

破冰，关系建立，做团队

- 引言：引领每个人对于某些事情的真实感受，从中了解性格，大家更了解彼此。让大家共情，允许批评允许情绪，给予事件的合理解释，为每个人的错误辩解。
- 发个礼物
- 情绪卡：最适合你的，最喜欢的，最不喜欢的。为什么选这些。
- 情绪卡优势：为不善言辞的朋友提供一个能说话的机会

案例：目标坚定：考虑问题很细心。喜欢：悲观，世界败坏论，基督有盼望，超世以入世。
不喜欢，以他人中心以自我为中心。
随意最适合，调理最喜欢，最不喜欢情绪化，选择闭嘴
发现问题就想解决，人生经验有问题得解决，事情结果很重要，
最不喜欢情绪化悲观，周围人给的情绪。
乐观，最喜欢乐观，情绪化。
外向人格：越挫越勇，不能被否定，勇敢型。喜欢分享，同理心很强。
不喜欢批判性很强，反驳。

细节：1. 带领者给予认可反馈眼神交流。鼓励分享故事。2. 提问是否有改观，继续重复讨论。

选卡牌，挑情绪

- 报名志愿者服务的心情
- 此刻的心情
- 培训的期待
- 冬令营的期待

充满感谢，丰富，充满希望

犹豫资金上自持感受到鼓励，之前没去有犹豫。感恩，发福音单张被骂充满感恩。有压力，宣教处境跟教会生活不同。面临挑战。

想飞，有学业压力直接选择来，不犹豫。充电，能够充分准备。充满期待，装备自己。期待迷茫，有压力。光荣，为主做工。期待。期待。

想飞，来这很爽。很平安，神一路保守，没发烧。勇敢。

有负担，想持续关注。略。期待得到更多成长。期待与藏族孩子连接。

给予部分人特别关怀

总结:每人一句话总结今天。

下午内容,团队合作

游戏1：目标，敢于说，敢于解决问题

找共同点，2个人4个人8个人，总结谁先发言。

游戏2：飞绳子，大家拿着一个圈，抛起来再接，翻转。

猜形状然后画。

讨论如何有效沟通，分组15分钟

提出意见，讨论举手投票，有带领者决策。

1. 服从领导。
2. 明确界限什么可以什么不可以。
3. 不懂就问，协调工作。
4. 理性，面对面沟通,防止情绪化。
5. 非原则性问题忍让。
6. 禁止摆烂，主动发言。

感受->编码->传递行为 制止->传播->解码->他的感受

- 红色：天生乐观，需要分享，需要开心，关心人。容易情绪化，容易做事情太快。
- 蓝色：思考型，理性型。考虑细节，追求完美，分析评估做方案。太完美主义。疑神疑鬼
- 黄色：情绪上理性，需要意义。实干型，坚定，注重追寻到终点。敢于挑战，勇于承担。只认结果，不感受。不善倾听。
- 绿色：喜欢安稳，放松。容易被绑架。集体的认同。机械化岗位。和谐的氛围

看见什么不重要，背后的动机重要。