1. Упражнение «Повернуться в одну сторону»

Участники свободно рассредоточиваются в пространстве таким образом, чтобы расстояние между соседями составляло не менее 70-80 см, и встают лицом одном направлении (например, все стоят лицом к двери). Далее по хлопку ведущего все одновременно выполняют прыжок на месте. В прыжке можно повернуться в любую сторону на 90, 180, 240 или 360 градусов. Каждый сам решает, куда и насколько ему повернуться, разговаривать об этом нельзя. После прыжка участники смотрят друг на друга (при этом можно общаться с помощью мимики и жестов, но не слов) и по очередному хлопку, вновь закрыв глаза, совершают следующий прыжок из того положения, в которое приземлились ранее. Задача: после очередного прыжка все участники должны приземлиться, повернувшись лицом все в одну сторону (не важно, в какую именно).

Обсуждение: Что вызывало трудности в начале упражнения? Можно полнить упражнение, действуя по принципу «каждый сам за себя»? Какие действия обеспечили успешное выполнение этого задания? Каким образом вы поняли замысел других участников и передали им свой замысел?

Время проведения: 10 минут.

2. Упражнение «Приключения в лабиринте»

Участники разбиваются на пары (способы разделения на пары см. в конце методического пособия). Один человек из пары будет ведущим, другой ведомым. Ведомому завязывают глаза. После этого тренер организует тренинговое пространство – выстраивает полосу препятствий из стульев и столов. Инструкция: задача ведомого пройти по маршруту и не запутаться в лабиринте. Ведущий дает указания словами: влево, вправо, два шага в сторону и так далее. Ему нельзя касаться ведомого руками и как-то, кроме слов, руководить действиями партнера. Затем в паре участники меняются ролями и второй участник проходит лабиринт.

Обсуждение: Доверяли ли Вы своему партнеру? Легко или сложно Вам было выполнить данное упражнение? Изменилось ли Ваше отношение к своему партнеру после выполнения упражнения?

Время выполнения: 15-20 минут.

## Созданная экономика

В книге "Весляндия" Пола Флейшмана маленький мальчик Уэс одним летом создает свой собственный язык, культуру и экономику. Новый стартап создал небольшую экономику и в итоге получил массу удовольствия, а также узнал, что мотивирует других членов команды.

Соберите команду и решите, хотите ли вы создать экономику или какой-то мини-аспект более крупного общества. Установите правила, которым вы будете следовать, оставив достаточно пространства для маневра, чтобы возникли проблемы, требующие группового согласия для решения по мере введения системы в действие.

Цель: Создавая "мини" общество, это групповое занятие для взрослых естественным образом создает проблемы и задачи, которые заставляют их работать вместе. Есть награды и наказания. Некоторые члены команды проявят себя как нарушители правил, а другие - как творческие нарушители правил. Команда быстро узнает, как другие работают, решают и думают за пределами типичной рабочей сферы. Это принесет новое понимание в рабочие проекты, требующие решений.