

Spis treści

Lista gier	7
Część pierwsza	
PODSTAWY TEORETYCZNE I PRAKTYCZNE	7
Wstęp	9
Rozdział 1	
Co to jest samoocena	15
Rozdział 2	
Dlaczego korzystać z gier i zabaw, by wspierać zdrową samoocenę	25
Rozdział 3	
Praca z grupą	31
Bibliografia	40
Literatura cytowana	41
Część druga	
GRY WZMACNIAJĄCE SAMOOCENĘ	43
Rozdział 4	
Nierewalizacyjne sposoby wyboru grupy lub lidera	45
Rozdział 5	
Gry na rozgrzewkę i przełamanie lodów	47
Rozdział 6	
Kim jestem?	61
Rozdział 7	
Przyjaciele i uczucia	75

Rozdział 8	
Odczucie „jestem w porządku”	87
Rozdział 9	
Troszczenie się o siebie	99
Rozdział 10	
Więcej niż tylko mówienie	111
Rozdział 11	
Rozwiązywanie problemów.	125
Rozdział 12	
Wszystkie moje zmysły	135
Rozdział 13	
Kończenie i świętowanie.	145
Dodatek: Przykłady różnych typów gier	152
Indeks tematyczny.	153
Indeks autorów.	154
Podziękowanie	155

Lista gier

Bardzo szczególne drzewo	80	Pracujące części	81
Bieg przełajowy – gra spadochronowa . .	129	Prawda czy fałsz?	71
Bieg w kole	55	Reguła królestwa	58
Biegnij jak wiatr	104	Reklamy	91
Dobra i zła wiadomość	130	Rozszyfruj mnie!	62
Drukowanie palcami	68	Rysunki muzyczne	139
Emocje	112	Rzeźbiarz	82
Gadające głowy	118	Salatka owocowa	53
Gdyby ręce mogły mówić	113	Skarb piratów – gra spadochronowa . . .	150
Gdyby uczucia były kolorami	114	Sławne imiona	52
Gdybym był zwierzęciem	64	Strząśnij to	106
Hi, hi	108	Stwórz to!	126
Idź tą drogą	70	Szpiegujące oko	93
Ile uczuć?	84	Śpiące potwory	105
Inna ciuciubabka	78	Śpiący niedźwiedź	137
Ja potrafię, ty potrafisz	72	To i tamto	142
Jak mam na imię?	49	To ja	119
Klocki	92	Topniejący bawłan	101
Kolorowy ja	95	Trzy rzeczy o mnie	90
Kto jest królem?	83	Ważne imiona	96
Kukielki	97	Wątek opowiadania	63
Lubię moje ręce, bo	88	Wielki grupowy ryk	148
Łapać piłkę – gra spadochronowa	85	Wspólne rysowanie	76
Magiczne trójki	56	Wszyscy razem	107
Magiczny taniec małp	94	Wszyscy się zmieniają	138
Malowanie na dłoni	141	Wszyscy za mną	117
Milczące powitania	54	Wykrywacz dźwięków	140
Mój herb	67	Wymyśl historyjkę	132
Muzyczna równoważnia	127	Wywiady osobiste	122
Nagrody za odwagę	109	Zabawa w chowanego	116
Nasza historia	57	Zabawa w lustro	120
Opowiadania o zmartwieniach	102	Zapakowałem walizkę	103
Opowiedz o mnie	69	Zapakuj walizkę	146
Opuścić statek!	128	Zaplątani	131
Orkiestra głosowa	77	Zdobywanie Oskarów	149
Poczuj to, zrób to	115	Zgadnij jak	143
Podaj muszelkę	89	Zgadnij, co to?	133
Podaj uśmiech dalej	100	Zgadnij, czy to głos?	50
Podążanie za zmysłami	136	Znaki i podpisy	51
Podziel nas	79	Żegnamy się	147
Pokaz różności	121	Żywe ogniwa	66