

Hela familjens styrkespel

Vad är det roligaste att göra tillsammans med ditt barn?

På vilket sätt får man visa ilska i er familj?

Vilka känslor har du lagt märke till hos de vuxna i er familj idag?

När du är ledsen, hur önskar du att föräldern hjälper dig?

Vilka saker är du stolt över hos ditt barn?

På vilket sätt visar man kärlek i er familj?

Att känna igen känslor, att namnge känslor, styrkor, att uppmärksamma det goda, att hitta den egna familjens resurser, att vara i samspel, att prata om svåra saker, att bygga gemenskap, att lyssna på varandra, att ge beröm, att tala om goda minnen. Det här är ingredienserna till Hela familjens styrkespel.

Spelet är utformat för barn i skolåldern, som ett gemensamt spel för föräldrar och barn. Man går framåt i spelet genom att ta så många steg som tärningen visar och dra ett kort ur högen. Om man kommer på en gul cirkel, måste man gå två steg tillbaka. De gröna korten är barnens kort, de orangea är de vuxnas. När det är barnets tur, drar barnet ett kort ur barnens korthög, när det är den vuxnas tur dras kortet ur de vuxnas korthög. Kortets fråga läses upp högt och spelaren svarar på frågan. Svaren till frågorna får utvecklas och det är fantastiskt om svaren kunde vara en öppning till en fin gemensam diskussion.

Om man vill ha en extra twist på spelet kan man ta med de svarta rörelse-korten. Man kan gemensamt komma överens om att till exempel om tärningen visar en fyra, ska man dra ett svart kort och alla spelare gör tillsammans rörelsen som beskrivs på kortet.

Till spelet behöver man en tärning, en spelpjäs åt varje spelare, spelplanen och korten som finns att printa ut från min webbsidas materialbank (korten klipps ut och kan lamineras vid behov). Om man inte laminerar spelplanen kan man få den att hålla bättre om man sätter den i en plastficka.