



شادرام تنها برند تولیدکننده تخصصی بازی های درمانی در کشور



شادی

درمان

آموزش

با همکاری دکتر مصطفی نجفی
فوق تخصص روانپزشکی کودکان و نوجوانان و مدیر پژوهشی شادرام



دفتر مرکزی شادرام: اصفهان،
خیابان فروغی، چهارراه خادمی،
ساختمان کیمیا

☎ ۰۳۱-۳۳۳۸۶۰۰۵
☎ ۰۹۱۲۰۸۶۰۵۰۸
🌐 www.Shadram.com

📘 ShadramGroup
📺 ShadramGames
📧 @ShadramGroup



مقدمه

موسسه درمان پویان فراسو ایرانیان، توسعه دهنده برند شادرام، از همکاری سه گروه تخصصی به وجود آمده است:

- گروه پژوهشی دکتر مصطفی نجفی؛ فوق تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، همکاری در حوزه: طراحی و ایده‌پردازی بازی‌ها- مطالعات اثربخشی و بررسی پژوهش‌های علمی.
 - شرکت آرمان فردا: طراحی و تولید بازی‌های فیزیکی (مهره و صفحه)- متخصص تولید بازی‌های فکری- آموزشی، بسته‌های خلاقیت کودکان و کیت‌های رباتیک.
 - شرکت دیده‌پرداز صبا: طراحی و تولید بازی‌های نرم‌افزاری- دارای تجربه فراوان در زمینه تولید بازی‌های نرم‌افزاری، پردازش تصویر، ماشین بینایی و اتوماسیون.
- محصولات تولیدی شادرام در واقع نسل سوم اسباب‌بازی‌های کودکان است که علاوه بر جنبه سرگرمی و شادی (نسل اول)، و جنبه فکری و آموزشی (نسل دوم) دارای ویژگی روانپزشکی و کمک درمانی نیز می‌باشد و برای درمان اختلالاتی مانند نقص توجه - بیش‌فعالی (ADHD)، اختلال سلوک، اختلال نافرمانی مقابله ای و ... نیز مفید بوده و جنبه دارویی دارد.
- شادرام از نظرات شما در زمینه نسل سوم بازی‌ها استقبال می‌کند و هدفش تنها فروش محصولات نیست، بلکه به عنوان تنها تولیدکننده بازی‌های درمانی در کشور، به توسعه و ترویج بازی‌های درمانی اهتمام دارد. تمامی محصولات شادرام دارای مجوز تولید و ثبت اسباب بازی از شورای نظارت بر اسباب بازی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان می‌باشند.

پایان‌نامه‌ها و پژوهش‌های بازی‌درمانی شادرام:

طی بررسی‌های علمی و پایان‌نامه‌های انجام شده، تاثیر بازی‌های درمانی شادرام بر درمان اختلالات کودکان و نوجوانان مورد تایید قرار گرفته است. از جمله بررسی‌های علمی صورت گرفته (تحت راهنمایی و نظارت دکتر مصطفی نجفی) می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- ۱- پایان‌نامه اثربخشی بازی‌های کنترل خشم بر علائم رفتاری و خشم کودکان بیش فعال (پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی- دارای گواهی پذیرش چاپ مقاله Original در مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان) (دفاع شده با نمره ۱۹/۵ از ۲۰)
- ۲- پایان‌نامه اثربخشی بازی‌های درمانی بر کنترل خویشتنداری و علایم رفتاری و تکانشگری کودکان بیش فعال (پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی)
- ۳- پایان‌نامه بررسی تاثیر استفاده از بازی‌های بین و بگو (stare) در تغییرات تمرکز و مشکلات رفتاری کودکان بیش فعال- نقص توجه ۱۰ تا ۱۲ ساله (طرح پژوهشی مصوب در مرکز تحقیقات علوم رفتاری دانشگاه علوم پزشکی اصفهان)
- ۴- پایان‌نامه اثربخشی بازی آرام باش بر کنترل تکانه کودکان بیش فعال ۷ تا ۱۳ ساله شهر اصفهان (پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی با پذیرش مقاله از مجله

(international journal of educational and psychology researches

Effectiveness of the Cool-Down Game in Reducing Emotional and Behavioral Problems of 7-13 Years Old Hyperactive Children accepted in International Journal of Educational and Psychological Researchers

۵- پایان نامه بررسی تاثیر بازی صورت های فضایی بر میزان توجه کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه و بیش فعالی مراجعه کننده به درمانگاه روانپزشکی کودک و نوجوان نور شهر اصفهان در سال ۱۳۹۴ (پایان نامه کارشناسی ارشد دانشکده پرستاری دانشگاه علوم پزشکی اصفهان)

۶- پایان نامه بررسی تاثیر نرم افزار آموزشی تفریحی شبهنم در کاهش شب ادراری (پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی)

۷- پایان نامه بررسی تاثیر بازی تعاملی کودک قهرمان بر کیفیت زندگی کودکان تحت شیمی درمانی (پایان نامه کارشناسی ارشد پرستاری دانشکده پرستاری دانشگاه علوم پزشکی اصفهان) (دارای رتبه برتر استانی از جشنواره فرهنگی آموزشی شهید مطهری سال ۱۳۹۵)

۸- پایان نامه بررسی تاثیر نرم افزار آموزشی تفریحی کودک توانا بر کاهش ترس از تزریق انسولین در کودکان دیابتی (دارای رتبه اول استانی و رتبه اول کشوری در جشنواره آموزشی فرهنگی شهید مطهری سال ۱۳۹۳ و دارای دو مقاله ISI چاپ شده)

۹- پایان نامه بررسی تاثیر استفاده از نرم افزار LFI بر بهبود علائم کودکان اوتیستیک (پایان نامه دکترای حرفه ای پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان)

۱۰- پایان نامه بررسی تاثیر نرم افزار واقعیت مجازی بر کاهش علائم ترس از رانندگی (پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی)

۱۱- پایان نامه بررسی تاثیر نرم افزار واقعیت مجازی بر کاهش علائم ترس از ارتفاع (پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی)

۱۲- پایان نامه بررسی تاثیر نرم افزار واقعیت مجازی بر کاهش علائم ترس از مدرسه (پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی)

۱۳- پایان نامه بررسی تاثیر نرم افزار واقعیت مجازی بر کاهش علائم ترس از تزریق و خون (پایان نامه دکترای حرفه ای پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان)

۱۴- بررسی اثر بخشی بازی کودک شکبیا بر کنترل تکانه کودکان بیش فعال ۷ تا ۱۲ ساله شهر اصفهان

۱۵- بررسی اثر بخشی بازی «بینگوی» جهت پیشگیری از اعتیاد به مواد مخدر و الکل در نوجوانان

۱۶- بررسی تاثیر بازی درمانی «رویای تاریک» جهت پیشگیری از اعتیاد به مواد مخدر و الکل در کودکان ونوجوانان

۱۷- بررسی اثر بخشی بازی «کشتی نجات» جهت پیشگیری از اعتیاد به مواد مخدر و الکل در کودکان ونوجوانان

۱۸- بررسی تاثیر «بازی تارهایی» جهت درمان اعتیاد به مواد مخدر و الکل در نوجوانان و جوانان

۱۹- بررسی اثر بخشی بازی «سال فارغ التحصیلی» جهت پیشگیری از اعتیاد به مواد مخدر و الکل در نوجوانان بالای ۱۲ سال

۲۰- تاثیر ایکس باکس [کینکت بر تغییرات رفتاری و کیفیت زندگی بیماران سکتة مغزی

۲۱- بررسی تاثیر آموزش از طریق شبکه اجتماعی بر نمره افسردگی، اضطراب و کیفیت زندگی بیماران مبتلا به تیلیگو

۲۲- تاثیر استفاده از کنسول های بازی ایکس باکس و کینکت بر تغییرات شناختی و تغییرات وزن کودکان و نوجوانان اوتیستیک شهر اصفهان

۲۳- بررسی نقش شبکه اجتماعی واتز آپ در بهبود آموزش [دانش، نگرش و رضایت مندی] دانشجویان پزشکی در مبحث روانپزشکی

۲۴- بررسی تاثیر آموزش موبایلی مهارت های والدگری بر اضطراب مادران و علائم کودکان اوتیستیک مراکز منتخب اوتیسم اصفهان در سال ۱۳۹۴



بیش‌فعالی و کم‌توجهی در کودکان و نوجوانان (ADHD)

اختلال کم‌توجهی - بیش‌فعالی (Attention-deficit hyperactivity disorder) یک اختلال رفتاری رشدی است. معمولاً کودک توانایی دقت و تمرکز بر روی یک موضوع را نداشته، یادگیری در او کند است و کودک از فعالیت بدنی غیر معمول و بسیار بالا برخوردار است. این اختلال با فقدان توجه، فعالیت بیش‌ازحد، رفتارهای تکانشی، یا ترکیبی از این موارد همراه است. هر کودکی با شک ADHD باید به دقت تحت نظر یک پزشک معاینه گردد. بسیاری از این کودکان، یک یا چند اختلال رفتاری دیگر نیز دارند. همچنین ممکن است یک مشکل روانی مانند افسردگی یا اختلال دوقطبی داشته باشند.

انواع بیش‌فعالی:

۱) نوع غالباً کم‌توجه
۲) نوع غالباً بیش‌فعال (تکانشگر)
۳) نوع مرکب (ADHD)

رفتار کودک معمولاً همراه با پرتحرکی، بی‌توجهی و رفتارهای ناگهانی است. این رفتارها از قبیل انجام کارها به طور نیمه‌کاره، عدم تلاش ذهنی برای انجام تکالیف، فعالیت و تحرک بدنی بسیار بالا حتی زمانی که مشغول بازی نیستند، گم کردن پی‌درپی وسایل شخصی، نداشتن تمرکز و دقت بالا در انجام کارها می‌باشد. در دوران مدرسه ممکن است بروز اختلالات یادگیری خصوصاً اختلال در خواندن و نوشتن را داشته باشیم. معمولاً این کودکان با افزایش سن بهتر می‌شوند. البته بهبودی قبل از دوازده سالگی بعید است ولی بین سنین دوازده تا بیست سالگی اکثریت موارد مبتلا به این اختلال بهبود می‌یابند. در پانزده تا بیست درصد موارد علائم تا بزرگسالی باقی می‌ماند. افراد مبتلا به این اختلال در بزرگسالی علائم مربوط به پرتحرکی را ندارند بلکه بیشتر بی‌قراری دارند؛ تکانه‌ای عمل می‌کنند و اختلال توجه و تمرکز نشان می‌دهند. کودکان مبتلا به نوع اول بیش‌فعالی در توجه و دقت و تمام کردن کارها مشکل دارند و کودکان حواس‌پرت و آشفته‌ای هستند. محققان دریافته‌اند که این کودکان در انجام کارهای تحصیلی نیز مشکل دارند.

در نوع کم‌توجهی کودک بیشترین مشکل را در نگهداری توجه و تمرکز دارد. به نظر می‌رسد که او هیچ توجهی به صحبت‌های طرف مقابل نمی‌کند، در اتمام کارهایش حتی آن کارهایی که خود کودک دارای بیش‌فعالی دوست دارد، مشکل دارد، به جزئیات بی‌توجه است، هنگام بازی یا انجام تکالیف تمرکز کافی ندارد، وسایل خود را مدام گم می‌کند یا در خانه و مدرسه جا می‌گذارد. دختران بیشتر از پسران به این نوع اختلال دچار می‌شوند.

در نوع پرتحرکی/ تکانشگری، کودک بسیار پرتحرک بوده و عمدتاً دست به کارهای خطرناک از جمله بازی با وسایل برقی، بالا رفتن از دیوار یا کمدها و... می‌زند، پرحرف است، رفتارهای پرخاشگرانه از خود نشان می‌دهد، دائماً می‌خواهد جلب توجه کند، سر جای خود مدام وول می‌خورد، حرکتهای بی‌جا از خود نشان می‌دهد، با دست‌های زیاد بازی می‌کند. برای انجام هر کاری عجله دارد و همیشه در حال دویدن است. این نوع اختلال بیشتر در پسران دیده می‌شود.

همه‌گیر شناسی بیش‌فعالی در کودکان و نوجوانان:

به نظر می‌رسد این اختلال در ۳ تا ۵ درصد از کودکان در سنین مدرسه رواج داشته باشد، پژوهش‌ها حاکی از آن است که پسران بیشتر از دختران (نسبت ۳ به ۱ یا ۵ به ۱) به این اختلال مبتلا می‌شوند. همچنین این اختلال در زایمان‌های اول به شرط پسر بودن نوزاد (تأثیر جنسیت) و خانواده‌هایی که والدین آن‌ها دچار مصرف مواد مخدر، اختلال اجتماعی، اختلال بیش‌فعالی و ... هستند شایع‌تر است.

بعضی از مردم معتقدند که این کودکان باهوش‌اند، در مقابل برخی معتقدند که آنان از هوش کمتری برخوردارند. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که این کودکان دارای هوش کمتری نیستند اما وجود برخی مشکل‌ها در عملکرد مربوط به توجه و تمرکز حواس باعث بروز مشکل در عملکرد هوشی این کودکان می‌شود. و اغلب این نگرش وجود دارد که این اختلال را ناشی از عوامل زیستی، آسیب مغزی یا وراثت بدانند، ۳ تا ۵ درصد کودکان مبتلا به این بیماری هستند که در این میان پسرها سه برابر بیشتر از دخترها مبتلا می‌شوند.

تاریخچه اختلال بیش‌فعالی در کودکان و نوجوانان:

قدیمی‌ترین توصیفی که از بیش‌فعالی یا فزون جنبشی وجود دارد از پزشکی آلمانی به نام هاینریش هافمن در میانه سال‌های ۱۸۰۰ است. شکسپیر در یکی از شخصیت‌های داستانی خود در نمایش‌نامه «شاه هنری هشتم» به نوعی از این بیماری اشاره کرده است.

در ادبیات توصیفی کودکان با اختلال نارسایی بیش‌فعالی به نام برخی از افراد معروف برمی‌خوریم که نویسندگان آن منابع ادعا کرده‌اند که این افراد، به این اختلال مبتلا بودند. این ادعا براساس شرح حالی که از زندگی این افراد در تاریخ آمده انجام گرفته است بدون اینکه این ادعا را تأیید بکنیم نام برخی از این افراد را یادآور می‌شویم. سقراط، موزارت، ناپلئون بناپارت، جمال عبدالناصر، نیوتون، الکساندر گراهام‌بل، چرچیل، هانس کریستین آندرسون، آگاتا کریستی، بتهوون، لئوناردو داوینچی، گالیله، لئو تولستوی، ارنست همینگوی، شاهزاده چارلز، ونگوگ، ادیسون، بیل کلینتون، جرج بوش، جان کندی، جان راکفلر، بیسمارک، داروین، اینشتین، برناد شو، پیکاسو.

مشکلات بالینی اختلال بیش‌فعالی:

در کودکان دارای این اختلال مشکل‌های بالینی به قرار زیرند: تکانشگری (رفتار بدون تفکر)، کم‌توجهی و حواس‌پرتی، دچار اشکال هنگام بازی با کودکان، بی‌توجهی به حرف دیگران، مشکل در پیروی از دستورها، انجام کارهای خطرناک بدون آنکه به پیامد آنها فکر کند، رفتارهای آزارشی، نافرمانی و عدم همکاری، خودآزاری (کندن مو و پوست خود)، معمولاً برخوردار بودن از هوش‌بهر طبیعی (ناتوانی در انجام برخی کارها مثل تکلیف‌ها و یادگیری در مدرسه)، تصادف کردن به میزانی بیش از دیگران، داشتن عزت نفس پایین و احساس ناکامی، نشان دادن بسیاری از مشکل‌های خود حتی در خواب (تکان خوردن پیاپی و جابجا شدن)، داشتن مشکل‌های اجتماعی مانند گوشه‌گیری یا پرخاشگری، اختلال‌های زبان و گفتار، اختلال در خواندن و نوشتن، مشکل سازگاری در موقعیت‌های جدید، نارسائی‌های شناختی، اختلال‌های خلقی و افسردگی.

بازی‌های درمانی شادرام
در حوزه درمان ADD و ADHD
اختلال کم توجهی – بیش فعالی

ADHD



• صورت های فضایی

بازی درمانی صورت های فضایی باعث افزایش تمرکز و توجه، ظرفیت فراخوانی حافظه، و حافظه کوتاه مدت می شود.

ساعت شنی این بازی درمانی ۷۵ ثانیه ای و تعداد بازیکنان ۲ تا ۴ نفر می باشد. سن بازی درمانی صورت های فضایی بالای ۴ سال است (کودکانی که توانایی خواندن و نوشتن ندارند نیز می توانند این بازی درمانی را انجام دهند).

شیوه بازی درمانی به این صورت است که ابتدا یکی از بازیکنان تاس فضایی را تکان می دهد. ۵ گوی رنگی و ۴ حفره در تاس وجود دارد که با تکان دادن تاس، گوی ها به صورت تصادفی در حفره ها قرار می گیرند. مجموعاً ۱۲۰ حالت مختلف ممکن است رخ دهد که در هر حالت مشخصات چهره یکی از ۱۲۰ صورت فضایی که در صفحه بازی موجود است را شکل می گیرد. سپس در مدت زمان ۷۵ ثانیه که توسط ساعت شنی اندازه گیری می شود، بازیکنان فرصت دارند صورت فضایی مورد انتظار تاس را پیدا کنند. اولین فردی که صورت فضایی را پیدا کرد، با صدای بلند اعلام می کند و آن را نشان می دهد. در صورتی که صورت مورد نظر درست پیدا شده بود، یک «آدمک فضایی» جایزه می گیرد و آن را درون سفینه خود قرار می دهد.

سفینه ۵ جای خالی برای نشستن آدمک فضایی دارد. اولین نفری که توانست همه ۵ سرنشین سفینه خود را کامل کند، برنده است. زیبایی های دیداری و قطعات جذاب بازی و نیز رقابت با دیگران (برای برنده شدن) و رقابت با خود (برای رکوردشکنی) انگیزه لازم را در کودک ایجاد می کند تا با انجام دوباره و دوباره، بازی تمرکز و حافظه خود را بهبود بخشد.

- بهبود مشکل تمرکز در کودکان مبتلا به ADHD (اختلال نقص توجه - بیش فعالی) و مشکلات مربوط به حافظه.

- مناسب برای افرادی که مشکلات تمرکزی یا حافظه ای دارند، حتی اگر مبتلا به ADHD یا سایر اختلالات مرتبط نباشند.

- افزایش مهارت های توجه، تمرکز و حافظه (در انواع آن) در تمامی کودکان.



برای: ۲ تا ۴ بازیکن
سن: بالای ۴ سال

• ببین و بگو

ساعت شنی بازی درمانی ببین و بگو ۳۰ ثانیه ای و تعداد بازیکنان از ۲ تا ۴ نفر می‌باشد. بازی ببین و بگو مناسب برای کودکان بالای ۴ سال است. (کودکانی که توانایی خواندن ندارند می‌توانند به همراه یک بزرگ‌تر بازی درمانی را انجام دهند؛ یا به جای خواندن پرسش‌های پشت هر کارت، به صورت دلخواه از خود پرسش طرح کنند.) تعداد کارت‌ها ۱۶۰ و مجموع تعداد پرسش‌ها ۹۶۰ عدد می‌باشد.

بازیکنان مهره خود را در خانه شروع قرار می‌دهند و شروع می‌کنند. کارت‌ها بُر خورده و در هر نوبت یکی از آن‌ها به صورت تصادفی انتخاب می‌شود. زمانی که کارت در اختیار بازیکن قرار گرفت، ساعت شنی برمی‌گردد و بازیکن ۳۰ ثانیه فرصت دارد تا تصویر را به حافظه خود بسپارد. سپس بر اساس عددی که در تاس آمده، سوال مورد نظر پشت کارت خوانده می‌شود. در صورتی که فرد پاسخ صحیح بدهد، به تعداد عدد تاس جلو می‌رود.

اولین نفری که زودتر به خانه پایان برسد برنده است.

بازی درمانی ببین و بگو جهت تقویت حافظه و افزایش مهارت‌های تمرکز و توجه و درمان کودکان بیش‌فعال با همکاری گروه فوق‌تخصصی روانپزشکی کودکان و نوجوانان طراحی شده است.

- بهبود مشکل تمرکز در کودکان مبتلا به ADHD (اختلال نقص توجه-بیش‌فعالی) و مشکلات مربوط به حافظه.

- مناسب برای افرادی که مشکلات تمرکزی یا حافظه ای دارند، حتی اگر مبتلا به ADHD یا سایر اختلالات مرتبط نباشند.

- افزایش مهارت‌های توجه، تمرکز و حافظه (در انواع مختلف آن) در تمامی کودکان.

برای: ۲ تا ۴ بازیکن
سن: بالای ۶ سال

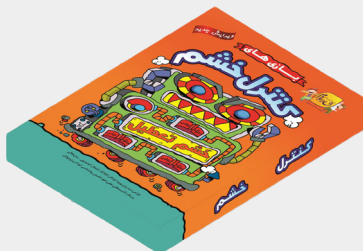


• مجموعه بازی کنترل خشم

۳. آرام باش
آموزش ناهشیارانه تکنیک های «آرام سازی» یا Relaxation
خنثی سازی اثر محرک ها و موقعیت های نامطلوب
۴. چرخه احساسات
مواجهه کودک با خشم خود و مهارت بیان آن
به جای عمل کردن یا سرکوب
مبتنی بر رویکرد درمانی هیجان مدار (EFT)
۵. مسابقه مسئولیت
بهبود روابط کودک با خانواده، مسئولین مدرسه، همکلاسی ها و دیگران
اثبات مناسب کودک به خودش و دیگران و پرهیز از
مسیرهای ناهنجار و پرخاشگرانه
۶. سازگاری
آموزش نحوه مدیریت ناکامی ها و مشکلات
بین فردی
ساخت راه حل های منطقی و پرهیز از بروز
خشم به صورت عملی

سعی اصلی در این بازی درمانی بر جلوگیری از رفتارهای برخاسته از «هیجان خشم» است که معمولاً با رفتارهای «عصبی» و رفتارهای «تکانشی» خود را نشان می دهد. نکته مهم در انجام این بازی درمانی آن است که ژتون های دریافتی در هر بازی می تواند با ژتون های سایر بازی های مجموعه جمع شود. در این صورت برنده نهایی کسی است که در مجموع بازی ها ژتون بیشتری دریافت کرده باشد.

۱. کلیدهای خشم
آگاهی نسبت به موقعیت های ایجاد کننده خشم
- آموزش راه هایی به جز «پرخاش» برای خاموش کردن خشم
۲. ایست دادن به خود
آموزش نحوه مواجهه با موقعیت های عصبانی کننده
- آموزش ایجاد ذهنیت خوب در دیگران به کمک رفتارهای مناسب خود



برای: ۲ تا ۴ بازیکن
سن: بالای ۶ سال



• مجموعه بازی کودک شکیبا

چطور بچه‌ها شکیبایی و خویشتنداری را یاد می‌گیرند؟

مشکلات خودکنترلی یکی از مهمترین نگرانی‌های مربیان و متخصصین سلامت روان است. وقتی بچه‌ها بسیار عصبانی، تکانشگر، بی توجه یا بی انضباط اند، ما چنین فرض می‌کنیم که آن‌ها انگیزه یا شاید توانایی برآوردن انتظارات رفتاری ما را ندارند.

بین بچه‌هایی که موافق و سازگار با مقررات بزرگترها هستند و بچه‌هایی که مشکلاتی در خودکنترلی دارند، تفاوت‌هایی وجود دارد که بسیاری از پژوهش‌ها به آن‌ها اشاره کرده‌اند. بچه‌هایی که مشکلات رفتاری مرتبط با خودکنترلی دارند، نوعاً از فرایندهای شناختی متناسب با سن خود بی بهره‌اند و نمی‌توانند خودشان را با محیط‌شان سازگار کنند و بر آن اثر بگذارند؛ حتی ممکن است مشکلاتی نیز در درک و بیان احساسات خود، درک احساسات دیگران و سازگاری با مقررات و انتظارات بزرگترها داشته باشند.

ما معتقدیم که بسیاری از مهارت‌های مربوط به خودکنترلی قابل آموزش بوده و بازی یکی از موثرترین روش‌های آموزش این مهارت‌های روانشناختی است.

بعد رفتاری

بازی «زنگ احساس!» در رابطه با تکانشگری رفتاری طراحی شده است. این بازی به کودکان کمک می‌کند تا به عواقب رفتارهایشان فکر کنند و از افراد و موقعیت‌هایی که ممکن است باعث مشکلات رفتاری آن‌ها شود پرهیز کنند و بفهمند موقعی که تحریک می‌شوند چه طرح و روشی را انتخاب کنند. فرض این بازی این است که یکی از بهترین روش‌های جلوگیری از رفتارهای مشکل دار، کمک به بچه‌ها برای یادگیری پرهیز از موقعیت‌ها و افرادی است که ممکن است باعث رفتار نادرست آن‌ها شوند. این امر شامل تعامل با دیگر بچه‌هایی است که ممکن است آن‌ها را تحریک یا اذیت کنند؛ دلیل مشترکی که باعث عصبانیت و خشم کودکان دبستانی می‌شود.

بعد شناختی

یکی از متداول‌ترین روش‌های آموزش خودکنترلی به بچه‌ها این است که یادشان بدهیم با خودشان حرف بزنند. کسانی که بیشتر بازتاب دهنده‌اند تا تکانشگر، با خودشان حرف می‌زنند تا رفتارشان را کنترل کنند. این گفتگوی درونی نوعی هدایت خود یا خودتنظیمی است. فرض این بازی این است که افکار هم مثل رفتار، قابل آموزش بوده و می‌توان آن‌ها را تمرین و تقویت کرد. بنابراین بچه‌هایی که مشکلات خودکنترلی دارند می‌توانند با یادگیری صحبت با خود، تکانشگری‌شان را مهار کنند. بازی «برج مراقبت» مانند یاد دادن ورزش به یک ورزشکار است. بچه‌ها یاد می‌گیرند با تشویق خودشان و تغییر جملات منفی به مثبت، مربی خودشان باشند.

• طراحی شده جهت آموزش مهارت‌های خودکنترلی

• شناخت احساسات، افزایش هوش هیجانی

• مهارت‌های مثبت‌اندیشی و مدیریت فردی در کودکان و نوجوانان



برای: ۲ تا ۴ بازیکن
سن: بالای ۶ سال



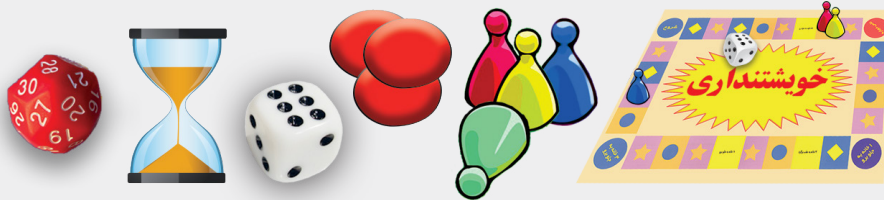
• مجموعه بازی خویشتنداری

- تصمیم گرفتن بر اساس اندیشیدن و همچنین توانایی مواجهه با افراد نادرست و موقعیت‌های نابجا
- مبتنی بر تکنیک‌های روان درمانی «رفتاری» در سه سطح
- ۳. مربی خودت باش
- کاشتن فرضیه‌ها و الگوهای فکری متفاوت در ذهن کودک
- تمرکز روی بعد «شناختی» کودکان و آموزش مهارت‌های «خودگویی» و «حل مسئله»
- ۴. درست و به موقع
- تقویت تپ شخصیت «قراردادی»، اهمیت دادن به زمان و آموزش برنامه ریزی
- مبتنی بر تکنیک‌های «رفتاری-شناختی» و به طور خاص «اقتصاد ژتونی»
- ۵. کمک به دیگران
- کمک به اجتماعی‌تر شدن کودک از طریق کاهش مفهوم «خودبینی»
- دریافت بازخوردهای خوب دیگران و دوری از احساس «طرد شدگی»
- ۶. می‌شه منم بازی کنم؟
- ایجاد و بهبود سه مهارت «ورود به جمع»، «دوست شدن» و «همکاری گروهی»
- آموزش قواعد دوستی‌های خوب و گروه‌های مناسب به صورت ناهشیارانه

این مجموعه بازی درمانی شامل ۶ بازی است که هر بازی قسمتی از مهارت‌های مرتبط با هوش هیجانی، حل مسئله، و مشکلات رفتاری کودک را حل می‌کند. بازی در صورتی که برای کودکان اجرا می‌شود بهتر است توسط یک فرد بزرگ‌تر (والدین، مربی، درمانگر) راهنمایی شود که توانایی دآوری بازی و تشخیص پاسخ‌های درست را داشته باشد. توصیه می‌شود ابتدا این بازی درمانی توسط درمانگر به کودک و والدین آموزش داده شود، و سپس در خانه طبق نسخه درمانگر صورت بگیرد.

این بازی درمانی ۲-۴ نفره است و سن انجام بازی درمانی بین ۶-۱۲ سال است. چون اصل بازی با تاس ۳۰ وجهی صورت می‌گیرد، پرسش‌ها، موقعیت‌ها و جوایز شماره ۲۵ تا ۳۰ خالی است تا درمانگر یا والدین طبق شناختی که از وضعیت و مشکل کودک دارند جای خالی را برای او پر کنند.

۱. قلب منو شکستی
- تجربه مستقیم هیجانات و احترام به هیجانات دیگران و توجه به ناراحتی آنان.
- مبتنی بر درمان هیجان مدار (EFT) و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT)
۲. من خویشتندار هستم



برای: ۲ تا ۶ بازیکن
سن: ۴ تا ۱۲ سال



• بازی کنترل تکانه

بازی کنترل تکانه یک بازی تفریحی، درمانی و آموزشی است که برای کمک به اشخاص مبتلا به ADD ، ADHD و سایر مشکلات تکانشگری طراحی شده است. این بازی هفت مهارت خاص را آموزش می دهد که در تحقیقات علمی برای کمک به کودکان تکانشگر جهت کنترل تکانه، تصمیم گیری درست، و جلوگیری از فعالیت های مخربی که به خودشان یا دیگران آسیب می رساند، توصیه شده است:

- پذیرش تاخیر در گرفتن پاداش
- مطالعه نشانه های اجتماعی بودن
- یادگیری مزایای کنترل تکانه
- توسعه گفتگوی مثبت با خود
- بهبود مهارت های حل مسئله
- فهم عواقب فعالیت های تکانشگرانه
- بهبود قابلیت توقف یک رفتار



برای: ۲ تا ۶ بازیکن
سن: ۷ تا ۱۴ سال

• بازی ریموت کنترل تکانه

کودکان بیش فعال به سختی: (۱) از مشکلات گذشته درس می گیرند، (۲) نسبت به نتیجه احتمالی کارهایشان بازتاب نشان می دهند و (۳) از درک بازتاب اصلی اعمالشان برای واکنش های احتمالی مربوطه خودداری می کنند (رفتار مناسب). بازی کنترل از راه دور تکانه مجموعه ۴ بازی کارتی است که ۳ مهارت ضروری برای کنترل تکانه را مورد توجه قرار خواهد داد: توقف و تغییر رفتار؛ بازگشت و درس گرفتن از اشتباهات گذشته؛ و نگاه به آینده و تفکر درباره عواقب احتمالی رفتار آتی.

در طول بازی، بازیکنان آموزه های مشخصی را براساس رفتار تکانشگرانه کودکان عادی مطالعه می کنند و سپس به تمرین یکی از مهارت های ضروری سه گانه فوق خواهند پرداخت



ریموت کنترل تکانه

این جعبه شامل چهار بازی در دو نسخه رقابتی و وابسته به همکاری برای کودکان پایه ی ۱ تا ۵ و پایه ی ۶ تا ۹ می باشد .

بازیکن ها سه مهارت ضروری برای کنترل تکانه را یاد می گیرند:

ایست - بررسی مجدد رفتار

◀▶ عقب گرد - درس گرفتن از اشتباهات گذشته

▶▶ با سرعت به پیش - تفکر درباره ی عواقب بالقوه ی هر رفتار

▶ این جعبه شامل چهار بازی در دو نسخه رقابتی و وابسته به همکاری برای کودکان پایه ی ۱ تا ۵ و پایه ی ۶ تا ۹ می باشد .

▶ بازیکن ها سه مهارت ضروری برای کنترل تکانه را یاد می گیرند:

برای: ۲ بازیکن یا بیشتر
سن: ۶ تا ۱۴ سال

اقیانوسی آرامش

آموزش مهارت‌های مقابله با اضطراب و استرس



• بازی اقیانوس آرامش

استرس یکی از علل مهم اختلالات خلقی و عاطفی در بچه هاست. استرس می تواند موجب افت تحصیلی و اختلال در ارتباط بین کودک و اطرافیان او شود و در دراز مدت در او ایجاد اضطراب و افسردگی کند. کودکان اغلب به دلیل پایین بودن سطح تفکر انتزاعی، قادر به بیان احساس خود نیستند و نمی توانند به شما بگویند که دچار استرس شده اند اما رفتارشان آن را آشکار می کند.

شادرام بازی «اقیانوس آرامش» را در راستای شناسایی عوامل استرس زا در کودکان و ارائه راهکارهایی مناسب در زمان مواجه کودکان با استرس طراحی شده است. این بازی براساس ۸ عامل مهم (تغذیه، ورزش، انضباط، گوش دادن و تنفس، تجسم، وسواس فکری، تعامل، مثبت اندیشی و سکوت و دما) برای کنترل استرس در کودکان طراحی شده است.



برای: ۲ تا ۴ بازیکن
سن: ۱۳ سال به بالا



مجموعه بازیها بیست‌تک‌گیر و درمان اعتیاد و الک تتادرام



• بازی رویای تاریک

آنچه در درمان و پیشگیری از ورود نوجوانان به این وادی اهمیت دارد بالا بردن سطح آگاهی و اطلاعات نوجوان پیرامون عوارض و تاثیرات مخرب آن بر بدن است تا از خطرات راه باخبر بوده واز قبل برای رویارویی با دعوت شدن به این چالش آماده باشد. لذا به غیر از افزایش اطلاعات باید روش های خودکنترلی و نه گفتن نیز آموزش داده شود.

اهداف آموزشی

در پایان این بازی، بازیکنان توانایی تشخیص موارد زیر را خواهند داشت:

- دلایل مصرف مواد مخدر و الکل در نوجوانان
- راههای تشخیص آثار مصرف الکل و مواد مخدر
- عوارض مصرف مواد مخدر و الکل
- تکنیک‌هایی برای نه گفتن به مصرف الکل و مواد مخدر
- دانستنی‌هایی درباره مصرف مواد مخدر و الکل

پنج دسته کارت در بازی وجود دارد که شامل موارد زیر می‌شوند:

- علت مصرف مواد مخدر و الکل در نوجوانان: این کارت‌ها عوامل انگیزشی موثر بر تصمیم نوجوانان برای مصرف مواد را مرور می‌کنند.
- تشخیص عوارض اعتیاد: رفتارها و تغییرات رفتاری ناشی از مصرف مواد مخدر معرفی می‌شوند.
- تاثیرات مصرف الکل و مواد مخدر: تاثیرات جسمی و روحی پانزده نوع مواد مخدر معرفی می‌شوند.
- نه گفتن: این کارت‌ها مهارت‌های امتناع را به نوجوانان آموزش می‌دهد و آن‌ها را برای نه گفتن در موقعیت‌های آلوده آماده می‌کند.
- دانستنی‌های مواد مخدر و الکل: این دانستنی‌ها و واقعیت‌ها به نوجوانان کمک می‌کند که تاثیر مصرف مواد بر زندگی شخصی و اجتماعی را متوجه شوند.



برای: ۲ تا ۴ بازیکن
سن: بالای ۱۰ سال



• بازی کشتی نجات

پدیده زیستی- روانی- اجتماعی مصرف و سو مصرف مواد در نوجوانان یکی از بحرانی ترین مسائل پیشروی جوامع امروزی است. یکی از مهمترین دغدغه ها و نگرانی های سیاست گذاران بهداشتی- اجتماعی جوامع امروزی، شیوع روز افزون رفتارهای اعتیادی به خصوص اعتیاد به سیگار و دخانیات در این گروه سنی است. شیوع و گرایش به رفتارهای پر خطر در بین نوجوانان در ایران نیز در حال افزایش است. مطالعات نشان داده است که حتی موثرترین و جدیدترین روش های درمانی نیز با میزان بالایی از عود همراه است بنابراین جلوگیری از مبتلا شدن افراد به اعتیاد آسانتر از درمان آن می باشد. با این وجود شناسایی شیوه های پیشگیری از اعتیاد به گونه ای که بتواند اعتماد نوجوانان را نیز به همراه داشته باشد از اهمیت بالایی برخوردار است. از این رو، یکی از شیوه هایی که با توسل به آن می توان علاوه بر آگاهی بخشی نسبت به عواقب دردناک اعتیاد، اعتماد نوجوانان را نیز به دست آورد شگردهای بازی درمانی هستند. لذا کارشناسان موسسه شادرام بازی کشتی نجات را برای نوجوانان ۱۸-۱۲ سال طراحی کرده اند تا گامی در راستای ریشه کن سازی این پدیده نابهنجار اجتماعی بردارند.

هدف

هدف از این بازی ارائه یک شکل سرگرم کننده و آموزشی در مورد پیشگیری از گرایش نوجوانان به اعتیاد می باشد. این بازی یک وسیله درمانی است که به آسانی قابل استفاده برای معلمان، مشاوران و خانواده ها می باشد. بیشتر سوالات و دستورالعمل های بازی برای بیماران، نوجوانان و جمعیت بزرگسالان مناسب می باشند. همچنین این بازی به راحتی قابل اجرا و مناسب برای دیگر جمعیت ها (گروه های هدف مختلف) می باشد.

محتویات

- کارت های گنج (۱۱ عدد)
- کارتهای تصمیمات ملوان (تعداد: ۱۴)
- ژتون (۵۰)
- ۴ عدد مهره و یک عدد تاس
- کلید سؤالات



برای: ۲ تا ۴ بازیکن
سن: بالای ۱۰ سال

• بازی رویای تاریک

این بازی شما یاد خواهید گرفت که بازداشت شدن به خاطر مصرف مواد مخدر، ورزش کردن، یا گذراندن دوره های درسی چه ارتباطی با رویاهای دوران دانش آموزی شما دارند. انتخاب با شماست. موفق باشید.

پیش درآمد

من از سیاره بسیار دوری آمده ام تا سیاره شما زمین را در سال فارغ التحصیلی مورد مشاهده قرار دهم. نام من «زی زی فضایی» است. در سیاره ای که من از آن آمده ام دانش برابر است با همه چیز: قدرت، اعتبار، پول، و مهم تر از همه کلید موفقیت و شادی. من در این فکر هستم که چرا شماها نمی خواهید تمام دانشی که روی زمین می توانید را یاد نمی گیرید. چرا که بدون دانش کسی نمی تواند به موفقیت برسد! مطلب دیگری که برای من بسیار شگفت آور و تکان دهنده است این است که چطور شماها با وارد کردن مواد خارجی و مخرب به بدن خود آن را از بین می برید. در جایی که من از آن آمده ام حتی فکر چنین کاری هم به سر کسی نمی زند!

این معمای بزرگی است برای من. به همین دلیل من به زمین آمده ام تا ببینم شماها چطور زندگی می کنید، تصمیم می گیرد و از موقعیت ها برای یادگیری دانش استفاده می کنید.

یادگیری گنجی است که با پیروزی همیشگی توام است!

این بازی درمانی توسط استیون ای. واتسون در سال ۱۹۹۸ طراحی و توسط دکتر مصطفی نجفی (فوق تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان) و گروه ایشان در سال ۱۳۹۴ در ایران بازطراحی و تولید شد.

بازی «سال فارغ التحصیلی» جدیدترین بازی فکری، تفریحی و درمانی در نوع خود است. تحصیل در مدرسه همیشه راحت نیست. مشکلات و چالش های زیادی در راه تحصیل وجود دارد؛ مثل اعتیاد، الکل، باندهای بزهکاری و موفقیت شما در تحصیل می تواند نویدبخش موفقیت شما در کل مسیر زندگی باشد.

در «سال فارغ التحصیلی» شما در معرض تصمیمات واقعی قرار می گیرید و عواقب واقعی هر تصمیم را می بینید. این عواقب بسته به درستی تصمیمات شما و همچنین شانس (انداختن تاس) می تواند خوب یا بد باشد. مثلاً شما می توانید خوب درس بخوانید تا از همکلاسی های خود پیش بیفتید و جوایزی بگیرید و یا می توانید برای پیش افتادن مواد مخدر معامله کنید، در حلی که می دانید ریسک آن بسیار بیشتر است. شما در طول تحصیل خود تاریخ، زبان، املا، افراد و مکان های مشهور، خطرات مواد مخدر و الکل، و درس های دیگری می خوانید. در



برای: ۲ تا ۶ بازیکن
سن: بالای ۱۲ سال



• بازی تا رهایی

سو مصرف مواد مخدر، یک مشکل فراگیر جهانی است که منبع نگرانی بسیاری از جوامع بشری شده است. شیوع این پدیده با سرعت در جهان و کشورمان در حال افزایش است و دگرگونی‌های سریع و وسیع در نوع و الگوهای مصرف مواد مخدر، بررسی‌های همه‌جانبه‌ای برای شناخت دقیق این پدیده را ضروری می‌سازد. یکی از مهمترین دغدغه‌ها و نگرانی‌های سیاست‌گذاران بهداشتی، اجتماعی گرایش نوجوانان در سنین پایین به مصرف مواد مخدر می‌باشد زیرا مطالعات نشان داده است که حتی موثرترین و جدیدترین روش‌های درمانی نیز با میزان بالایی از عود همراه است بنابراین جلوگیری از مبتلا شدن آنها به اعتیاد آسانتر از درمان آن می‌باشد.

از جمله روشهای پیشگیری و درمان که امروزه در کشورهای پیشرفته بسیار مورد استقبال قرار گرفته است استفاده از شیوه‌های اطلاع‌رسانی در قالب بازی درمانی می‌باشد. بازی فعالیت سرگرم‌کننده است که فارغ از اجبار و غیرمنطقی بودن، فرصت مناسبی را جهت بیان احساسات به فرد می‌دهد. درمانگرانی که کار بازی درمانی را انجام می‌دهند معتقدند که این تکنیک به افراد اجازه می‌دهد مسائلی را که نمی‌توانند در محیط روزانه شان مطرح کنند در قالب بازی ارائه دهند و با هدایت درمانگر هیجانات مخفی خود را نمایان کنند.

از این رو، کارشناسان موسسه شادرام بازی کشتی نجات را برای نوجوانان ۱۸-۱۲ سال طراحی کرده‌اند تا گامی در راستای پیشگیری از این پدیده ناهنجار اجتماعی در میان نوجوانان بردارند.

هدف بازی

با جواب دادن به سوالات روی کارت‌ها تعداد بیشتری ژتون جمع‌آوری شود. با این پاسخ‌ها سطح آگاهی کودک بالا میرود و ما به اهداف بازی خواهیم رسید.



برای: ۲ تا ۴ بازیکن
سن: ۱۲-۱۸ سال

• بازی راه و رسم ترک سیگار

در بازی راه و رسم ترک سیگار ما بر آن بودیم تا با استفاده از تکرار و تئوری کاشت، مضرات مصرف و وابستگی به سیگار را در ضمیر ناخودآگاه فرد سیگاری نهادینه کرده و نوعی حس گناه از مصرف سیگار را به صورت همیشگی و مخصوصن در زمان استعمال در او بیدار نگه داریم.

این بازی شامل ۳۶۵ ایده مختلف برای سیگاری ها و افرادی که سیگار را ترک کرده اند می باشد که حس امید به ترک و توانایی آن را در مخاطب را ایجاد می کند.

راه و رسم

ترک سیگار

در یک ظرف

۳۶۵ ایده برای

سیگاری ها و ترک کرده ها



شادرام، درمان آموختنی
SHADRAM.COM



راه و رسم

ترک سیگار

در یک ظرف

۳۶۵ ایده برای

سیگاری ها و ترک کرده ها

زین نظر دکتر مصطفی نجفی
فوق تخصص روانپزشکی کودکان و نوجوانان



راه و رسم

ترک سیگار

در یک ظرف

۳۶۵ ایده برای

سیگاری ها و ترک کرده ها

برای: ۲ تا ۶ بازیکن
سن: بالای ۱۲ سال



• بازی رو به بازگشت

رو به بازگشت یک بازی کارتی است که با اعتیاد به الکل و بهبود معنوی پس از ترک آن سروکار دارد و برای بهبود نوجوانان و بزرگ سالان طراحی شده است.

این بازی شامل ۱۰۰۰ پرسش درباره مهمانی رفتن و مراقبت از ترک در جمع و همچنین ارتباط با معنویت است. این بازی اصلاً پیچیده نیست ... پرسش‌ها را پاسخ بده، امتیاز بگیر، آرامش بگیر، حامی دیگران شو، به دوست معتاد به الکلت کمک کن، مورد تقدیر قرار بگیر و در ترک بمان! بازیکنان در این بازی شانس و دانسته‌های خود درباره اعتیاد به الکل را تست می‌کنند.



برای: ۲ بازیکن یا بیشتر
سن: ۱۲-۱۸ سال

• بازی چالش شناخت مواد

این بازی تفریحی و سرعتی به نوجوانان کمک می‌کند که خطرات استفاده از مواد مخدر را بشناسند. در این بازی تمامی بازیکنان با کمک یکدیگر واقعیت‌هایی درباره آثار مواد مخدر بر بدن و بر جامعه را یاد می‌گیرند. این بازی در واقع شامل دو بازی به سبک «من دارم، کی داره؟» است که نوعی رقابت با زمان است.

هر یک از دو دسته کارت بازی که دربرگیرنده مواد مجاز و غیرمجاز است، شامل الکل و تنباکو نیز می‌باشد. این بازی برای معرفی موضوع مواد مخدر، بررسی، تقویت و ارزیابی آن مناسب است.



چالش
شناخت
مواد

زیر نظر دکتر مصطفی نجفی
فوق تخصص روانپزشکی کودکان و نوجوانان

بازی‌های درمانی
شادرام

شادی، درمان، آموزش
SHADRAM.COM

برای ۲ بازیکن یا بیشتر
سن: ۱۱ تا ۱۸ سال



• بازی مصرف، اعتیاد، ترک

هدف این بازی این است که به افراد کمک کند از رفتارهایی مثل مصرف الکل، سیگار، مواد مخدر و پرخوری که باعث آسیب به خود می شود دست بردارد.

این بازی طبق روش RET (درمان احساسی عقلانی) عمل کرده و می تواند فردی یا گروهی مورد استفاده قرار گیرد. با این بازی بازیکنان افکار غیرمنطقی خود را ارزیابی کرده و آن ها را با باورهای منطقی جایگزین می کنند. فرمت بدون باخت این بازی حتی می تواند سرسخت ترین مراجعان را نیز تشویق به خودگشودگی کند. در این بازی در کنار تفریح می توان مهارت های مهمی را نیز یاد گرفت.



برای: ۲ تا ۲۰ بازیکن
سن: ۱۳ سال به بالا

• بازی کوییزمو

«آگاهی موادی و انتخاب های مثبت» از سری بینگوهای آموزشی کوییزمو است. این بازی رویکردی متفاوت در آموزش پیرامون مواد مخدر و راه حل های فرار از موقعیت هایی دارد که در آن تشویق به مصرف مواد اتفاق می افتد.

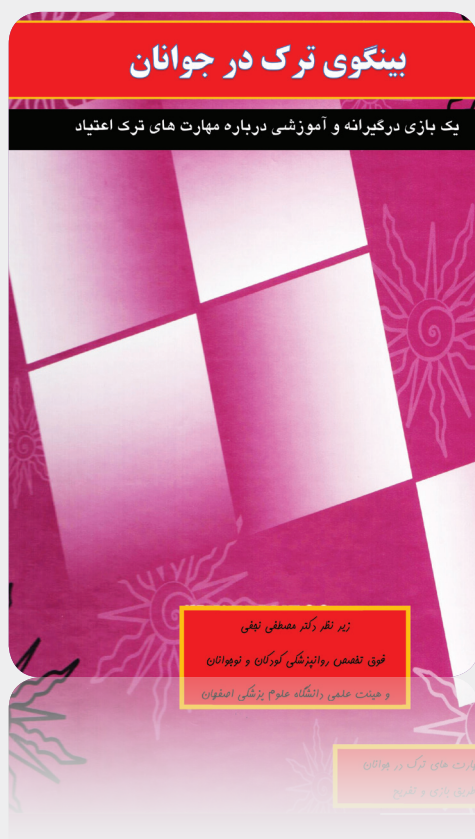
در واقع در این بسته دو بازی در یک مجموعه گنجانده شده است؛ به طوری که شما با یک طرف کارت ها می توانید بازی «آگاهی موادی» را انجام دهید و با طرف دیگر آن ها، بازی «انتخاب های مثبت».



برای: ۲ تا ۳۶ بازیکن
سن: بالای ۸ سال

• بازی بینگوی ترک در جوانان

این بینگوی ترک اعتیاد نوجوانان مهارت های ترک برای زندگی بدون اعتیاد و بدون مواد را آموزش می دهد. تمرکز این بازی بر تقویت حمایت از ترک، تشخیص موقعیت های خطرآفرین، و برنامه ریزی برای ترک است. این بازی مخصوصا برای کسانی که در برنامه های ۱۲ مرحله ای ترک شرکت دارند مناسب است و شامل برگه ارزیابی «ترک من» نیز می باشد.



برای: ۲ تا ۱۶ بازیکن
سن: ۱۳ سال به بالا

• بازی بینگوی پیشگیری از اعتیاد

هدف این بازی آموزش درباره پیشگیری از اعتیاد بوده و ایده اصلی آن آمیختن تفریح با آموزش و مشارکت گروهی فعال است. در پایان این بازی، بازیکنان توانایی تشخیص موارد زیر را خواهند داشت:

- علت مصرف مواد مخدر در کودکان
- تشخیص آثار اعتیاد
- تاثیرات مصرف مواد مخدر
- مهارت های نه گفتن
- دانستنی های مواد مخدر



برای: ۲ تا ۱۶ بازیکن
سن: ۱۳ سال به بالا



• بازی اعتیاد به الکل

در این بازی نوجوانان در حین تفریح، با خطرات مصرف الکل آشنا می شوند! هر کارت بینگو در این بازی حاوی یک آمار یا یک ایده درباره خطرات مصرف الکل برای نوجوانان است. موضوعات کارت بینگو عبارتند از: افسانه ها و واقعیت های الکل؛ تاثیرات مصرف الکل؛ خطرات رانندگی حین مستی؛ و نحوه نه گفتن به مصرف الکل. این بازی همچنین حاوی یک برگه قابل پاک شدن شامل ۲۰ پرسش درباره مصرف الکل است. انجام بازی حدود ۴۵ تا ۶۰ دقیقه طول می کشد.



برای: ۲ تا ۱۶ بازیکن
سن: ۱۳ سال به بالا

A hand is shown interacting with a series of glowing, white-outlined digital icons on a dark blue background. The icons include a smartphone, a speech bubble, a magnifying glass with a plus sign, a camera, an envelope, a play button, and a music note. The hand is positioned as if it is about to touch or has just touched one of the icons. The overall aesthetic is futuristic and digital.

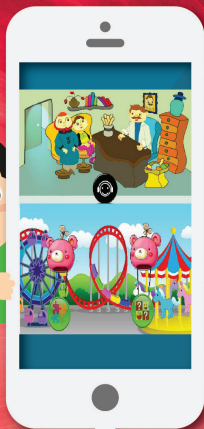
بازی‌های نرم افزاری شاه‌رام

طراحی شده بر
پهلود کودکان مبتلا به
شب ادراری

بازی درمانی

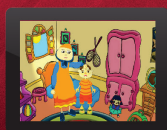
شدم

این بازی نرم افزاری از مجموعه بازی های درمانی و آموزشی شادرام جهت بهبود کودکان مبتلا به شب ادراری می باشد.



- ✓ آموزشی
- ✓ تفریحی
- ✓ درمانی

طراحی شده برای بهبود کودکان مبتلا به شب ادراری با همکاری دکتر مصطفی نجفی فوق تخصص روانپزشکی کودکان و نوجوانان دانشیار دانشگاه علوم پزشکی اصفهان



شادرام تنها طراح و تولید کننده تخصصی بازی های درمانی در کشور با همکاری گروه فوق تخصصی روانپزشکی کودکان و نوجوانان

☎ ۰۳۱-۳۳۳۸۶۰۰۵
☎ ۰۹۱۲۰۸۶۰۵۰۸
🌐 www.Shadram.com



شادی درمان آموزش

Facebook.com/ShadramGroup
Instagram.com/ShadramGames
Telegram.me/ShadramGroup

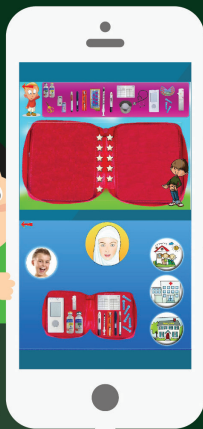
طراحی شده بر
بهبود کودکان
مبتلایه دیابت

بازی درمانی

کودک توانا

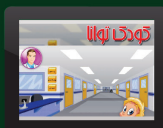
دارای رتبه برتر در هفتمین جشنواره آموزشی شهید مطهری ✓
ارائه شده در اولین کنفرانس ملی بازی های رایانه ای - دانشگاه اصفهان ✓

این بازی نرم افزاری از مجموعه بازی های درمانی و آموزشی شادرام جهت بهبود کودکان مبتلایه دیابت نوع ۱ می باشد.



آموزشی ✓
تفریحی ✓
درمانی ✓

طراحی شده برای بهبود کودکان مبتلایه دیابت نوع ۱ با همکاری دکتر مصطفی نجفی فوق تخصص روانپزشکی کودکان و نوجوانان دانشیار دانشگاه علوم پزشکی اصفهان



شادرام تنها طراح و تولید کننده تخصصی بازی های درمانی در کشور با همکاری گروه فوق تخصصی روانپزشکی کودکان و نوجوانان

☎ ۰۳۱-۳۳۳۸۶۰۰۵
☎ ۰۹۱۲۰۸۶۰۵۰۸
🌐 www.Shadram.com



شادی درمان آموزش

Facebook.com/ShadramGroup
Instagram.com/ShadramGames
Telegram.me/ShadramGroup

طراحی شده برای
بهبود کودکان
مبتلا به سرطان

بازی درمانی قهرمان کوچولو

✓ دارای رتبه برتر در نهمین جشنواره آموزشی شهید مطهری
✓ ارائه شده در اولین کنفرانس ملی بازی های رایانه ای - دانشگاه اصفهان

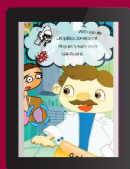


✓ آموزشی
✓ تفریحی
✓ درمانی

این بازی نرم افزاری از مجموعه بازی های درمانی و آموزشی شادرام جهت افزایش سطح کیفیت زندگی و تقویت امید در کودکان مبتلا به سرطان می باشد.



طراحی شده برای بهبود کودکان مبتلا به سرطان با همکاری دکتر مصطفی نجفی فوق تخصص روانپزشکی کودکان و نوجوانان دانشیار دانشگاه علوم پزشکی اصفهان



شادرام تنها طراح و تولید کننده تخصصی بازی های درمانی در کشور با همکاری گروه فوق تخصصی روانپزشکی کودکان و نوجوانان

☎ ۰۳۱-۳۳۳۸۶۰۰۵
☎ ۰۹۱۲۰۸۶۰۵۰۸
🌐 www.Shadram.com

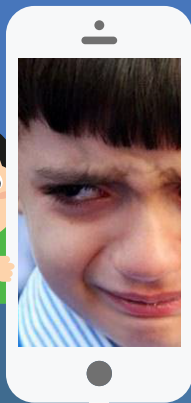


Facebook.com/ShadramGroup
Instagram.com/ShadramGames
Telegram.me/ShadramGroup

ترس از مدرسه

بازی درمانی

SCHOOL PHOBIA



آموزشی ☒
تشریحی ☒
درمانی ☒

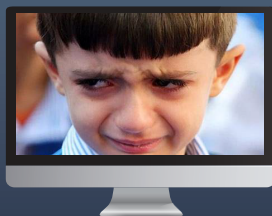
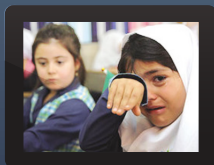


طراحی شده برای بهبود کودکان مبتلا به ترس از مدرسه
با همکاری دکتر مصطفی نجفی
فوق تخصص روانپزشکی کودکان و نوجوانان
دانشیار دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

• بازی ترس از مدرسه

ترس از مدرسه که امروزه به خاطر فضای سرد خانوادگی و کمبود نشاط کودکان در جامعه شیوع بالایی دارد یکی از مهم ترین دغدغه های والدین دارای فرزندان در سن دبستان است.

در این بازی با کمک گرفتن از تجربیات مشاورین تحصیلی و روانشناسان، دغدغه ها و عوامل ترس کودکان از محیط مدرسه و فعالیت های تحصیلی به صورت نمادین طراحی و اجرا شده تا با قرار دادن کودک در آن موقعیت و ایجاد فضای صمیمی برای بیان ترس ها ریشه های اصلی آن ترس را پیدا کرده و در ادامه همان بازی به مرحله درمانی ورود کنیم.





پوسترهای آموزشی



مطبخ به فرد

خود پلور

ریسک پذیر

پژوهشگر

پر انرژی

معلمین

دوست داشتنی

سخت کوش

سر خوش

[illegible]

برای تظاهر به خشن بودن
برای جلب توجه دیگران
برای پنهان کردن ترس هاشون
تقلید از گردن کلفت های دیگه
چون خوشحال نیستن
از کسی که هستن راضی نیستن



قلدری کردن!

قلدری ادامه داره تا وقتی که متوقف بشه

قلدری میتونه برای هر کسی اتفاق بیفته

قلدری میتونه توسط یک یا چند نفر باشه

قلدری میتونه هر جایی اتفاق بیفته

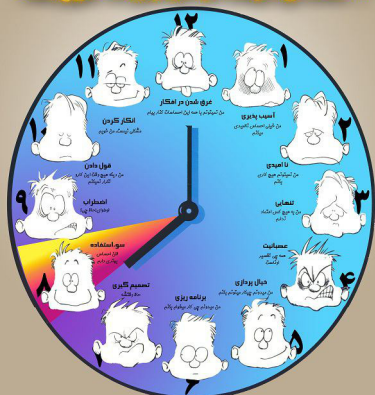
قلدری کردن میتونه شامل :

- نسبت دادن القاب نامناسب به افراد
- صرف نظر کردن از یک نفر و رها کردن اون
- آزار و اذیت
- خشونت فیزیکی
- ترسوندن مردم
- تحقیر کردن مردم

قلدری کردن دیگه چی میتونه باشه؟

سوءاستفاده کردن

... ساعت رو متوقف کن قبل از این که شروع بشه.



انتظار نداشته باش دیگران

همون جورى به دنیا نگاه

کنن که تو نگاه می کنی



گوش کردن می تونه به تو

کمک کنه تا دیدگاه دیگران

را ببینی

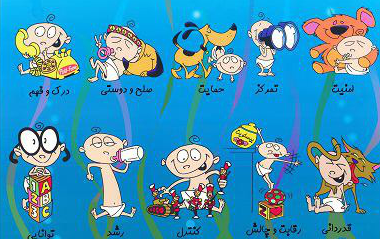
خشم رو مدیریت کن

چی پشت اون قایم شده؟



افسردگی ...

کدام نیازها را نادیده گرفتی؟



اگر یکی برات قلدری کرد

چی کار میکنی؟

- کمک می‌گیری - اونو پنهان نمیکنی
- از دعوا اجتناب میکنی
- با بقیه مردم همراه میشی
- خشونت راه حل نیست

اگر برای یکی قلدری کردن

چطوری میتونی کمکش کنی؟

- به دوست باشی
- به حرف هاش گوش بدی
- به میانجی باشی
- با کسی صحبت کنی که بتونه کمک کنه
- چه کار دیگه ای ممکنه انجام بدی؟

عصبانیت می‌تواند به شدت
انتخاب هایتان
را محدود کند

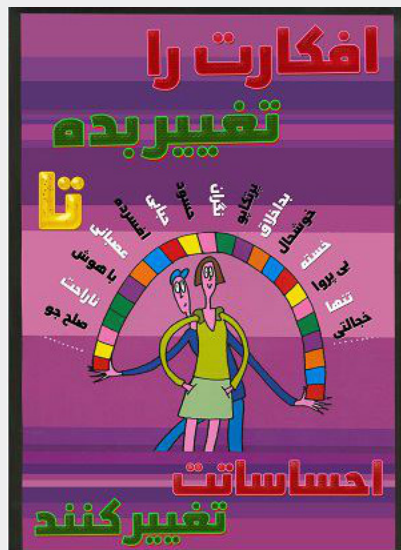


با مشکلات
نه با آدم‌ها

انسان‌های موفق
انعطاف
پذیرند



خسریک
باشید نه رقیب



تذکریایی کوچک برای رفاقت



سعی کن زندگی رو از هاب نگاه اون ببینی
باعث شو دوست احساس کنه مهمه
لحظه بزن - این باعث میشه دوست
احساس خوشایندی داشته باشه
شونده واقعا دوستی باش
اون رو به حرفه بگیر



نه گفتن چیز خوبیه!



نه یعنی این تویی که زندگی
خودتو رهبری میکنی

نه یعنی به دست
آوردن احترام دیگران

نه یعنی تویی که
تصمیم گیرنده ای

پس تو گفتنش راحت باش

دل و جرأت

به هر قیمتی که شده راه
خودمو برم

فریاد زدن
مسخره کردن
تهمت زدن



هیچ کاری نکم و امیدوار باشم
چیزی که میخوام رو به دست بیارم

معدرت خواهی کردن
بی میل بودن
تسلیم شدن



با احترام به احساسات
دیگران، صادقانه حرفم
رو بزنم

گفتن درخواست خود
احترام گذاشتن به دیگران
مطمئن و بی پروا بودن

یک دوست خوب...



یک دوست خوب تو را
تشویق می کند که نهایت
تلاشت را انجام دهی



یک دوست خوب در زمان
احساس ضعف تو را دلگرم
می کند



یک دوست خوب با ملایمت
اشتباهات را گوشزد می کند



یک دوست خوب کسی است که
می توانی به او تکیه کنی

کودک آزاری چیست؟



فتش دادن به کودک



مسخره کردن کودک



حرکات و حرف های جنسی
در حضور کودک



لمس کردن بدن کودک
به زور و بدون رضایت او



مجبور کردن کودک به
لمس بدن خود



از بین بردن اعتماد به
نفس در کودک



کنک زدن و آزار دادن کودک برای
راحت شدن یا خالی کردن خشم خود



گول زدن و فریب دادن کودک



بی توجهی به کودک مانند گنبد
نگه داشتن و تهیه نکردن لباس
و غذا برای او



استفاده از کودک به
عنوان خدمت کار



گوش نکردن به حرف کودک
یا بی توجهی به حرف کودک



بی توجهی به نیازهای عاطفی
و احساسی کودک



کار کشیدن از کودک مثل یک خدمت کار
و محروم کردن او از تفریح و تحصیل



تنبيه پذیری یا مسخره کردن
کودک در مدرسه



بی توجهی به نیازهای
پریشی کودک



بی توجهی به نیازهای
تغذیه ای کودک



رها کردن کودک
بدون مراقب

آزار جنسی کودکان

بدن شما متعلق به شماست، از آن مراقبت کنید.

راه های بسیار زیادی وجود دارد که از بدن خود مراقبت کنیم:



کاهش دادن آلودگی موقع بازی



مسواک زدن دندان ها



پوشیدن لباس



خوریدن غذای مغذی



واکسیناسیون



فرار کردن و داد زدن برای دفاع از خود



استاده به موقع از دارو

لمس کردن یک راه مهم برای برقراری ارتباط با دیگران است. لمس کردن می تواند درست یا نادرست باشد.

قسمت های خصوصی بدن شما کدام است؟
قسمت هایی از بدن که موقع شنا و آب بازی می پوشانیم.

لمس کردن های درست و نادرست

لمس درست

لمس نادرست



لمس های درست یکی از راه هایی است که به پدر و مادر، دوستان و دیگران نشان دهیم دوستشان داریم. لمس های درست باعث می شود خوشحال شویم و احساس راحتی کنیم.

ما باید در برابر لمس های نادرست از خود مراقبت کنیم. لمس های نادرست ما را عصبانی می کند و باعث می شود احساس بسیار بدی پیدا کنیم.



لمس های نادرست ممکن است توسط بعضی از آشنایان، دوستان نزدیک، افراد مورد اعتماد، همسایه ها، کارکنان مدرسه یا باشگاه و یا غریبه ها اتفاق بیفتد.



ممکن است آن ها به شما هدایایی بدهند.



حتی ممکن است شما را تهدید کنند یا از شما بایج بگیرند.

وقتی کسی شما را به طرز نادرست لمس کند، ممکن است احساس کنید:



لازم نیست خشمگین شوید و یا احساس کنید آدم بی ارزشی هستید، چون اتفاقی که افتاده تفسیر شما نبوده است.

چه کارهایی می توانید انجام دهید تا از بدنتان مراقبت کنید؟



مقاومت کنید
مکالمه هل بپذیرید
نگویید: نه...
تکن...
بس کن...
به پدر، مادر، معلم، دوستان، یا کسی که به حرف شما توجه می کند اطلاع بدهید



اگر فزون دفاع شخصی را بلد هستید آن ها را به کار ببرید
جریح بکشید و از دیگران بخواهید مزاحم را بگیرند
از مزاحم فرار کنید

مراقب بدن و ذهن خود باشید تا همیشه سالم بمانید.

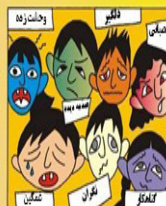


قلدری و اذیت کردن کوچکترها

آزار دادن دیگران یک عمل خودخواسته یا آگاهانه است که دیگران را تحت فشار قرار می‌دهد. این عمل می‌تواند به صورت‌های مختلفی باشد:



بچه‌ها وقتی مورد آزار و اذیت قرار می‌گیرند، احساسات گوناگونی بروز می‌دهند.



اگر شما یک مردم آزار یا کوچکتر آزار هستید، چگونه می‌توانید به خود کمک کنید؟



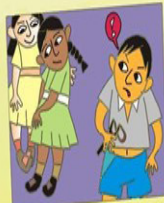
اگر مورد آزار دیگران قرار گرفتید، چه کار می‌توانید بکنید؟



هیچ کار برای حل مشکلات به خشونت و دعوا متصل نشود.



هنگامی که مورد آزار و اذیت دیگران قرار می‌گیرید، با دور شدن یا ترک آنجا به مردم آزار می‌محلی کنید.



هنگامی که مورد آزار و اذیت دیگران قرار می‌گیرید، با دور شدن یا ترک آنجا به مردم آزار می‌محلی کنید.



ممکن است شما به این دلیل دیگران را مورد آزار و اذیت قرار می‌دهید که خودتان در خانه مورد آزار و اذیت قرار می‌گیرید. احساسی می‌گیرید.

معی کنید مهربان باشید، به دیگران کمک کنید و بابت رفتاری که باعث اذیت دیگران شده، عذرخواهی کنید.



اگر نمی‌توانید از آزار و اذیت دیگران دست بردارید، با کسانی که با شما صمیمی‌تر هستند، صحبت کنید.



می‌محلی به مردم آزار و جدی نگرفتن او



درست است که انتقامات مدرسه قوانین را اجرا می‌کنند، اما حق ندارد شما را مورد آزار قرار دهد. اگر اذیت کردند یا کسی که به او اعتماد دارید در میان بگذارد.



گاهی ممکن است پدر و مادر یا معلم به جری شما توجه نکنند یا نادیده بگیرند، اما آن‌ها می‌توانند شما را به شکایت شما توجه کنند.



شادی در عمل آموزش
SHADRAM.COM

۰۳۱-۳۶۲۹۰۷۴۰

www.ShadramGame.ir