



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

儿童游戏 技巧培训



主讲：林美嫦



新会区彩虹社会工作综合服务中心





新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center



1. 服务中如何使用游戏

目录

CONTENTS

CONTENTS



2. 服务中微技巧分享



3. 回顾总结



香江社会救助基金会
Heungkong Charitable Foundation



香江心灵成长计划
CHILD MENTAL HEALTH PROJECT



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

游戏有何用？

游戏作用及目的



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center



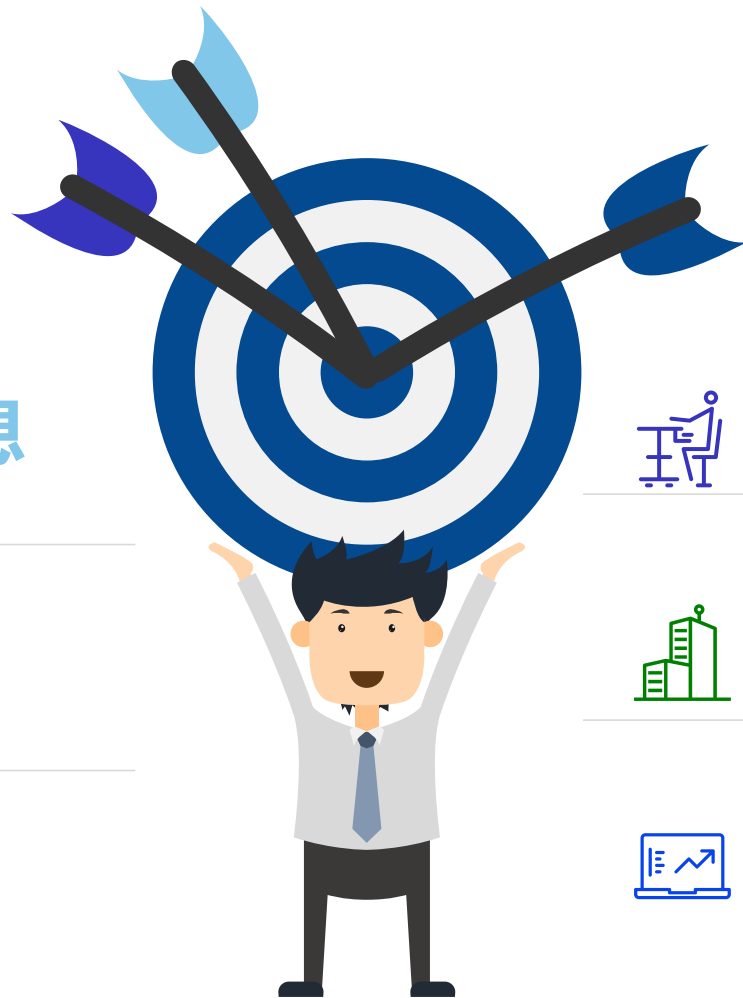
了解参加者信息



建立联结



破冰



行为需求



情感需求



生物需求



游戏选择原则:

1. 趣味及创新
2. 配合参加者能力
3. 多元化：有动 + 有静、用脑 + 用力、
集体 + 分组
4. 具现实意义
5. 规则简单直接
6. 全体参与
7. 具主题/目的，如节日、功能
8. 合适环境：天气、人数、场地
9. 发展体能、智慧、合作性等
10. 安排后备游戏/间场日号、活动



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

一般用在何处？

小组历程及游戏主题



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

	开始期（关键字：试探）	中期转折期（关键字：冲突）	后期成熟（关键字：亲密）	解体期（关键字：离别）
组员关系	小心谨慎、相互试探沉默而被动	有一定认同感抗拒与防卫心理角色竞争中冲突	凝聚力和亲密感增强组员间能自主完成任务	离别情绪小组结构弱化
工作人员任务	彼此认识消除陌生感制定小组契约和规范营造小组安全感和气氛	处理抗拒行为和冲突保持组员对小组目标意识协助重构小组（转移核心）适当控制小组进程	维持组员良好的互动协助组员从认知转变为行为	处理离别情绪保持小组经验
游戏主题推荐	破冰游戏，相互认识	团体合作、促进团队沟通（小组凝聚）	合作解难	感性分享情景模拟

一节小组的时间分配



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

90分钟1节小组分布法

- 10分钟现场和设备布置
- 5分钟工作人员分工最终确定和流程脑海回顾一次
- 15分钟等人游戏（益智类、简单解难游戏等）
- 60分钟小组开展

一节小组的使命



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

起 (15min)

自我介绍，清楚规范，热身暖场，回顾上一节内容

承、转

(30min)

活动进行的核心

合 (15min)

回顾本节内容，引导组员进行分享



“消极情绪消消乐”儿童情绪健康管理小组



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

社会学习理论由 Bandura (2015) 在 1952 年提出，他认为任何有机体观察、学习的过程都是在个体、环境和行为三者相互作用下发生的，儿童社会行为的习得主要是通过观察、模仿现实中重要人物的行为来完成的。

小组活动过程中，组员通过对别人的观察、模仿认识自己、改变自己，社工对于组员的积极改变做出明确的赞扬，起到强化和替代强化的作用；

组员除了直接获得知识经验外，还可以通过小组所营造的良好人际关系环境提升组员的情绪管理能力。

(一) 总目标

提升儿童的情绪管理能力，促进儿童身心健康发展。

(二) 分目标

1. 通过小组，80%的组员能根据自身状况识别4种基本情绪。
2. 通过小组，80%的组员能够至少掌握3种恰当表达情绪的方式。
3. 通过小组，80%的组员至少习得3个调节消极情绪的方法。



<p>第三节 觉察情绪之“情绪小警手”</p>	<p>2023年7月21日 15:00-16:00</p>	<p>80%组员至少掌握2种培养自我觉察能力的方法。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 回顾上节活动内容，对本次 活动做简要介绍。 2. 热身游戏：“传递表情”，引导组员留心觉察自己及他人的情绪，让其理解情绪的因果关系。 3. 培养觉察自己情绪的方法讲解。 4. 模拟“冥想”环节。提高组员对知识的接受度。 5. 互动环节。巩固组员所学知识，协助组员运用到实际中。 6. 分享与总结。
<p>第四节 表达情绪之“情绪小辩手”</p>	<p>2023年7月21日 16:10-17:10</p>	<p>80%的组员能够至少掌握两种恰当表达情绪的方式。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 回顾上节活动内容，对本次 活动做简要介绍。 2. 破冰游戏：“情绪表达我最会”。加深小组成员对情绪的认识，协助组员体验情绪在人脸上的变化。 3. 观看《头脑特工队》电影，引发组员对情绪的思考。 4. 互动环节。加深组员对情绪的认识。 5. 分享与总结。
<p>第五节 调节情绪之“情绪魔法师”</p>	<p>2023年7月25日 15:00-16:00</p>	<p>80%的组员至少习得3个调节情绪的方法。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 回顾上节活动内容，对本次 活动做简要介绍。 2. “情绪大宣泄”。协助组员接纳自己的情绪。 3. 小故事大道理之体验情绪ABC，让组员意识到调节情绪的重要性。 4. 习得调节情绪好方式。引导组员用合适的方式调节自己的负面情绪。



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

2

服务中如何使用游戏

自我介绍



邀请组员共同制作身份铭牌

工具性

游戏介绍

- 低年级：物以类聚、大风吹



- 高年级：帮我签个名、认识你我他、福尔摩斯

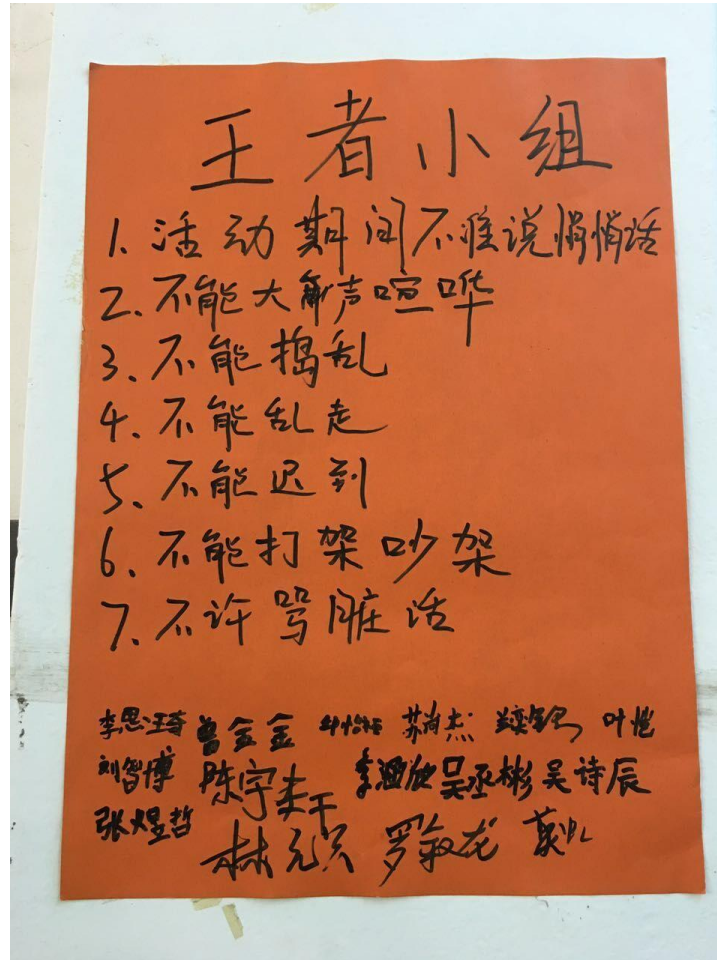
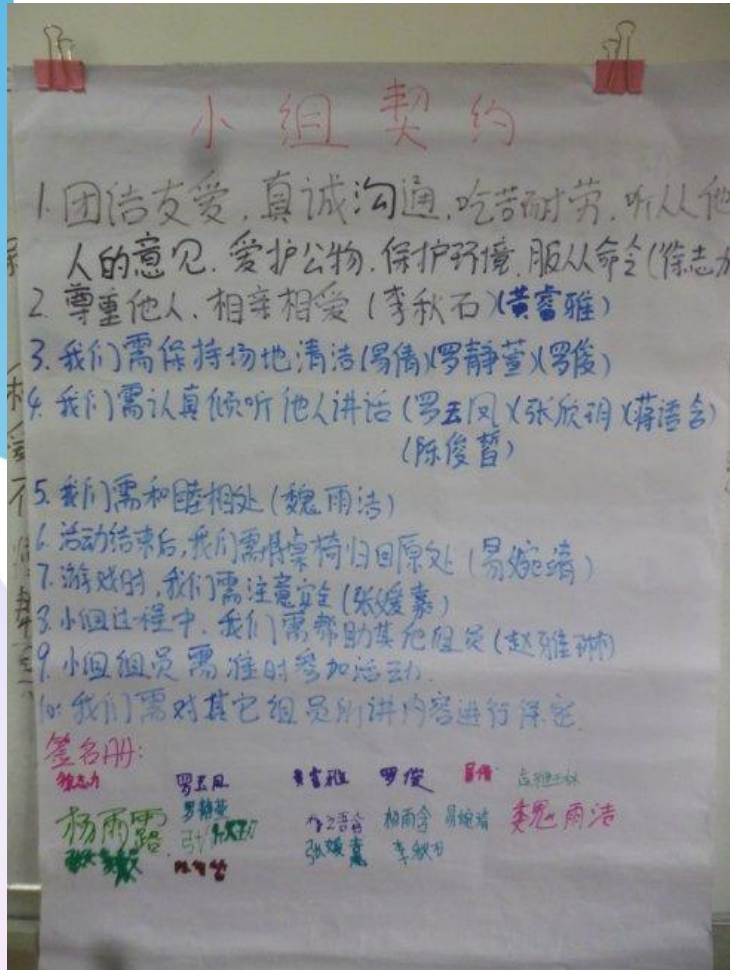


新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

指定小组契约和约定



制定小组契约，需要目标指向清晰、容易操作、多用“我”少用“不”。（小组契约对比）。



制定小组规范和契约时的方法技巧



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

游戏	操作方法
规则一条龙	每人写一条小组规则，贴在胸口，然后所有人共同讨论每条规则的重要性。贴着最重要的规则者排在最前，形成一条队。
新人类	用人形画，带出一个小组中需要什么特性，从而定下目标或所需要遵守的规范。

注意力集中口令推荐：“小嘴巴，不说话”、123坐端正；“Hello—Hi”；“V-wa”等指令。

热身游戏：



	早期	中期	后期
低年级	V哇鬼叫、齐鼓掌、Hello-hi、义工说、人浪游戏	物以类聚、007、蒙罗丽莎（虎克船长）	森林大火、乌鸦乌龟（捉虫虫）
高年级	人名马拉松	谁是公主、进化论、口不对心	

讲解重点：描述——示范——发问——行动——调整

准备就绪

询问参加者是否有疑问，用“**有无对我讲的地方不清楚**”——
邀请参加者重述规则，工作人员进行补充。

分组方式

种类	类型	目的	做法
自由分组	自由分组	适合结构较为稳定，小组整体目标感较强的时期，较少或不存在次小组的情况下。	如：4人一组，自由寻找搭档，无定向，无要求。
半自由分组	随机分组	适合小组初期，需要组员之间多进行互动的阶段。	如：衣服/身上有什么颜色或之间互不认识。
报数分组			如：分2组，可轮流1, 2, 1, 2……或报数1, 2, 3, 4, 5（对应人数为1组）
用场地划分分组			将场区或凳子分为4个区，分成4组（或利用大风车，物以类聚的游戏进行分组）
抽签决定			抽数字卡、颜色牌、颜色糖同一个颜色或相似的聚在一起；组员寻找拼图，拼成一个图片为1组。
刻意安排	结构分组	部分环节或任务，需要具体组员之间进行组合的。	主持人发问问题，举手分享回答后，主持人指定位置。



小组分享及总结



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

任务：回顾本节内容，引导组员进行分享

工作人员对流程进行梳理，巩固组员正面经验

（如：赞扬小组所共同努力完成的成果，鼓励尽力仍然未能完成的任务，

积极持续努力）

小组分享技巧



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

事实

代表经验初次呈现的情况及印象。

感觉

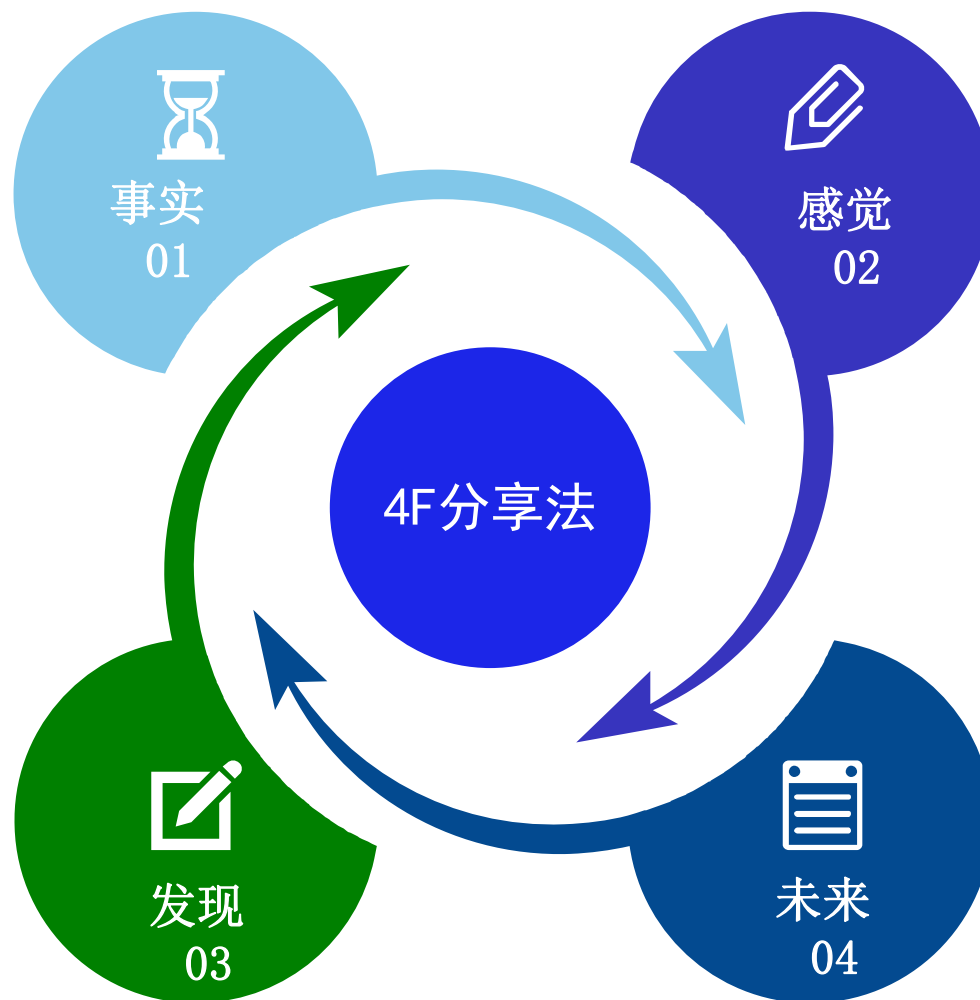
探究游戏过程中的情绪、感受及直觉。

发现

问题通过包括寻求原因、解释、判断、总结。

未来

代表未来的学习转化与转变成长的行动。





1. 在这一节小组活动里，我们一起做了些什么？
2. 哪些情景是最难忘的呢？
3. 有哪些瞬间，是大家最深刻的？
4. 你认为今天这里最棒的2个人，你会选哪两位（除了自己）？
5. 面对这些瞬间，你的感受是什么？
6. 整个活动下来，心情有哪些变化呢？
7. 今天的活动，会发现自己与以往的自己有什么不一样呢？
8. 参加完今天的活动，你会有怎样的变化呢？
9. 回到家，你会怎样用今天学到的内容呢？
10. 如果以后遇到同样的问题（如，每组只有一张纸，但破了）你会怎么做呢？



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center



服务技巧分享

常见问题技巧

1. 主持游戏的宜忌



- ✓ 全情投入，勇敢站出来——不要说话小声
- ✓ 化繁为简，运用身体语言——避免死气沉沉
- ✓ 随机应变熟悉潮流——避免冷场且没有梗接
- ✓ 有幽默感预设笑点和讲故事——避免照本宣科
- ✓ 建立个人风格——避免盲目抄袭
- ✓ 留意每一位参加者的需要及特点——避免要求参加者完成自己的期望
- ✓ 积极关注游戏所有人的安全——不要讲解完规则就袖手旁观
- ✓ 尊重和平等对待每一个人——避免强迫参与



首次开展小组活动或对控场游戏表达不自信的，建议**使用ppt**进行文字提示，若需要**分发道具**的（如：折纸、剪刀、彩色笔等），确保参加者安静和专注在工作员身上，确保安静讲解完毕，再分发道具。

3. 常见问题技巧



A 惩罚

任务、大冒险等

B 适度的奖励

- 游戏中没有失败者。主持人可以说：被人捉到的，请他们出来完成什么任务（或者大冒险）？避免用“输”“赢”“奖”“罚”这些带有胜负的词语，多用“请”“玩游戏”“做到”这些正向词语。
- 尽可能避免个人奖励，促进团队奖励，少物资奖励，多精神奖励。若需要分团队进行积分的，可以奖励给予团队，到了小组结束之时，共同分享（如：A组奖励饮料、B组奖励薯片、C组奖励纸杯）引导组员之间学会分享。



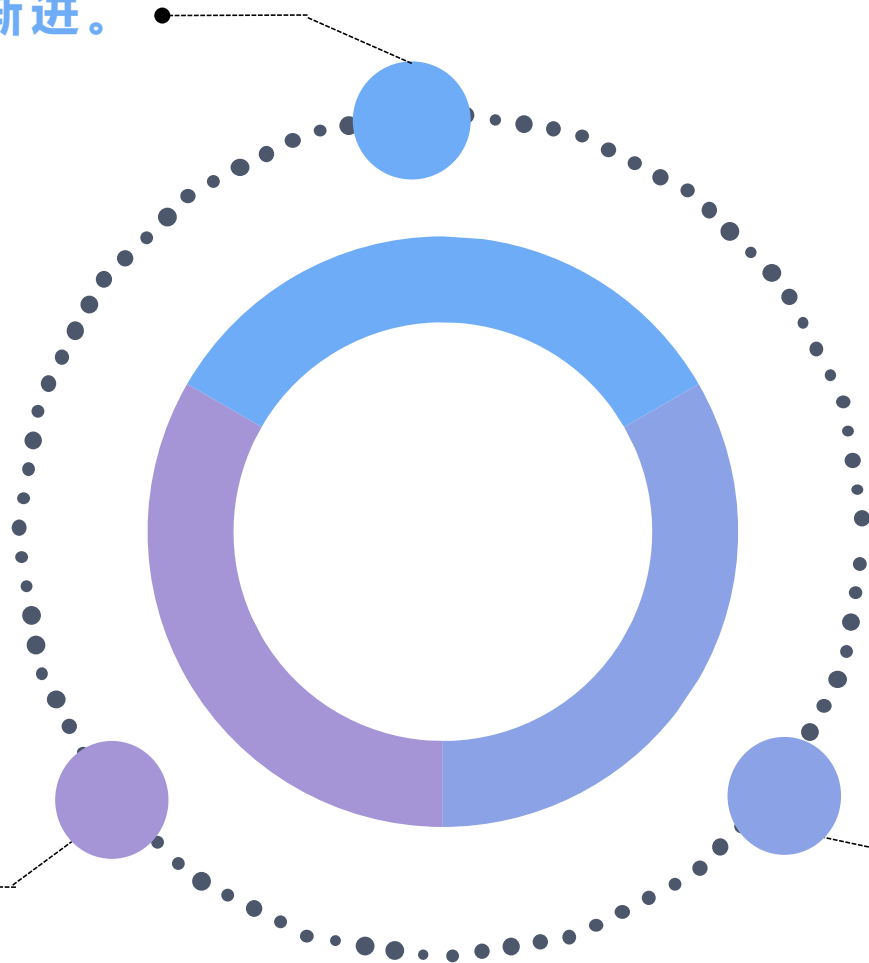
新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

4. 游戏不愿意参与



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

活动设计要循序渐进。



可运用转移视线法

先营造安全合适的氛围



5. 异性之间不愿意牵手

- 活动设计时需要根据小组的状况和参加者的关系进行设计，如确实需要有身体接触，可考虑**有其他的替代**（譬如：用笔、毛巾等代替握手）。
- 游戏可以**由浅入深**（如：体验-自由自在：先鞠躬、打招呼、用脚、握手、拥抱）

6. 怎么玩都不成功



1. 尽管游戏没完成任务，但大家可以告诉我，大家都为任务作出过什么努力？
2. 努力了依然无法完成，大家有何感受？
3. 经过此次经验，大家会发现怎样才能更接近任务的目标呢？
4. 当下次如果遇到同样的挑战，我们要怎样应对挑战呢？

游戏
随时开始
适时结束



气氛到最高涨时，即可游戏结束。



回顾



答疑

- 开场互动
- 服务中如何使用游戏
- 服务技巧分享



新会彩虹社工服务中心
Xinhui Rainbow Service Center

感 谢 聆 听