1. Упражнение «Образуем круг»

Ведущий: «Мы все очень разные. Интересуемся разными вещами,

увлекаемся различными хобби. Но все-таки между нами есть сходства.

Следующее упражнение поможет некоторым участникам открыться поновому и, в свою очередь, узнать что-то новое неожиданное о других».

В начале упражнения необходимо выбрать одного добровольца.

Доброволец выходит в центр круга и говорит «Я люблю кошек»,

например. Фразу можно заменить, например, «Я увлекаюсь…». Тот человек,

который разделяет его интересы, подходит к нему и берет его за руку. И в

свою очередь говорит: «Я люблю…». И таким образом образуется цепочка. В

конце последний участник берет за руку первого и круг замыкается.

Время проведения: 10-15 минут

1. Упражнение «Вавилонская башня»

Участники делятся на 2 команды. Каждому члену команды дается

индивидуальное задание. Индивидуальные задания: кратко прописаны на

отдельных листах, каждый лист является строго конфиденциальным для

одного участника. Например, «Башня должна иметь 10 этажей» – листок с

такой надписью вручается одному участнику тренинга, он не имеет права

никому его показывать, обязан сделать так, чтобы нарисованная совместно

башня имела именно 10 этажей. Второе задание: «Вся башня имеет

коричневый контур» – это задание для следующего участника. «Над башней

развивается синий флаг», «В башне всего 6 окон» и т.д. Участникам

запрещено разговаривать и вообще как-нибудь использовать голос.

Необходимо совместно нарисовать Вавилонскую башню. Время

выполнения ограничено (5-7 минут). Обсуждение: Трудно ли было

выполнять задание? Что показалось трудным? Успешно ли было

взаимодействие в группе? Благодаря чему?

Реквизит: цветные маркеры, ватман, заготовленные заранее

индивидуальные задания.

Время проведения: 15 минут.

1. 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.