنچه بیان شد، فقط چند ایده اولیه هستند. شما می‌توانید با توجه به شرایط و نیازهای دانش‌آموزان، بازی‌ها را تغییر و گسترش دهید.

مناسب را برای حل این چالش‌ها ارائه و عواقب احتمالی هر یک از آن راه‌حل‌ها را پیش‌بینی کنید.  
**موارد قابل توجه:** این بازی به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا درک عمیق‌تری از رفتارهای گوناگون و عواقب آن‌ها داشته باشند.

**نکات مهم برای اجرای بازی‌ها**  
بازی‌ها را سرگرم‌کننده و جذاب طراحی کنید.  
نقش راهنما و هدایتگر را داشته باشید.  
به دانش‌آموزان فرصت دهید تا ایده‌ها و

کمک می‌کند تا زبان بدن و حالات چهره را بهتر بشناسند و درک بهتری از ارتباطات غیرکلامی داشته باشند.

### ۳. بازی چالش‌های اجتماعی

**هدف:** آموزش حل چالش‌های اجتماعی و پیش‌بینی عواقب کارها.  
**شرح:** موضوع‌های چالش‌برانگیز مانند دعوا، حسادت یا رفتارهای نامناسب را به‌صورت داستان یا بازی شبیه‌سازی کنید.  
**روش بازی:** دانش‌آموزان باید راه‌حل‌های