



NONVIOLENT COMMUNICATION GAMES PACKAGE - GREEK VERSION



The educational package created in 2021 during the project *Volunteering vs. Violence – let's turn theory into practice* financed by Erasmus+ Program and coordinated by One World Association – Service Civil International Poland.

It contains 5 games aimed to learn and practice *Nonviolent Communication* developed by Marshall Rosenberg. They have different degree of difficulty, starting from the easiest one for players with basic knowledge about the NVC method.

ΒΑΣΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΤΟΥ NVC

1 – NVC RHYTHM

2 – Η ΒΑΣΙΛΙΣΣΑ ΚΑΙ ΤΟ
ΔΙΚΑΣΤΗΡΙΟ

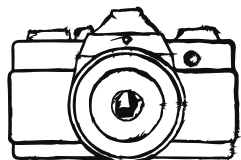
3 – ΤΟ ΚΡΥΦΟ ΤΣΑΚΑΛΙ

4 – THE KINGDOM

5 – JARAFFE

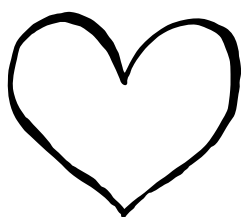
Βασικοί κανόνες του NVC

1. Παρατηρήσεις



Τί παρατηρώ (βλέπω, ακούω, θυμάμαι)?
Χωρίς χαρακτηρισμό, πείτε αυτό που θα
μπορούσε να έχει καταγράψει και ο φακός
της κάμερας
"Βλέπω.../Ακούω... "

2. Συναισθήματα



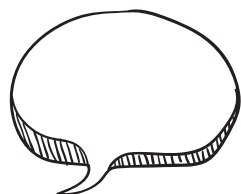
Πως αισθάνομαι (συναίσθημα ή αίσθηση
αντί για σκέψη) σε σχέση με αυτό που
παρατηρώ. Το συναίσθημα μπορείς να το
εκφράσεις με το σώμα σου , ενώ οι
σκέψεις είναι δύσκολο να τις εκδηλώσεις.
"Αισθάνομαι..."

3. Ανάγκες

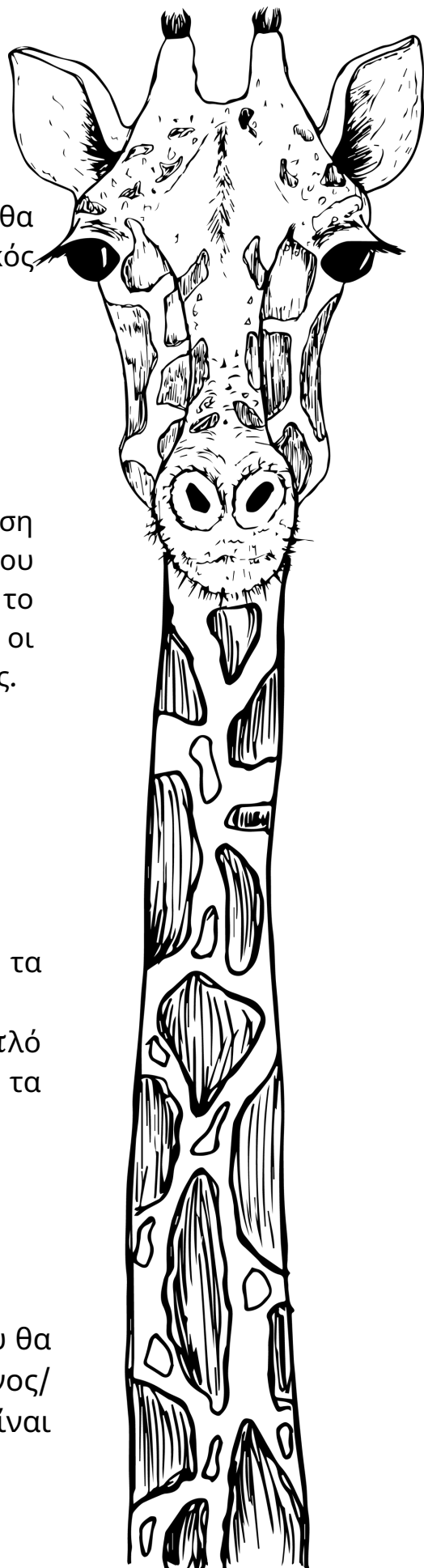


Αυτό που έχω ανάγκη προκαλεί τα
συναισθήματά μου.
Μπορείς να χρησιμοποιήσεις το ταμπλό
με τις ανάγκες για να σε βοηθήσει να τα
ορίσεις.
"... επειδή χρειάζομαι..."

4. Αιτήματα

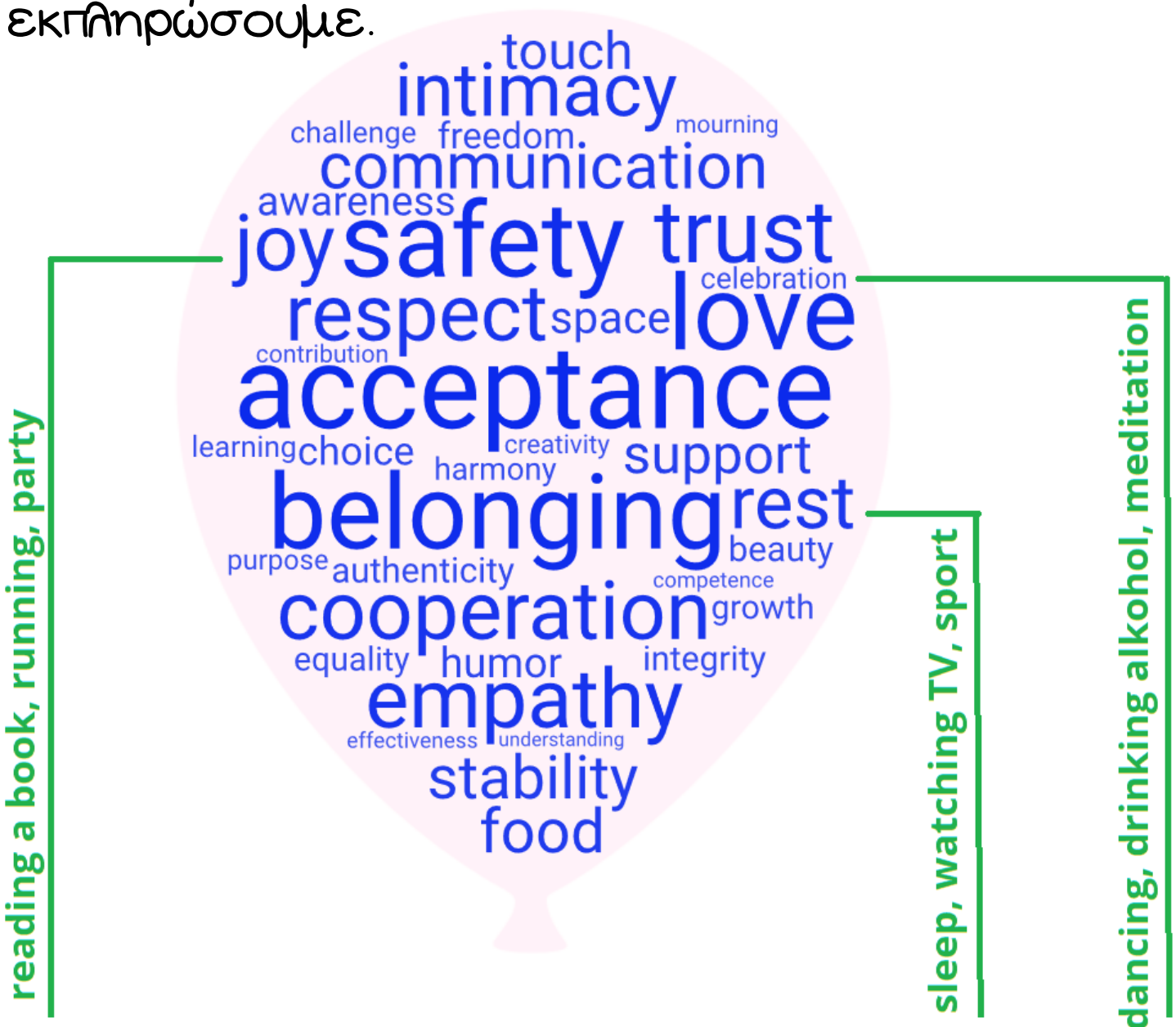


Τη συγκεκριμένη ενέργεια/ πράξη που θα
ήθελα να γίνει. Να είσαι προετοιμασμένος/
η/ο να ακούσεις "όχι", καθώς δεν είναι
απαίτηση.
"Θα ήσουν πρόθυμος να... ?"



Ανάγκες vs. Στρατηγικές

Οι ανάγκες είναι καθολικές για όλα τα άτομα. Οι στρατηγικές είναι ατομικές και εξαρτώνται από τη δημιουργικότητά μας. Μπορεί να υπάρχουν αμέτρητες στρατηγικές. Όταν εκφράζουμε τα αιτήματά μας, εκφράζουμε την ιδέα του πως να καλύψουμε την ανάγκη μας. Ωστόσο για μία ανάγκη μπορεί να υπάρχουν πολλοί τρόποι για να την εκπληρώσουμε.



ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ

Συναισθήματα



Δεσμευμένος/η/ο

Ευφορικός/η/ο, ευδαιμών/ον

Ευγνώμων

Ευτυχισμένος/η/ο

Ελπιδοφόρος/α/ο

Εμπνευσμένος/η/ο

Ενοχλημένος/η/ο

Θυμωμένος/η/ο

Μπερδεμένος/η/ο

Ανήσυχος/η/ο

Φοβισμένος/η/ο

Πόνος

Λύπη

Ένταση

Ανάγκες



Αυτονομία

Σύνδεση

Σημασία

Ηρεμία

Παιχνίδι

Μεγαλοπρέπεια

Συγκινημένος/η/ο

Αρμονία

Προοπτική

Αποδοχή

Πίστη

Εεκούραση

Φροντίδα

NVC RHYTHM



Έχετε κάρτες.8 κάρτες χαρακτηρίζονται ως EXB.Τοποθετήστε τες στο τραπέζι κάθετα(κρυφές).

Οι υπόλοιπες κάρτες ανακατεύονται και μοιράζονται στους παίκτες.

Ο νεότερος παίκτης ξεκινά το παιχνίδι και βάζει την πρώτη κάρτα πάνω στο τραπέζι (χωρίς να δει τι είδους κάρτα είναι).



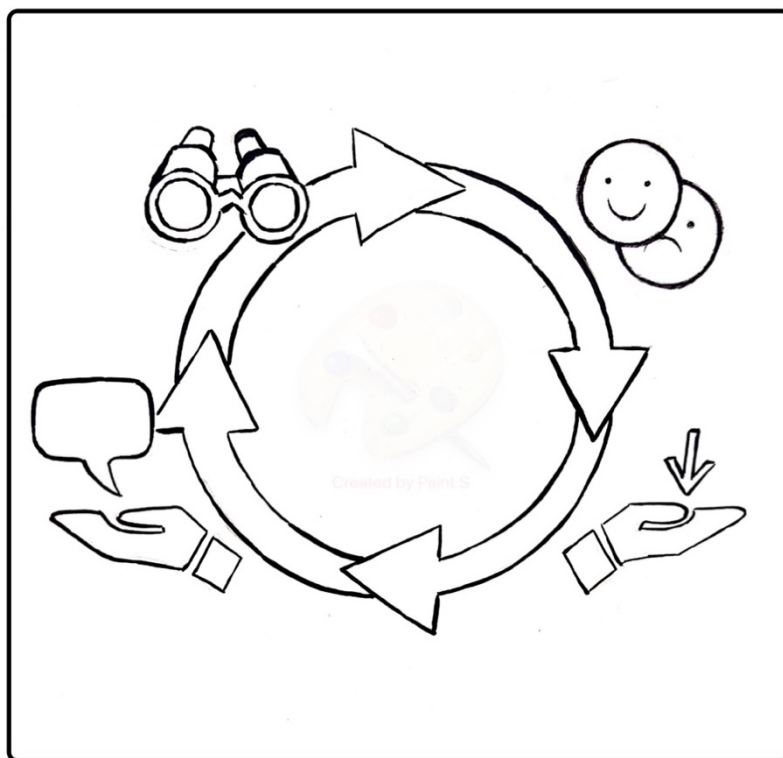
Οι κάρτες είναι σε 4 χρώματα: μαύρο , κόκκινο , μπλε και πράσινο και αυτή είναι η σειρά στην οποία πρέπει να τοποθετηθούν με οριζόντιο τρόπο δίπλα στις EXB κάρτες. Υπάρχουν 2 κενές κάρτες οι οποίες μπορεί να είναι οποιοδήποτε χρώμα (σαν κάρτα τζοκερ). Όταν δεν έχεις κάρτα να ξεκινήσεις ή να συνεχίσεις τη σειρά, αφαιρείς μια κάρτα από τη στοίβα σου και δεν θα μπορεί να χρησιμοποιηθεί στο παιχνίδι.



Όταν ένας παίκτης βάλει όλες τις κάρτες στη σειρά (4 κάρτες σε χρωματική σειρά) παίρνει αυτές τις 4 κάρτες και κρατάει την κάρτα που έχει συλλέξει για να την μετρήσει



αργότερα. Ο παίκτης που έχει τις περισσότερες κάρτες , κερδίζει.





Νιώθω
λυπημένος



Νιώθω
αγχωμένος



Νιώθω
χαρούμενος



Νιώθω
ενθουσιασμένος



Όταν σε είδα
σήμερα είχες
αργήσει για το
μεσημεριανό
φαγητό



Θα ήσουν πρόθυμος
να βάλεις τις
κάλτσες σου στο
δωμάτιό σου ή στο
πλυντήριο;



Χρειάζομαι
περισσότερη τάξη
στους κοινόχρηστος
χώρους



Νιώθω
θυμωμένος



Όταν βλέπω δύο
βρώμικες
κάλτσες κάτω
από το τραπέζακι



Βλέπω ότι η
μπουγάδα δεν
είναι έτοιμη



Νιώθω
απογοητευμένος



Είσαι πρόθυμος να
αφήσεις για 10
λεπτά το τηλέφωνό
σου και να με
ακούσεις;



Συμφωνήσαμε να
φύγουμε από το
σχολείο στις 11 μ.μ.
και τώρα είναι 11:30
μ.μ.



Νιώθω
αγχωμένος



Θα ήσουν πρόθυμος
να τελειώσουμε
αργότερα την ταινία
ώστε να φύγουμε το
συντομότερο δυνατό;



Μπορείς να με
αφήσεις μόνο
μου αυτή τη
στιγμή;



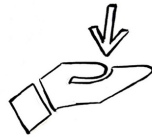
Είσαι πρόθυμος
να μείνεις μαζί
μου για λίγο;



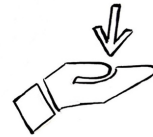
Χρειάζομαι
βοήθεια με τις
δουλειές του
σπιτιού



Θα ήσουν πρόθυμος
να με βοηθήσεις με
το πλύσιμο των
πιάτων;



Είναι σημαντικό για
μένα να ζω σ'ένα
καθαρό
χώρο, χρειάζομαι την
βοήθειά σου



Είναι σημαντικό για μένα να
υποστηρίξω την αδερφή μου,
έτσι πρέπει να φτάσω
στην ώρα
μου για να την βοηθήσω



Βλέπω ότι τα
χέρια σου είναι
σταυρωμένα



Νιώθω ότι
απειλούμε



Έχω ανάγκη
να νιώσω
ασφαλείς



Θα ήσουν πρόθυμος
να συνεχίσουμε την
συζήτηση μια άλλη
στιγμή που θα
είμαστε πιο ήρεμοι;



Νιώθω
μπερδεμένος



Έχω ανάγκη να
μοιραστώ αυτό
με κάποιον



Θα ήσουν πρόθυμος να περνάς τουλάχιστον 3 απογεύματα την εβδομάδα στο σπίτι;



Θα ήσουν πρόθυμος να βγάλεις τα σκουπίδια;



Θα ήσουν πρόθυμος να πάς πίσω στο μαγαζί και να πάρεις τα ψώνια;



Ο John χτύπησε το χέρι του στο τραπέζι



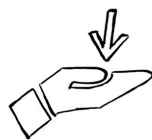
Δεν έχει βάλει γκολ σε 20 παιχνίδια



Νιώθω απογοητευμένος



Σε βλέπω να κοιτάς αλλού όταν σου μιλάω



Χρειάζομαι ασφάλεια



Μου είπε ότι είναι θυμωμένος



Βλέπω ότι
χτύπησες με τη
γροθιά σου το
τραπέζι



Ο σύζυγός δε με
έχει φιλήσει
εδώ και 2
εβδομάδες



Νιώθω
αναστατωμένος



Νιώθω
φοβισμένος



Μόλις κοίταξα
στο ψυγείο και
δεν έχει φαγητό



Βλέπω τον σκύλο
σου να τρέχει
γαβγίζοντας και
χωρίς λουρί



Δεν είπες
τίποτα
ακόμα



Θα ήσουν πρόθυμος
να καλέσεις τον
μπαμπά μου
αργότερα;



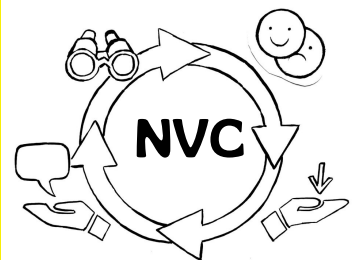
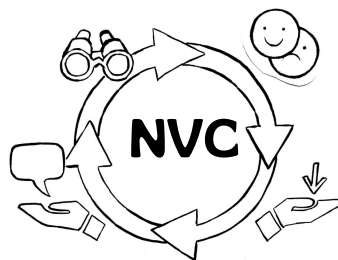
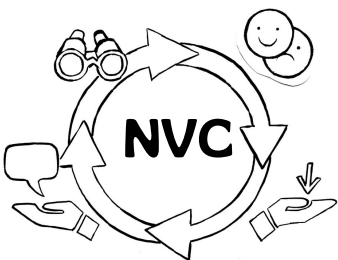
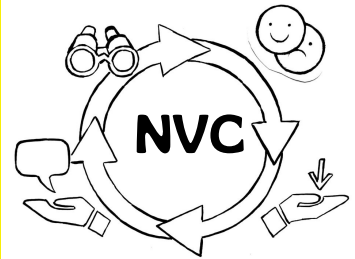
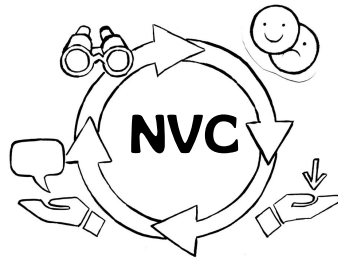
Νιώθω
ενθουσιασμένος

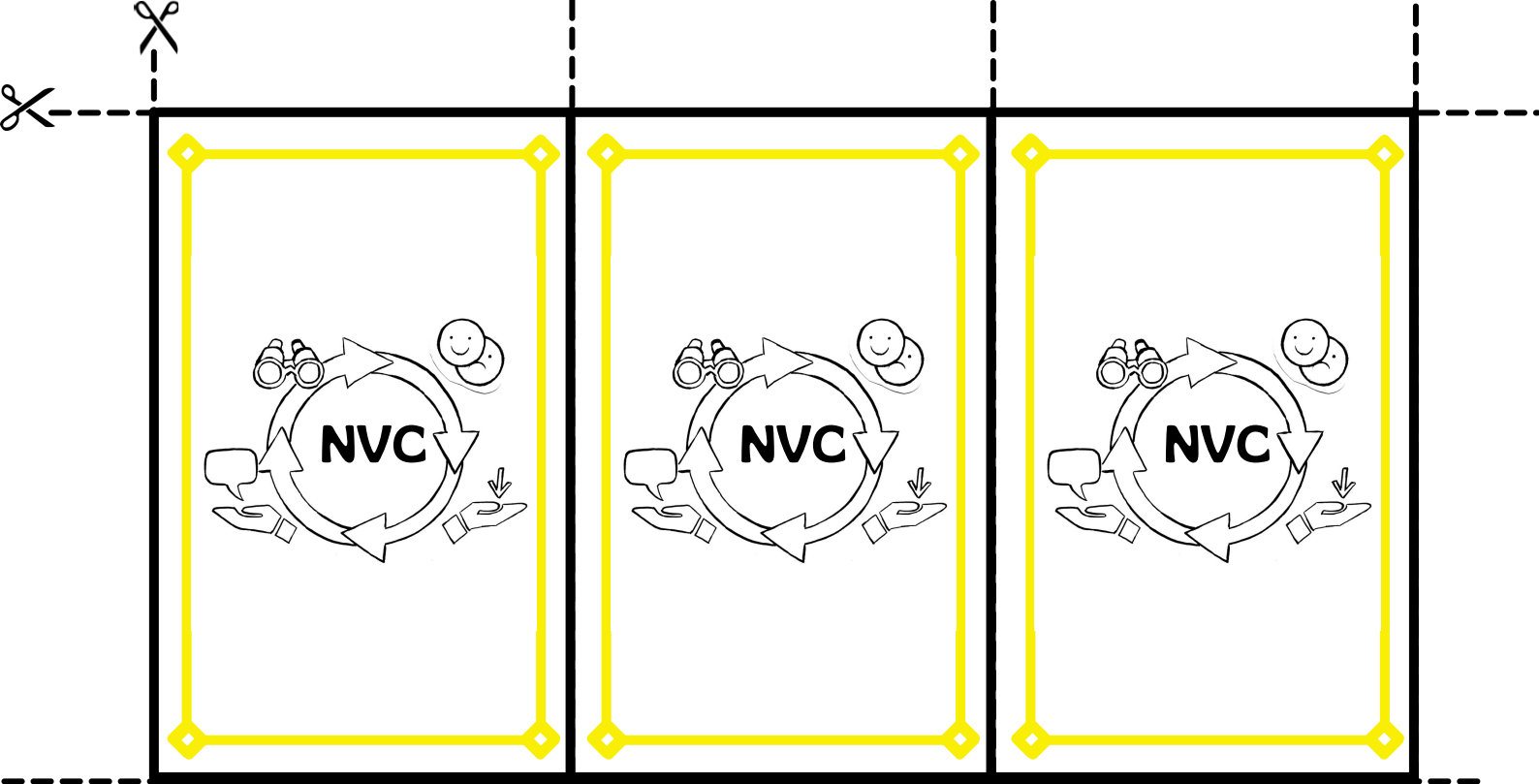


Θα ήσουν πρόθυμος να κρατήσεις απόσταση από εμένα;



Βλέπω ότι έκανες ένα κείμενο το οποίο ήταν πολύ δύσκολο για σένα





Η ΒΑΣΙΛΙΣΣΑ ΚΑΙ ΤΟ ΔΙΚΑΣΤΗΡΙΟ

Λίγα λόγια για το παιχνίδι. . .

Σκοπος του παιχνιδιού είναι να εξασκηθείτε και να βελτιωθείτε μέσω της προσέγγισης του μη βίαιου τρόπου επικοινωνίας (Non Violent Communication: NVC), ενός τρόπου ήρεμου και με σεβασμο στους ανθρώπους. Επιπλέον, είναι μια τεχνική για να ενισχύσει την ενσυναίσθηση και να βελτιώσει την σύνδεση με τους άλλους ανθρώπους. Υποστηρίζει πως οι περισσότερες συγκρούσεις ανάμεσα στα άτομα ή στις ομάδες προέρχονται από εσφαλμένη επικοινωνία των αναγκών τους. Υπάρχουν τρία δομικά στοιχεία στο NVC: παρατηρήσεις, συναισθήματα, ανάγκες και αιτήματα (τα οποία περιγράφονται στην κάρτα πληροφοριών NVC και θα είναι τοποθετημένα στο παιχνίδι.) Ο Marshall Rosenberg, ο πατέρας του NVC παρομοίασε αυτά τα στοιχεία με τη γλώσσα της λεοπάρδαλης (giraffe language)- γεμάτη συμπόνια, ενσυναίσθηση και κατανόηση. Από την άλλη πλευρά, υπάρχει και η επικοινωνία στη γλώσσα του τσακαλιού (jackal language)- γεμάτη από βία, παρεμπόδιση της ενσυναίσθησης και διεγείροντας τις συγκρούσεις και τις εντάσεις.

Θα έχετε την ευκαιρία να μάθετε να αναγνωρίζετε και τις δύο αυτές γλώσσες και θα εκπαιδευτείτε πως να αντιδράτε μέσα στο πολύπλοκο περιβάλλον της βασίλισσας και του κάστρου της. Είστε πρόσωπα στο δικαστήριό της- πρόσωπα που το καθένα έχει διαφορετικές θέσεις και δυνάμεις. Θα δημιουργήσετε την ιστορία που θα έχουν οι χαρακτήρες σας αλλά και τις σχέσεις τους με τη βασίλισσα. Όλο το παιχνίδι περιστρέφεται γύρω από τη βασίλισσα. Είναι το πιο σημαντικό πρόσωπο και κάθε τι που λέει είναι μια διαταγή. Μέσα στο κάστρο δεν θα εξασκηθείτε μόνο στους κανόνες του NVC, αλλά θα τους διδάξετε κιόλας στην βασίλισσα. Να έχετε στο μυαλό σας πως ό,τι συμβαίνει στο κάστρο, παραμένει στο κάστρο.

Οδηγίες

Περιεχόμενα

- 2 ζάρια
- κάρτες με ερωτήσεις
- κάρτες με χαρακτήρες
- κάρτες με γεγονότα
- κλεψύδρα ή άλλο χρονόμετρο
- NVC κάρτα πληροφοριών (με παραδείγματα σχετικά με τη γλώσσα της καμηλοπάρδαλης και του τσακαλιού, κανόνες του NVC, λίστα με συναισθήματα και ανάγκες)- μια κάρτα θα τοποθετηθεί στο κέντρο του παιχνιδιού (στη μέση δηλαδή) και μια θα κρατάει ο Φύλακας

εργαλείων- πρόσωπο το οποίο θα ελέγχει εάν επικοινωνείτε σύμφωνα με τους κανόνες του NVC.

Κανόνες του παιχνιδιού:

Το παιχνίδι έχει σχεδιαστεί για 4 - 5 παίκτες. Δημιουργούν τον κόσμο τους γύρω από το πρόσωπο της Βασίλισσας. Πρέπει να διαλέξετε όλα τα άτομα μαζί μια φωτογραφία ώστε να είναι η Βασίλισσά σας. Θα παίξετε με τις κάρτες ερωτήσεων και εκδηλώσεων στο παιχνίδι. Οι κάρτες ερωτήσεων είναι στη σειρά με τους δοσμένους αριθμούς. Θα αποφασίσετε ποιος παίκτης ξεκινά το παιχνίδι και θα πάρετε το πρώτο φύλλο. Βεβαιωθείτε στην αρχή ότι όλοι οι παίκτες επιλέγουν τους ρόλους τους και μοιράζονται ποιοι είναι στο παιχνίδι και ποιες είναι οι δυνάμεις τους. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη δύναμή σας κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, αλλά δεν είναι απαραίτητο αν δεν το επιθυμείτε. Μπορείτε επίσης να ζητήσετε από έναν άλλο χαρακτήρα να χρησιμοποιήσει τη δύναμή του όταν τη χρειάζεστε, αλλά μπορεί να αρνηθεί να το κάνει. Μπορείτε να επιλέξετε χαρακτήρες από τις ήδη υπάρχουσες κάρτες χαρακτήρων ή να δημιουργήσετε τους δικούς σας. Ο πρώτος παίκτης ξεκινά παίρνοντας το πρώτο φύλλο με μια ερώτηση που πρέπει να απαντήσει με έναν τρόπο NVC. Ανάμεσά σας υπάρχει επίσης ένας φύλακας εργαλείων - το άτομο που φέρει την κάρτα πληροφοριών NVC, ελέγχει τις απαντήσεις σύμφωνα με τους κανόνες NVC και δίνει 1 πόντο για σωστές απαντήσεις. Για εσφαλμένες απαντήσεις, ο πόντος πηγαίνει στον ΦΥΛΑΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΩΝ.

Ο στόχος του παιχνιδιού είναι να χρησιμοποιήσετε τις κάρτες με τις ερωτήσεις και να συλλέξετε όσο το δυνατόν περισσότερους πόντους για όλα τα άτομα του παιχνιδιού. Ο χρόνος για να σκεφτείτε και να απαντήσετε σε ερωτήσεις / παρουσιάζοντας τη λύση μέσω του NVC τρόπου επικοινωνίας είναι 1 λεπτό.

Υπάρχουν επίσης κάρτες με γεγονότα. Μπορείτε να τα χρησιμοποιήσετε μόνο όταν τα ζάρια δείχνουν ίδιους αριθμούς(4-4). Αφού απαντήσετε στην ερώτηση (δεν έχει σημασία αν είναι σωστή ή όχι) που εμφανίζεται στην κάρτα ερωτήσεων που έχετε αρχικά τραβήξει, ρίχνετε τα ζάρια. Με ίδιο αριθμό (πχ. 1-1) παίρνετε μια κάρτα εκδήλωσης και ακολουθείτε τις οδηγίες. Αν οι αριθμοί είναι διαφορετικοί (πχ 2-5), απλά παίζει ο επόμενος παίκτης.

Χαρακτήρες:

Αλχημιστής - μπορεί να αλλάξει το παρελθόν ή το μέλλον

KnighT - μπορεί να προστατεύσει κάποιον παίκτη, τις ανάγκες και τα συναισθήματά του

Wiseman - μπορεί να σε βοηθήσει να λάβεις αποφάσεις

Νεράιδα - μπορεί να λύσει προβλήματα και να χρησιμοποιήσει τα ξόρκια αγάπης

Γελωτοποιός - μπορεί να παραλείψει τον παίκτη ή να αλλάξει τη θέση του στο τραπέζι όταν θέλει (όταν είναι η σειρά του)

Υπηρέτης της βασίλισσας - μεσολαβητής μεταξύ της Βασίλισσας και άλλων παικτών

Μάγισσα - μπορεί να βελτιώσει την κατάστασή σου, να κάνει τη ζωή σου καλύτερη

Αγγελιαφόρος - έχει τη δύναμη της τηλεμεταφοράς

Ποιος άλλος θέλεις να είσαι; Μπορείς να εφεύρεις το δικό σου χαρακτήρα και δύναμη!

ΚΑΡΤΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΩΝ

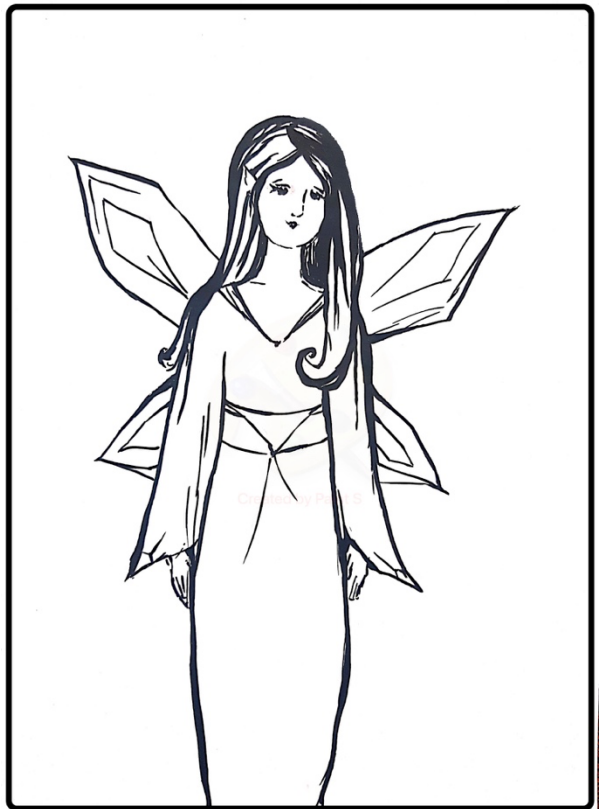
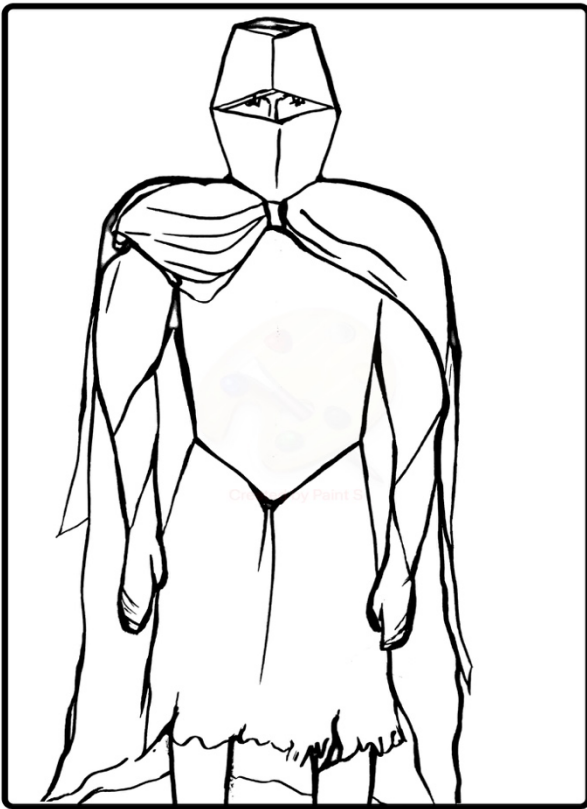
<p>1. Υπάρχει ένα άτομο στην ομάδα που εμπιστεύεσαι περισσότερο. Ποιος είναι και γιατί</p>	<p>2. Χθες υπήρξε μια σύγκρουση στην ομάδα. Περιγράψε τι έγινε και μιλήστε σε NVC γλώσσα για το γεγονός</p>
<p>3. Πώς μπορείς να εισάγεις κανόνες NVC στη Βασίλισσα και να την πείσεις να τους χρησιμοποιήσει</p>	<p>4. Κοντά βρίσκεται το χωριό σου. Θέλεις μια μέρα ρεπό για να επισκεφτείς την οικογένειά σου. Πώς το λες στη βασίλισσα στη γλώσσα NVC</p>
<p>5. Δύο χαρακτήρες ξεκίνησαν μια όμορφη φιλία (μπορείτε να επιλέξετε ποιοί). Ποιές είναι οι ανάγκες και τα συναισθήματά τους σχετικά με αυτό; Ζήτησέ τους να μιλήσουν λίγο γι' αυτό (σε NVC ρυθμούς)</p>	<p>6. Προσέβαλες τη Βασίλισσα λέγοντας ότι το κάστρο της δεν φαίνεται τόσο ωραίο όσο στο παρελθόν. Πώς μπορείτε να το διορθώσετε και να ζητήσετε συγγνώμη χρησιμοποιώντας τη γλώσσα καμηλοπάρδαλης</p>

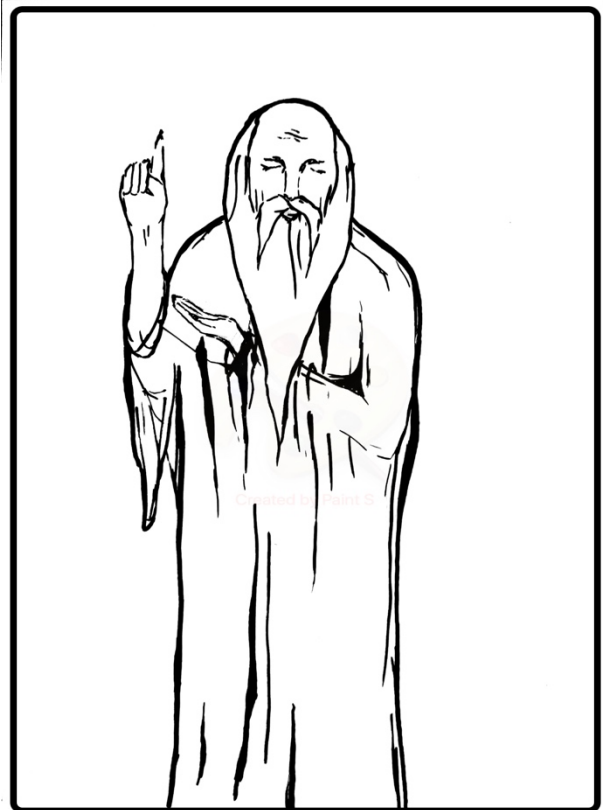
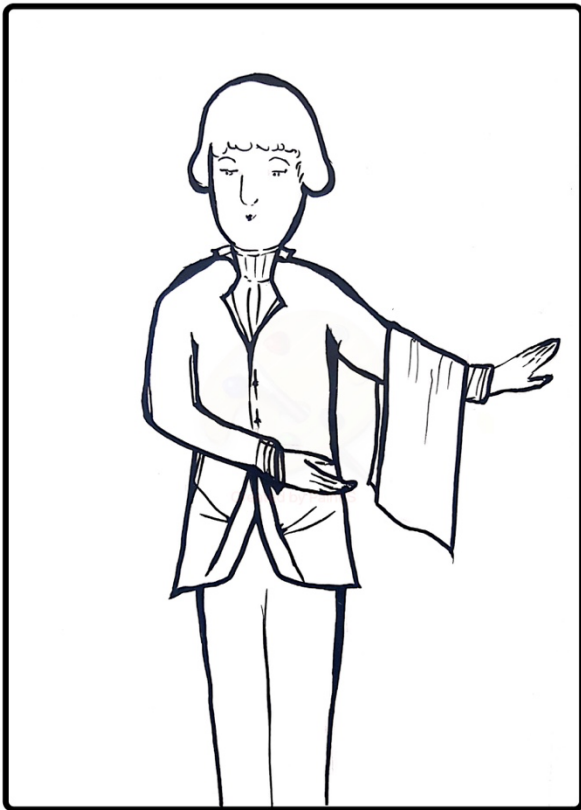
<p>7. Προσέβαλες έναν άλλο παίκτη λέγοντας ότι ήταν αρκετά μικρός στο κάστρο για να έχει τις δικές του απόψεις σχετικά με τη Βασίλισσα και το Δικαστήριο.</p> <p>Πώς μπορείτε να το επισκευάσετε και να ζητήσετε συγγνώμη χρησιμοποιώντας τη γλώσσα</p>	<p>8. Η Βασίλισσα θέλει να κατασκοπεύσεις κάποιον από την αυλή της. Δεν θέλεις να το κάνεις. Τι λες για να αρνηθείς τη Βασίλισσα στη γλώσσα NVC</p>
<p>9. Η Βασίλισσα νομίζει ότι ξέρει τα πάντα για το NVC. Καθόταν όλο το απόγευμα κάνοντας μια λίστα με τις ανάγκες και τα συναισθήματά της (ευφορία, αξιοπρέπεια, συγκίνηση, αρμονία, ενόχληση, προοπτική). Τα ανακάτεψε και δεν το ξέρει. Βοήθησέ την να ξεχωρίσει το ένα από τα άλλα. Πώς θα το κάνεις χωρίς να την προσβάλεις</p>	<p>10. Βρίσκεσαι σε πολύ δύσκολη θέση. Η Βασίλισσα δεν είναι πολύ ικανοποιημένη με τις υπηρεσίες σου. Πρέπει να πείσεις έναν από τους χαρακτήρες να σε βοηθήσει (διάλεξε τον πιο δύσκολο κατά τη γνώμη σου). Πώς θα το κάνετε χρησιμοποιώντας τα βήματα NVC</p>
<p>11. Έχετε μια ξεχωριστή θέση στην καρδιά της Βασίλισσας. Γιατί? Παρακαλώ απαντήστε σε ερωτήσεις χρησιμοποιώντας τα βασικά βήματα NVC: παρατήρηση: "Παρατηρώ...", συναίσθημα: "αισθάνομαι...", Ανάγκη: "χρειάζομαι...", Αίτημα (αν έχεις κανένα εύκαιρο, λαμβάνοντας υπόψη τον ισχυρό δεσμό σου με τη βασίλισσα) "Θα ήθελα να..."</p>	<p>12. Η Βασίλισσα θύμωσε με τα μέλη του Δικαστηρίου επειδή άργησαν 1 λεπτό για την πρωινή τους συνάντηση. Είπε: Δεν ήσασταν συνεπείς. Σας περίμενα τόση ώρα. Γιατί πάντα αργείτε; Πώς να αλλάξεις αυτό το μήνυμα για να το προσαρμώσεις σύμφωνα με τους κανόνες NVC</p>

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

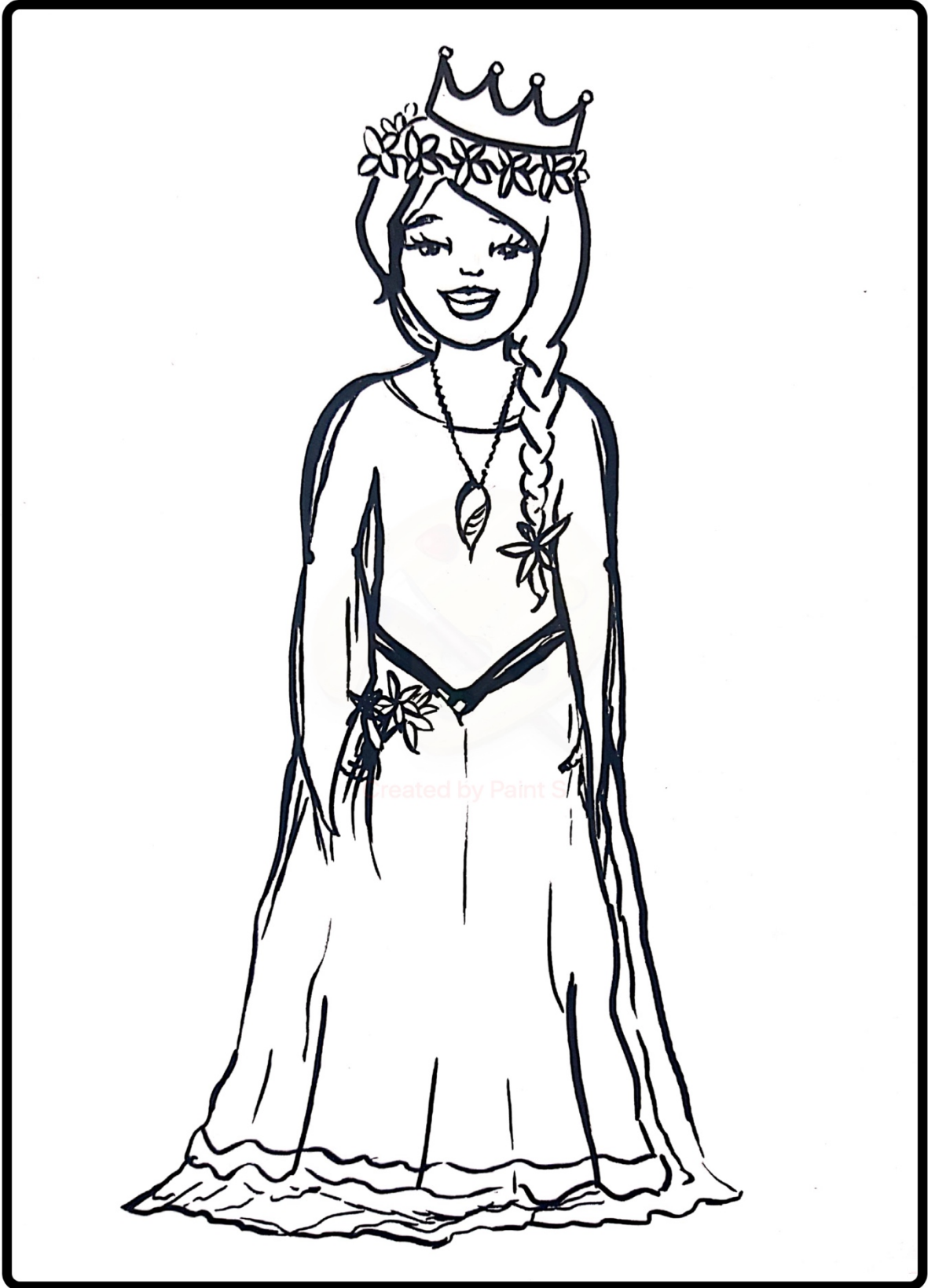
<p>Ο, не! В двореца има недостиг на вода и храна. Какво правиш? ?</p>	<p>Буря! Трябва да намериш подслон (под масата, зад гърба на някого, като закриеш главата си и т.н.). Реагирай колкото можеш по-бързо!</p>
<p>Златен прах! Сменете местата си по посока на часовниковата стрелка!</p>	<p>Подаръчна карта! Какъв ще бъде твоят подарък за Кралицата?</p>
<p>Чакалско парти – покани целия двор да танцува като чакали. Дансингът е ваш!</p>	<p>Жирафско парти – покани целия двор да танцува като жирафи. Дансингът е ваш!</p>

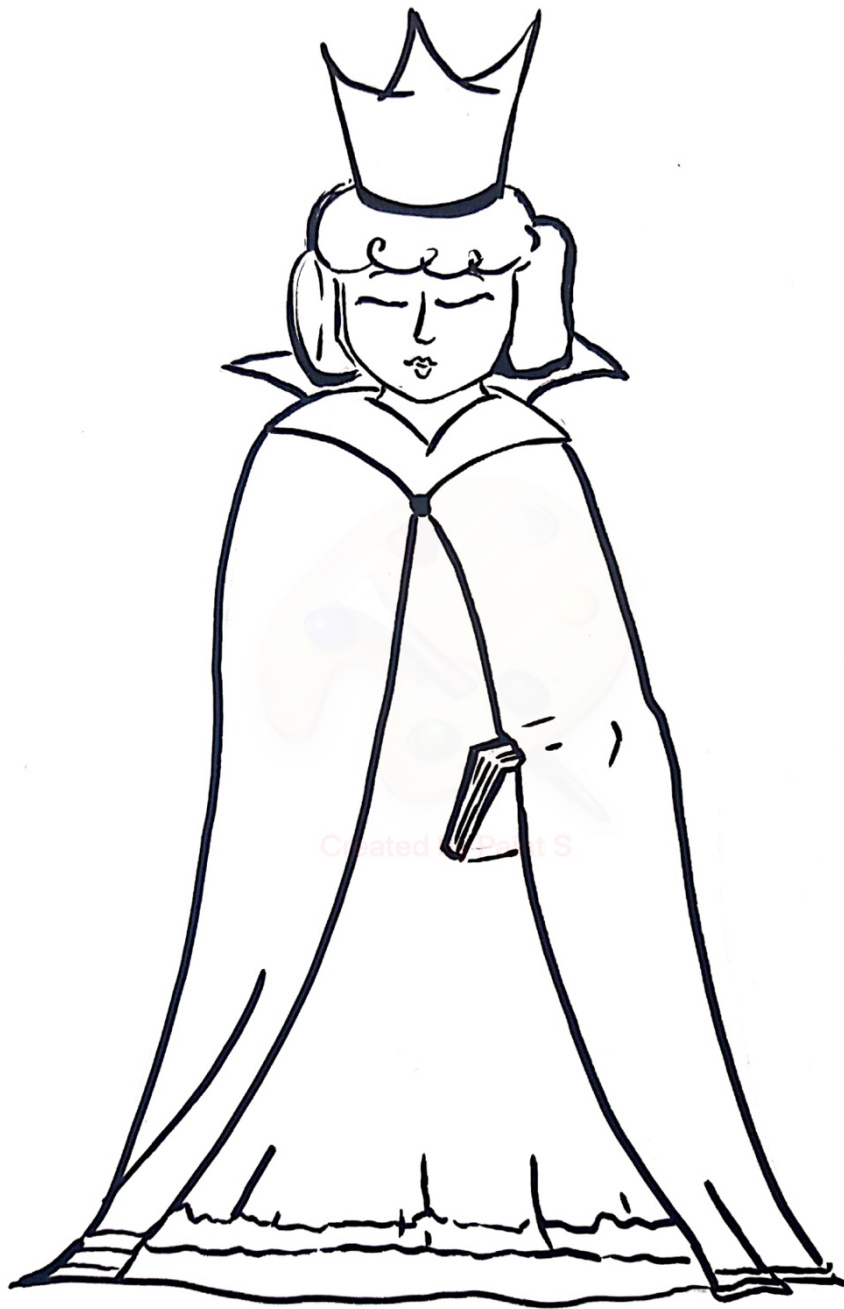
<p>Звездна карта – смени персонажа си (картата може да бъде използвана само веднъж по време на играта).</p>	<p>Избери едно чувство (ще ги намериш в информационната карта за ненасилствена комуникация). Изрази това чувство чрез езика на тялото докато не се случи друго събитие.</p>
<p>Карта на 3-те стъпки – отдалечи си от групата (стъпи на стола, седни на пода, премести стола си една стъпка вдясно или вляво) и се върни след 5 секунди.</p>	<p>Попитай някой от групата за техните чувства и нужди.</p>
<p>Упражни 5-секундни овации за Кралицата, които ще отправиш при първа възможност.</p>	











ΤΟ ΚΡΥΦΟ ΤΣΑΚΑΛΙ

Εισαγωγή

Είστε ένα κοπάδι καμηλοπαρδάλεις αλλά ένα κρυφό τσακάλι βρίσκεται ανάμεσά σας.

Πώς θα το ξεσκεπάσετε;

1. Μοιράστε ρόλους: 1 αφηγητής, 1 (ή περισσότερα) τσακάλια και καμηλοπαρδάλεις.
2. Ο αφηγητής θα σας περιγράψει μια κρίσιμη απλή κατάσταση..
3. Δώστε μια απάντηση στην κατάσταση χρησιμοποιώντας τη «φυσική» σας γλώσσα (της καμηλοπαρδαλής ή του τσακαλιού, σύμφωνα με το ρόλο που σας δόθηκε).
4. Αφού ακούσετε όλα τα μέλη της ομάδας, σκέψου ποιος μπορεί να είναι το τσακάλι. Ψήφισε σύμφωνα με το τι νομίζεις.
5. Σε ψήφισαν οι άλλοι; Έχεις μια ευκαιρία να υπερασπιστείς δημόσια τον εαυτό σου.

Εάν είσαι καμηλοπαρδαλή προσπάθησε να χρησιμοποιήσεις μη βίαιη γλώσσα.

Πρόσεξε! Αν δεν το κάνεις καλά, οι άλλοι θα πιστέψουν ότι εσύ είσαι το τσακάλι και θα χάσεις το παιχνίδι.

Εάν είσαι το τσακάλι προσπάθησε να χρησιμοποιήσεις μια απαλή γλώσσα τσακαλιού αλλιώς θα σε ανακαλύψουν και θα χάσεις το παιχνίδι.

Ρόλοι και κανόνες

1. Εάν είσαι καμηλοπαρδαλή και η πλειοψηφία των παικτών σε ψηφίσει σαν τσακάλι, βγαίνεις από το παιχνίδι. Πριν βγεις όμως έχεις μια ευκαιρία να υπερασπιστείς τον εαυτό σου.
2. Εάν είσαι το τσακάλι και η πλειοψηφία των παικτών σε ψηφίσει, το παιχνίδι τελειώνει. Έχεις επίσης το δικαίωμα να υπερασπιστείς τον εαυτό σου.

Ανάλογα με τον αριθμό των παικτών θα υπάρχει ένα, δύο ή τρία τσακάλια (εσείς επιλέγετε). Θα πρέπει να υπάρχει ένας αφηγητής: αυτός/αυτή θα σου πει ποιος χαρακτήρας θα είσαι και θα σας περιγράψει τις συγκρουσιακές καταστάσεις που θα

πρέπει να αντιμετωπίσετε. Σας προτείνουμε να αυτοσχεδιάζετε καταστάσεις σύμφωνα με την καθημερινή ζωή σας (εργασία, σχολείο, πανεπιστήμιο, κλπ). Θα πρέπει να αλλάζετε ρόλους, και το ρόλο του αφηγητή, κάθε φορά που αρχίζετε ένα καινούριο παιχνίδι.

ΚΑΛΗ ΤΥΧΗ

Ένα παράδειγμα

Αφηγητής: (Αφού μοιραστούν οι ρόλοι) Φανταστείτε πως είστε στο σχολείο και ένα παιδί σας απαντά πως δεν θα κάνει την εργασία γιατί «δεν έχει νόημα». Πώς θα αντιδρούσατε;

Καμηλοπάρδαλη 1: Θα έλεγα ότι αισθάνομαι στενοχωρημένος επειδή υπάρχει περιεχόμενο που περιλαμβάνεται στην τελική εργασία.

Καμηλοπάρδαλη 2: Θα έλεγα ότι θα ήταν θαυμάσιο αν σεβόταν τη μαθησιακή και διδακτική μέθοδο.

Τσακάλι 1: Θα έλεγα πως αισθάνομαι λυπημένος επειδή δεν προβληματίζεται σχετικά με την εργασία.

Αφηγητής: Εντάξει, τώρα λοιπόν δείξτε αυτόν που νομίζετε πως είναι το τσακάλι. (Όλοι δείχνουν την Καμηλοπάρδαλη 2). Λοιπόν καμηλοπάρδαλη 2 έχεις τώρα την ευκαιρία να υποστηρίξεις δημόσια τον εαυτό σου.

Καμηλοπάρδαλη 2: Λοιπόν θέλω να διορθώσω τον εαυτό μου επειδή δεν ήμουν πολύ συγκεκριμένη και εστίασα στο ποιος και όχι στο τι.

Αφηγητής: Ευχαριστώ. Λοιπόν, είστε σίγουροι πως θέλετε να δείξετε την καμηλοπάρδαλη 2; (Αν ναι, αυτή βγαίνει από το παιχνίδι, αν όχι, συνεχίζει να παίζει και ο αφηγητής θα σας περιγράψει μια άλλη κρίσιμη κοινή κατάσταση).



THE KINGDOM

Το παιχνίδι παίζεται από προχωρημένους παίκτες/Αριθμός παικτών 3-5.

Στοιχεία παιχνιδιού

Καθοδήγηση

- **Κάρτα πληροφοριών Ε.Χ.Β.(Επικοινωνίας Χωρίς Βία)** -μια υπενθύμιση των 4 βημάτων του Ε.Χ.Β.
- **Κάρτες σεναρίου** –περιέχουν πληροφορίες για μια προβληματική κατάσταση που θα συζητηθεί
- **Κάρτες ρόλων** –ορίζουν τους χαρακτήρες που θα υποδυθούν οι παίκτες στο σενάριο
- **Κάρτες συναισθημάτων** –περιγράφουν συναισθήματα τα οποία οι χαρακτήρες θα βιώσουν στο σενάριο
- **Κάρτες σκηνοθεσίας** -4 κάρτες που θα σας βοηθήσουν να έχετε ένα φιλικό παιχνίδι ΕΧΒ

ΞΕΚΙΝΗΜΑ

1. Ξεκινήστε παίρνοντας μια κάρτα σεναρίου για όλη την ομάδα.
2. Διαλέξτε στην τύχη ρόλους (χαρακτήρες) για κάθε παίκτη.
3. Βάλτε τον κάθε παίκτη να πάρει μια κάρτα συναισθημάτων για τον χαρακτήρα του.
- 4.

Παιχνίδι:

I. Πρώτος γύρος- αποκαλύψτε την πρώτη κάρτα σκηνοθεσίας. Οι παίκτες εισάγουν τους χαρακτήρες τους και με τη σειρά εκφράζουν τι είδαν ή άκουσαν που τους έκανε να νιώσουν το συναίσθημα από την κάρτα συναισθημάτων. Συστήνεται για κάθε επόμενο παίκτη να αναπτύξει την ιστορία του βασισμένος σε αυτό που είπαν οι προηγούμενοι παίκτες. Για παράδειγμα:

«Σαν ιππότης, ένιωσα φοβισμένος και μπερδεμένος όταν είδα την πριγκίπισσα μόνη τη νύχτα»

«Σαν πριγκίπισσα, ένιωσα λύπη όταν είδα πως ο ιππότης με ακολουθούσε»

«Σαν βασιλιάς, ένιωσα ανησυχία όταν είδα ότι η κόρη μου ήταν μόνη της τη νύχτα»

II. Δεύτερος γύρος – αποκαλύψτε τη δεύτερη κάρτα σκηνοθεσίας. Σε αυτόν το γύρο οι παίκτες πρέπει να βρουν μια ανάγκη που θα μπορούσε να συσχετιστεί με τα συναισθήματα που εκφράστηκαν στον πρώτο γύρο και να κάνουν ένα αίτημα το οποίο πιστεύουν πως θα ικανοποιούσε την ανάγκη τους αυτή. Και πάλι, είναι σημαντικό για τους παίκτες να κατευθύνουν το αίτημά τους στους άλλους παίκτες. Για παράδειγμα:

«Σαν ιππότης, έχω την ανάγκη για ακεραιότητα αλλά διάφορες εντολές από τον βασιλιά και την πριγκίπισσα το καθιστούν δύσκολο, έτσι θα ήθελα ο βασιλιάς να αναθέσει σε έναν άλλο ιππότη την προστασία της πριγκίπισσας.

«Σαν πριγκίπισσα, έχω την ανάγκη για ιδιωτική ζωή και προσωπικό χώρο κι έτσι θα ήθελα να ζητήσω από τον ιππότη να με ακολουθεί μόνο όταν το ζητάω».

«Σαν βασιλιάς, έχω την ανάγκη για σταθερότητα και εμπιστοσύνη, τις οποίες δεν μπορώ να έχω όταν φαντάζομαι την κόρη μου να δολοφονείται, και γι'αυτό θα ήθελα να ζητήσω από την κόρη μου να σταματήσει να δίνει στον ιππότη διαφορετικές εντολές από τις δικές μου»

III. Τρίτος γύρος – αποκαλύψτε την Τρίτη κάρτα σκηνοθεσίας. Αφού τα αρχικά αιτήματα έχουν γίνει, οι παίκτες έχουν μια ευκαιρία αποδεχτούν ή να επαναδιαπραγματευτούν τη στρατηγική τους. Σ'αυτόν τον γύρο δημιουργούν ολοκληρωμένες προτάσεις βασισμένες στον 1^ο και στον 2^ο γύρο. Για παράδειγμα:

[Ιππότης]: «Όταν άκουσα ότι οι εντολές του βασιλιά θα είναι οι μοναδικές που θα παίρνω, ένιωσα ασφαλής και ήρεμος επειδή η ανάγκη μου για ακεραιότητα ικανοποιήθηκε.

[Πριγκίπισσα]: «Όταν άκουσα το βασιλιά να λέει ότι θα ήθελε να είναι ο μοναδικός που θα δίνει εντολές στον ιππότη, ένιωσα απογοητευμένη και αγχωμένη επειδή έχω την ανάγκη για ανεξαρτησία και σεβασμό, έτσι θα ήθελα ο βασιλιάς να μου επιτρέψει να κατευθύνω κι εγώ τον ιππότη.

[Βασιλιάς]: «Όταν άκουσα ότι ο ιππότης ένιωσε ασφαλής με την πρότασή μου αισθάνθηκα ήρεμος και ευχαριστημένος επειδή η ανάγκη μου για σταθερότητα και εμπιστοσύνη ικανοποιήθηκαν. Όταν άκουσα ότι η κόρη μου επέμενε να θέλει να δίνει εντολές στον ιππότη, ένιωσα απογοήτευση επειδή έχω την ανάγκη αρμονίας και ελευθερίας κι έτσι θα ήθελα να της ζητήσω να υπακούσει τις εντολές μου σαν βασιλιάς.

IIII. Γύρος 4 – αποκαλύψτε την τέταρτη κάρτα σκηνοθεσίας. Αυτό είναι το τελευταίο στάδιο όπου οι παίκτες ρωτούνται αν οι ανάγκες των χαρακτήρων τους ικανοποιήθηκαν. Για κάθε ικανοποιημένο χαρακτήρα, οι παίκτες παίρνουν 1 πόντο. Ο μέγιστος αριθμός πόντων καθορίζεται από τον αριθμό των χαρακτήρων που εμπλέκονται.

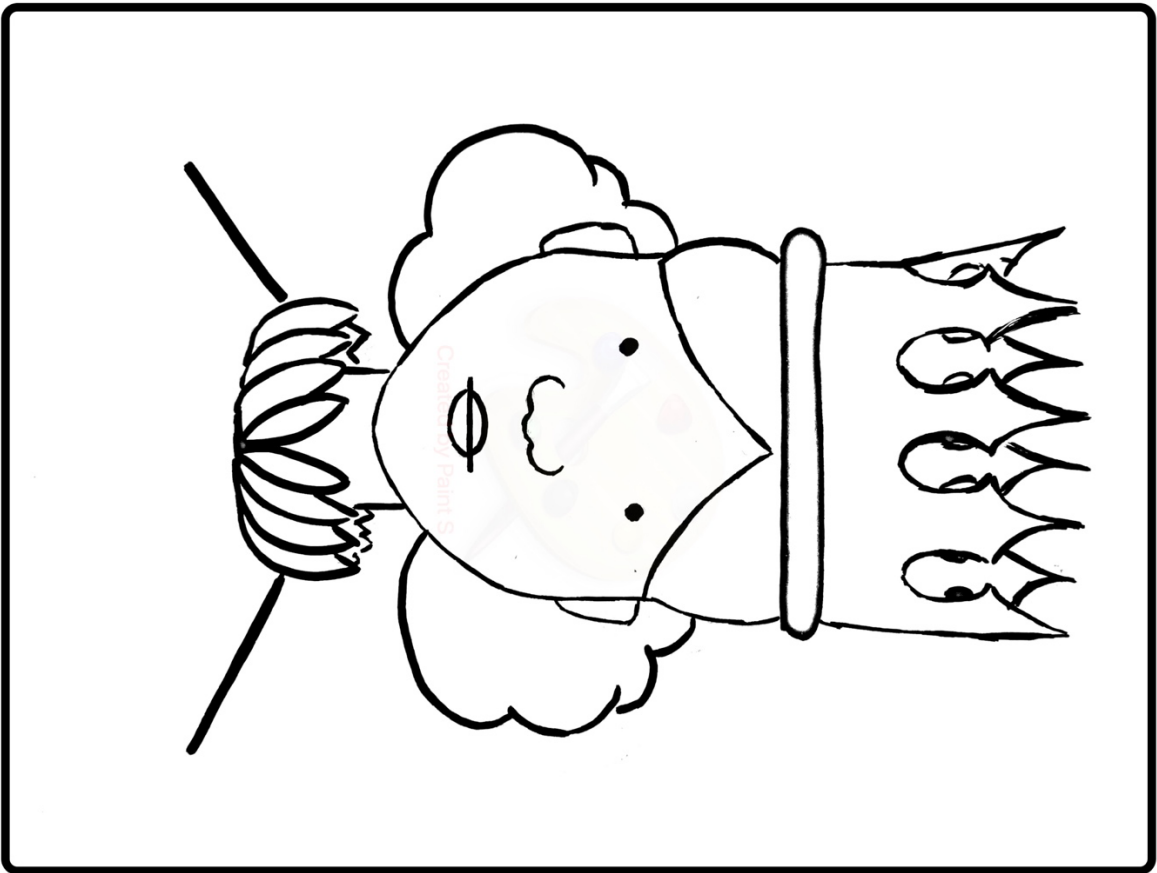
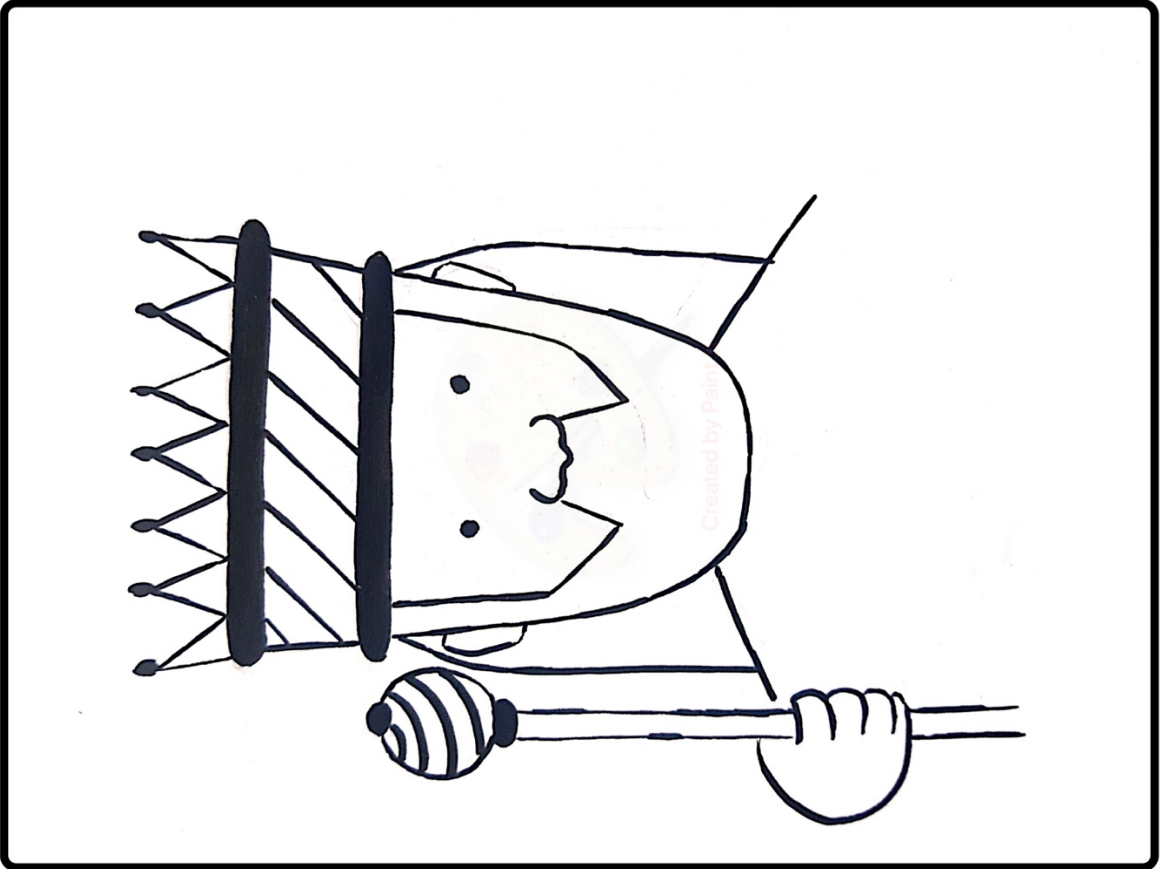
Σε αυτό το παράδειγμα σεναρίου, οι παίκτες προφανώς θα έπαιρναν 2 / 3 πόντους, επειδή ο ιππότης και ο βασιλιάς ικανοποιήθηκαν από τη λύση ενώ η πριγκίπισσα όχι.

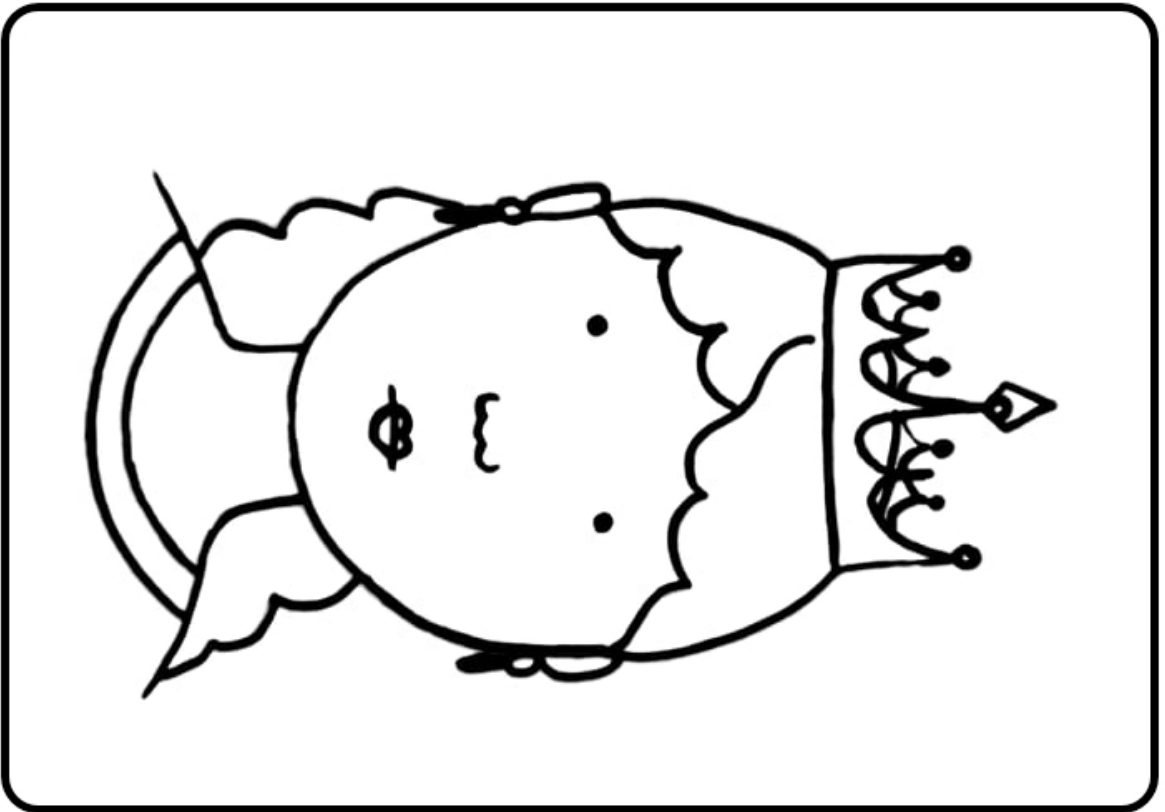
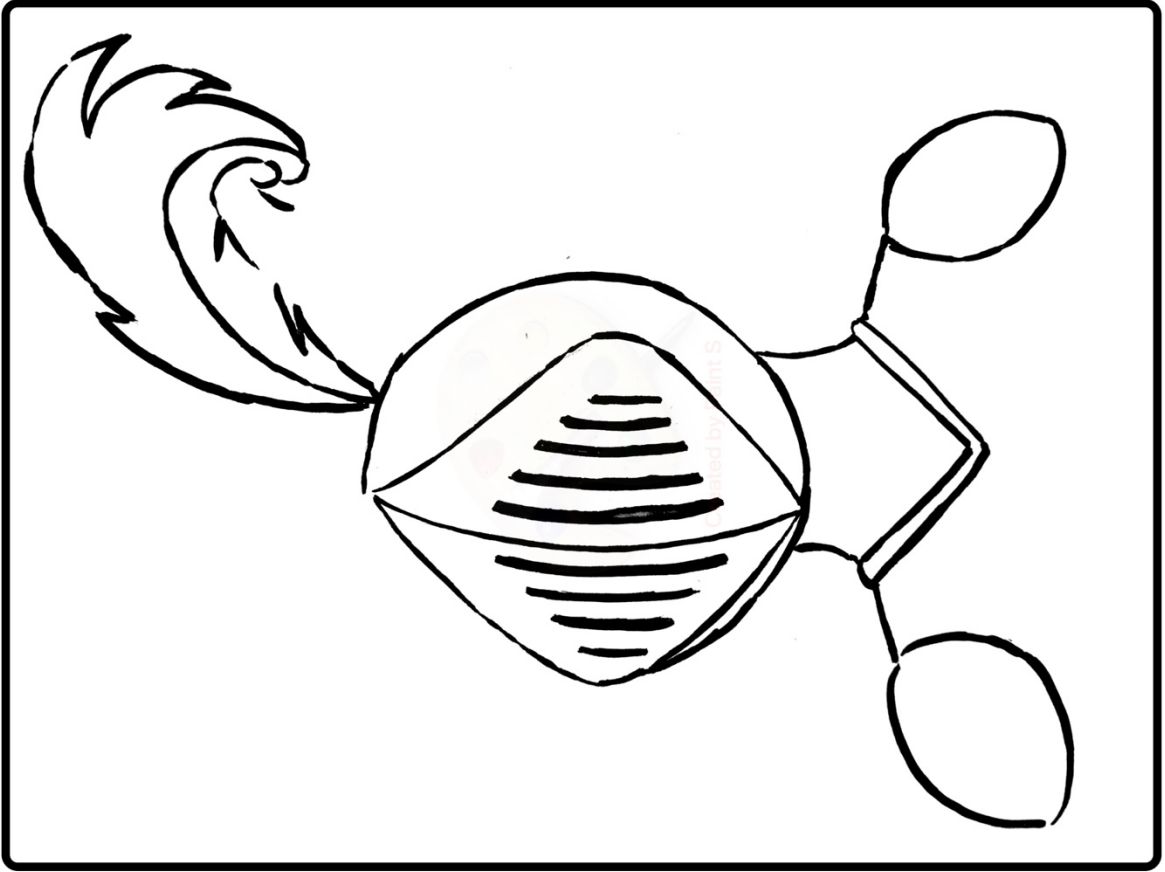
Μετά τον τέταρτο γύρο, οι παίκτες θα πρέπει να επιλέξουν ένα άλλο σενάριο, χαρακτήρες και κάρτες συναισθημάτων και να επαναλάβουν τη διαδικασία τουλάχιστον άλλες δυο φορές. Αν μετά από 3 φορές που θα παίξουν οι παίκτες καταλήξουν να έχουν περισσότερο από 75% του μέγιστου των πόντων, κερδίζουν το παιχνίδι. Για παράδειγμα, αν μετά τον τελευταίο γύρο, έχουν 7/9- που είναι 77%, κερδίζουν.

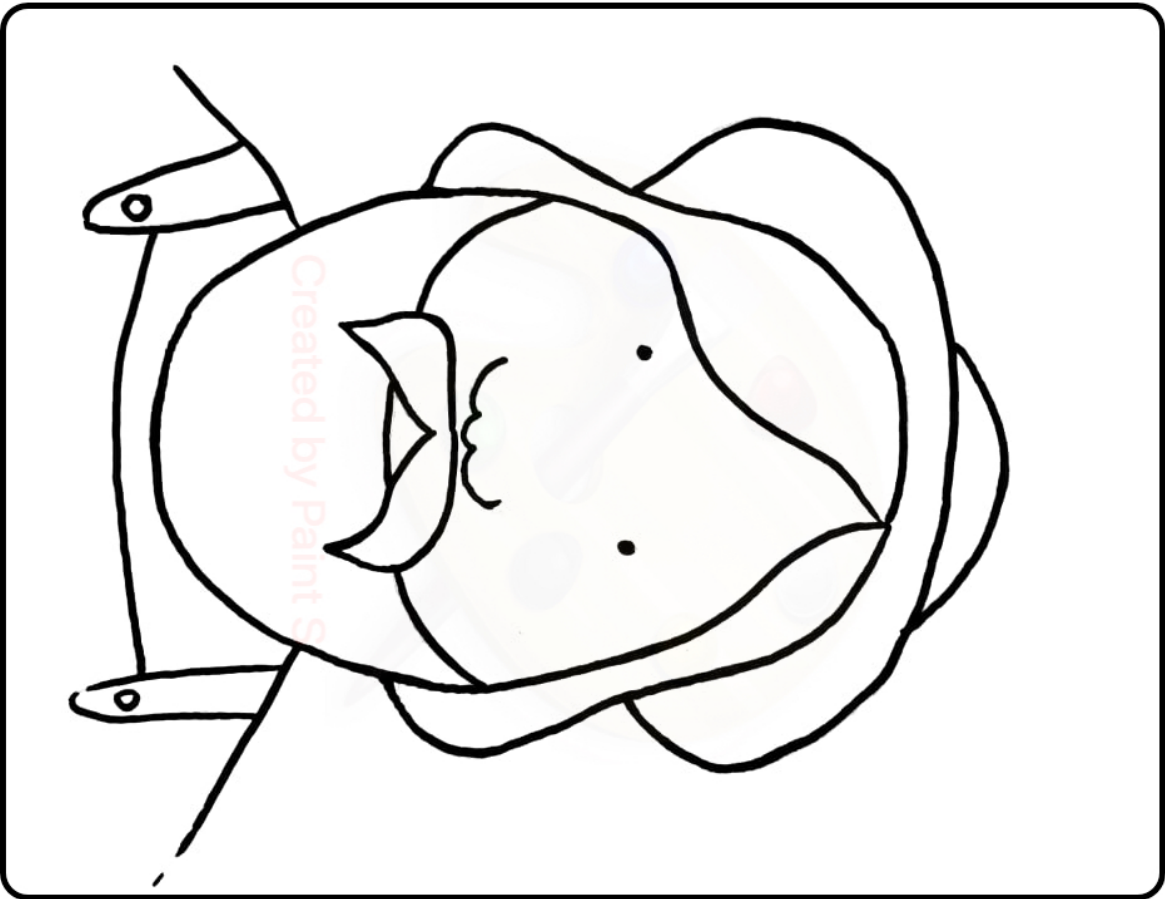
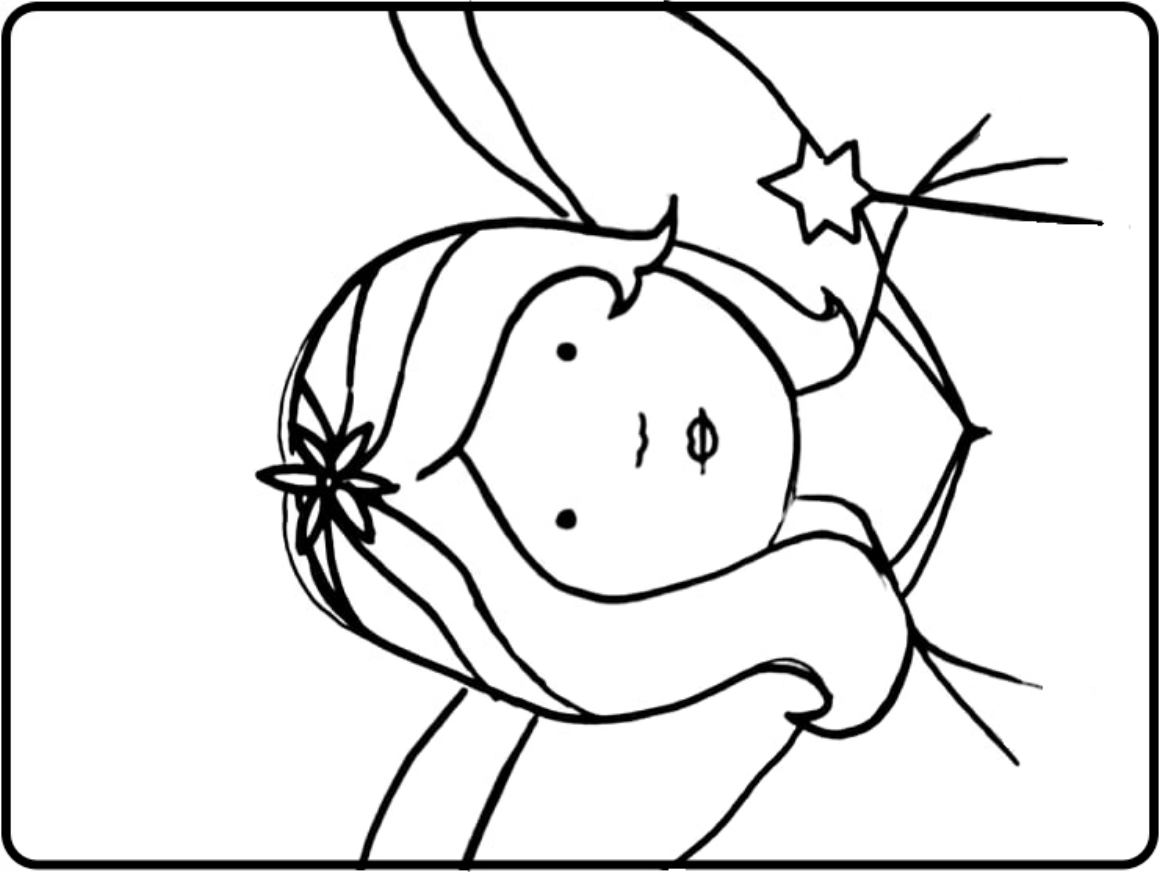
<p>Η πριγκίπισσα εθεάθη έξω από το κάστρο χθες το βράδυ.</p>	<p>Μια ξένη μάγισσα ήρθε στο βασίλειο.</p>
<p>Ένας δράκος εμφανίστηκε στο βασίλειο.</p>	<p>Μια γειτονική χώρα κήρυξε τον πόλεμο.</p>
<p>Ένα μέλος της βασιλικής οικογένειας πέθανε απροσδόκητα.</p>	<p>Ο βασιλιάς πήρε μια σημαντική απόφαση.</p>
<p>Μια επικίνδυνη ασθένεια εξαπλώνεται σε όλη τη χώρα.</p>	<p>Υπήρξαν ταραχές στο βασίλειο πρόσφατα.</p>
<p>Ένας ξένος αγγελιοφόρος μετέδωσε σημαντικά νέα.</p>	<p>Ένας κατάσκοπος έχει διεισδύσει στο δικαστήριο.</p>

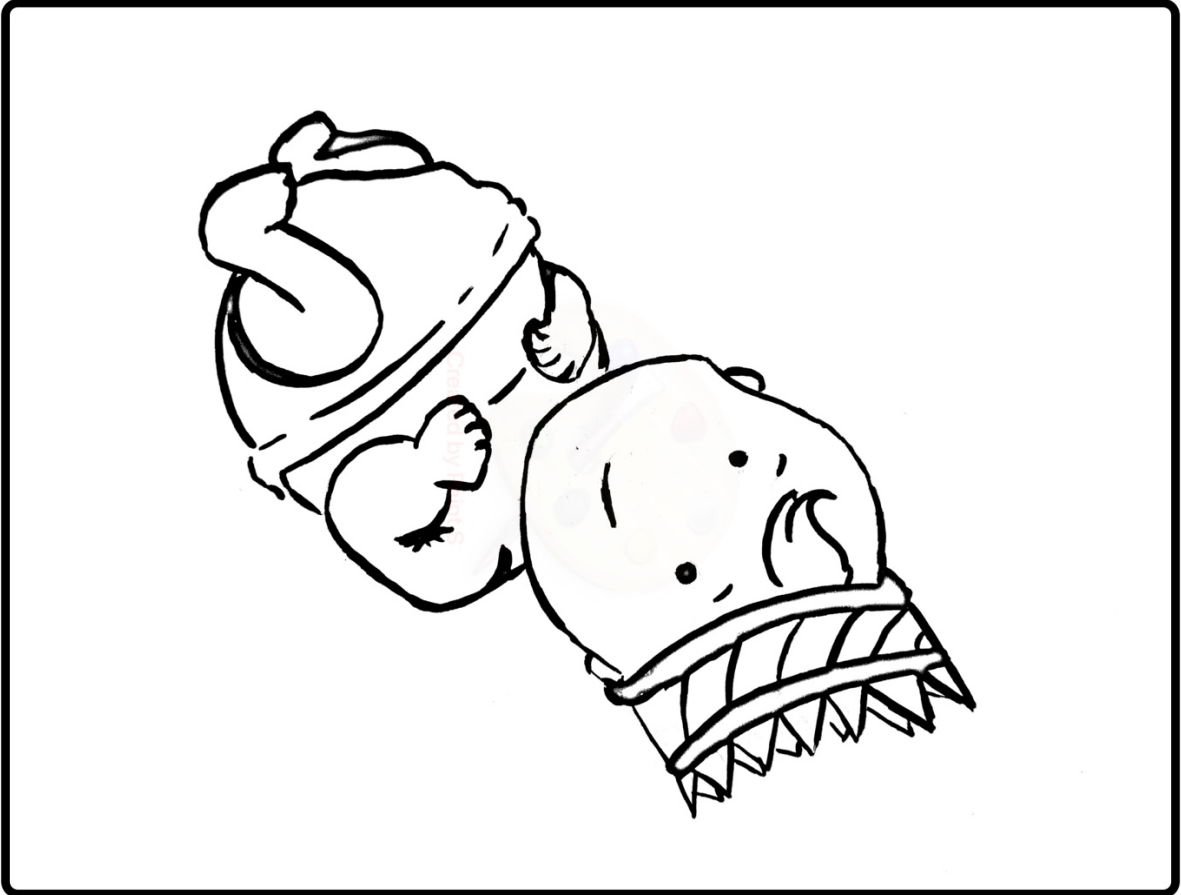
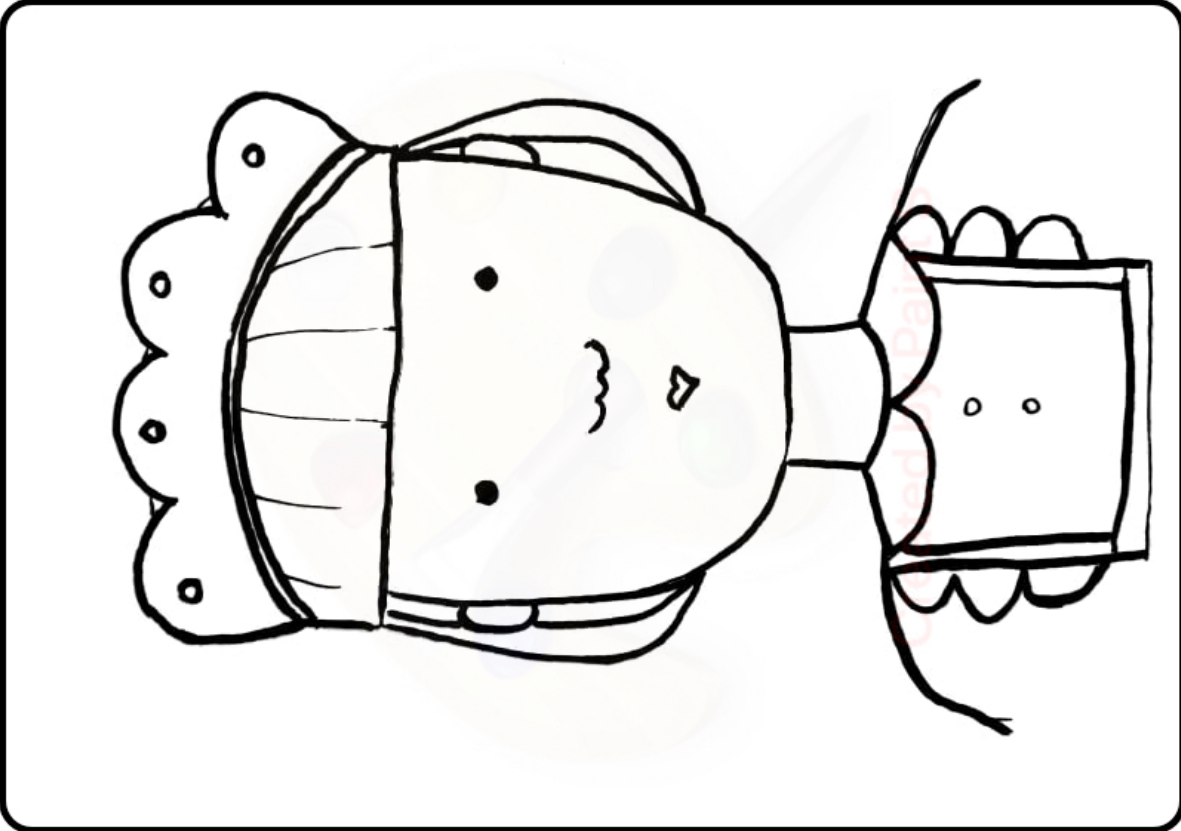
<p>I ΓΥΡΟΣ</p> <p>Τι παρατηρήσατε και πως σας έκανε να νιώσετε;</p>	<p>II ΓΥΡΟΣ</p> <p>Ποιες είναι οι ανάγκες και ποιες οι επιθυμίες σας;</p>
<p>III ΓΥΡΟΣ</p> <p>Ανταποκριθείτε στις ανάγκες των άλλων.</p>	<p>IV ΓΥΡΟΣ</p> <p>Ικανοποιήθηκαν οι ανάγκες όλων;</p>

Θυμωμένος	Μπερδεμένος	Ενθουσιασμένος	Φοβισμένος
Λυπημένος	Χαρούμενος	Βαριεστημένος	Περίεργος
Ήρεμος	Ντροπιασμένος	Μοναχικός	Ελπιδοφόρος
Ευγνώμων	Αηδισμένος	Έκπληκτος	Αφοσιωμένος











Καμηλο-Τσάκαλο

Πρόκειται για ένα παιχνίδι καρτών με δύο στοίβες από τράπουλες: η μία είναι μια τράπουλα κανονικών καρτών, ενώ η άλλη αποτελείται από ειδικές κάρτες αποκαλούμενες JARAFFE.

Το παιχνίδι ξεκινάει με τα φύλλα της κανονικής τράπουλας. Αφαιρούμε αρχικά τα τζόκερ.

Όλες οι κάρτες με τον αριθμό "10" των τεσσάρων κατηγοριών (κούπες, σπαθιά, καρό, μπαστούνια) είναι στο τραπέζι και τα υπόλοιπα φύλλα μοιράζονται στους παίκτες. Οι παίκτες δεν μπορούν να δουν τα χαρτιά τους. Κάθε παίκτης παίρνει ταυτόχρονα και ανοίγει ένα φύλλο από τα φύλλα του. Ο παίκτης με το μικρότερο φύλλο θα πρέπει να παίξει πρώτος: θα πρέπει να βάλει την κάρτα του σε μία από τις τέσσερις στήλες, επιλέγοντας το ίδιο ταίριασμα (κούπες, σπαθιά, καρό, μπαστούνια) με τη σειρά αυξανόμενων αριθμών (από 6 μέχρι άσσο). Εάν η κάρτα που έχει ο παίκτης είναι μικρότερη από 10, θα πρέπει να βάλει την κάρτα του στο τραπέζι στη θέση του ήδη υπάρχοντος 10 και να πάρει το 10 ως "φύλλο ανταλλαγής". Αυτά τα "φύλλα ανταλλαγής" βρίσκονται στο τραπέζι μέχρι το τέλος του γύρου, οι παίκτες δεν επιτρέπεται να πάρουν από τα "φύλλα ανταλλαγής" που θα έχουν μαζέψει.

Εάν οι παίκτες έχουν ένα φύλλο της ίδιας αξίας, μπορούν να παίξουν ταυτόχρονα. Αν ο παίκτης κάνει λάθος, του επιβάλλεται πρόστιμο και έχει μείον έναν πόντο.

Αφού έχουν παιχτεί όλα τα χαρτιά, οι παίκτες θα πρέπει να μετρήσουν τα "φύλλα ανταλλαγής" τους: κάθε ένα φύλλο κούπας αντιστοιχεί σε ένα φύλλο καμηλοπάρδαλης και υπολογίζεται ως ένας πόντος, ενώ κάθε κάρτα μπαστούνι είναι μείον ένας πόντος. Τα σπαθιά και τα καρό φύλλα δεν υπολογίζονται.

Ο παίκτης με το χαμηλότερο αποτέλεσμα είναι ο ηττημένος του γύρου. Για να συνεχίσει να παίζει θα πρέπει να πάρει ένα φύλλο από την – Jaraffe – στίβα και να αναδιατυπώσει μια φράση από τη γλώσσα του τσακαλιού, στη γλώσσα της καμηλοπάρδαλης. Για αυτή τη δουλειά, ο χρόνος είναι μόνο ένα λεπτό. Οι άλλοι παίκτες ελέγχουν το χρονόμετρο και αποφασίζουν αν ο ηττημένος έχει καταφέρει να αναδιατυπώσει την πρόταση. Αν τα καταφέρει, παραμένει στο παιχνίδι και το παιχνίδι επαναλαμβάνεται. Αν ο ηττημένος δεν πετύχει, θα πρέπει ν' αποχωρήσει από το παιχνίδι και το παιχνίδι θα επαναληφθεί χωρίς αυτόν.

Φράσεις:

1. Βγες έξω
2. Σκάσε
3. Είσαι ηλίθιος
4. Αφήστε με ήσυχο
5. Μην έρχεσαι στο γραφείο μου
6. Ελά εδώ
7. Κλείσε την πόρτα
8. Σταματήστε να μιλάτε
9. Δεν θα πεις αυτό που θες
10. Να είσαι στην ώρα σου!
11. Εσύ φταις
12. Είμαι πάντα τόσο κουρασμένος