

单打独斗的时代已经过去，今时今日，一群人聚在一起为共同的目标奋斗前进，所能产生的动力可以是非常惊人的，也是成功制胜的关键，透过小组体验，个人可以得以成长及发挥潜能；不过，如果团队是一盘散沙，团员间互不信任、互不沟通，甚至相互排挤，也绝对是一场灾难。

游戏是小组生活和团体发展不可缺少的一部分，恰当的进行游戏活动可以给组员带来欢乐，消除彼此隔膜，促进友谊的建立，刺激学习热情，发挥组员的潜能。

“玩游戏”听起来轻松容易，但要成功带领一个对团队发展有作用的游戏是殊不简单的。在这本书中，我们尝试探讨游戏设计的一些基本原则和技巧，同时搜罗了 56 个具不同功能的常用团体游戏，供小组领袖及导师参考。选择这些游戏的原则是同时兼顾趣味游戏和配合团体发展的需要。

在游戏设计的探讨上，我们相信一个游戏之所以受欢迎，必定有其独特的处理方法才能够产生独特的效果，如果不能掌握这些特性，便难以发挥应有的效果，游戏所引用的益处亦相对有限。故此，本书将游戏依功能简单地分为三大类，即康乐游戏、促进关系游戏与及学习游戏，并分析每一类游戏的特点和要求。假如带领者能明白团队在不同时段的发展需要，又能掌握个别游戏的特质成效，自当得心应手，乐趣无穷。本书同时提供策划及带领游戏技巧的几点意见，事实上，一个好的游戏设计，如果没有充足的准备和良好的带领技巧，是难有理想的效果的。

本书是诚意写给各小组团队工作者，包括老师、社会工作者、培训导师、教会团契带领者、学生小组、社团领袖和组织者及企业行政人员参看的，希望成为你们案头上随手拾来都可运用的工具书，协助您和您的团体成长，是本书出版的最大目标。

由于我们经验学识有限，书中难免有偏差错误之处，敬希各前辈先进不吝赐教，万分感谢！

前言：只做而不玩会使人发呆

西方有句古老的谚语：只做而不玩会使人发呆。（“Work and no play makes Jack a dull boy.”）玩是使人获得快乐的最简单和最直接的方法。不论小孩子或老人家，玩是一种原始的、几乎不需要经过任何训练便能得到的能力，如果连玩的动力也没有，您可以想象这个人在其他生活的范畴内是多么沉闷、多么呆板！

一个连玩的动力都欠奉的人，即使赚得了全世界的财富，生命也不可能会有太多的色彩，不可能得到真正的快乐。

心理学家佛洛伊德（Sigmund Freud）认为人类的本质基本上是追求快乐，逃避痛苦，他所提出的享乐原则（pleasure principle）是人类行为的重要元素，使一种极大的推动力。但日常生活中并不是所有事物都会带来快感的，相反，社会文化和人的显意识理性部分是把追求快乐的原始情欲压抑下去，佛洛伊德认为“游戏”是一种心理补偿，小孩子喜欢扮演公主王子，成年人投入射击追捕和各式各样投机发财（如大富翁）等游戏，是为了补偿在日常生活中心中被压抑的，无法满足的欲望。在游戏中，可以暂时放下逻辑理性的规则监视，让那被压抑的潜意识非理性精灵浮出冰山水面，享受那人造情欲的快乐。

英国人类学家莫里斯（Dismond Morris）认为游戏是一种原始狩猎行为的延续，原始人类是以追杀野兽来维持生存，但文明人已无需要再从事这种血腥的行为，不过在血液中仍然含有这种狩猎基因，所以文明人的游戏总是离不开追捕物体（如足球）、投掷射击（如篮球、箭艺）、或者伪装（扮演其他身份角色），基于这个理论，游戏是一种原始欲念的补偿，是一种维持生存的符号，是很自然发生的，如果这欲望得不到满足，是会制造出不健康的心灵。

法国籍的人类学家凯洛亚斯 (Roger Gaillois) 对游戏做出过全面和深入的研究。他写了一本研究游戏理论的专书《Man, Play and Games》，书中对游戏做出了和广义的定义：游戏是不拘任何形式的，只要能带来快乐就是了。

凯洛亚斯将游戏区分为四大类：

#### (1) 竞争

以比赛争胜为主，体育活动大多属于这一类，参与者必须运用策略和技巧，以应付对手的挑战，达至竞争取胜的目的，这类活动也好像是战争或者是工作的缩影，往往是依赖团体合作和体能、技术再加上意志，才能将对手打败。

#### (2) 投机

投机会带来乐趣，因为人往往会对未知的将来抱有好奇和幻想，这是一种能产生不可预知或者错觉的游戏，所有文化都会有求卜问卦的习俗，目的是要打破规限，窥探未来。例如各类的赌博、掷骰子、Bingo 等……

#### (3) 眩晕

刻意搅乱正常的知觉，使意识发生改变，如小孩子喜欢自个儿团团转、骑木马、滑冰、坐过山车，成年人爱好笨猪跳、坐海盗船等。这些活动充满乐趣，因为能暂时脱离现实，进入一个能产生幻想、错觉和身心短暂失控的状态。

#### (4) 模仿

经由幻想、扮演和伪装来产生超越自我限制的感觉，小女孩玩洋娃娃、煮饭婆 (家家酒)，男孩子扮演牛仔红番，幻想自己是某卡通片集的主角，成年人利用电子游戏机扮演兰保英雄、太空勇士等……。透过这类模仿扮演的游戏，人不单学习到社会期望的角色经验，同时更是经验的延伸，体验那需要学习但又无法实现的经验，能在心理上扩张日常生活的极限，暂时脱离现实，沉醉在那个不一样的世界，感觉自己是一个更强、更有能力的人。

总的来说，游戏除了可以满足人类天生的欲望之外，更是对每一个人都有个别存在的意义，可以平衡身体内外的发展。游戏带来的新的体验，创造出在日常生活中无法实践的感觉，将人带到一个新的现实去，到达一个梦想与现实交接的世界，自我的经验得到扩张，由简单变成复杂，使身心、情绪都可以健康的均衡地生长。

近年来，游戏被引进课程学习和企业培训当中，其中以模拟游戏和历奇体验最引人注目。

除了在一般的中小学校及培训机构使用之外，不少大学企业管理学院更将商业游戏 (business game) 或管理游戏 (management game) 列入正规的科目，目的是提供动态的学习环境，将实际的生活及管理情景转化为游戏，学员可以放下现实环境的包袱，解除防卫武装，暂时放下惯常的逻辑思维的框框，从一个新的角度去经历问题，从而产生新的体验和启发。

关于游戏的理论，还有……还有……还有……

噢！原来“游戏”这玩意是由那么复杂的理论。

管他什么理论不理论！

只要投入去玩，玩得开心兴奋，什么营养效益都必能完全吸收。

总之好玩，Make Fun 就是了！

## 目 录

### 编者序

前言：只做而不玩会使人发呆

### 如何成为团队游戏高手

#### 团队游戏分类

#### 团队游戏设计

#### 策划及带领游戏活动应注意的技巧

## 游戏篇

### 康乐游戏

双层打傻瓜

坐地起立

一见钟情

捉虫虫

蒙古包

眉目传情

香港、九龙

砌出个未来

打电话

传表情

归来吧

小动作

各人榜

摸鼻哥

点唱机

寻人启示

估默契

小组之最

### 促进关系游戏

#### 自我介绍

二手介绍

#### 心脏病

#### 福尔摩斯

#### 变形虫

#### 记者采访

#### 超能力饭桌

#### 知多一点点

#### 人名泵波拿

#### 吹银鸡

#### 解人结

#### 信任摇摆

#### 扣帽子

#### 认亲认戚

#### 有来有往

#### 大火烛

#### Fundamental

#### 心有灵犀

#### 亚马逊河遇险记

#### 神奇水晶球

#### 瞎子摸象

#### 猜杀手

学习游戏  
聚管成塔  
说话与回应  
人生是非题  
家用分配  
你砌我让  
你讲我砌  
神奇的布  
囚犯的困局  
人与镜  
黑夜穿林  
捕捉夜光  
劫后余生  
你讲我讲  
同舟共济  
渡河旅程  
协心齐力

#### 附录

附录一：中国是游戏之邦

附录二：把游戏带回教育中

### 如何成为团队游戏高手

#### 团队游戏分类

游戏是有效的润滑剂。

游戏可以带来欢乐，打破人际关系间的隔膜，使彼此能互相了解，促进团队和小组成员的关系，带来沟通的契机，个人可以从中领悟和学习。

游戏的好处是多方面的。人们在游戏中可以娱乐身心、保持心境开朗、培养品性、锻炼身体；游戏也可以缩短人与人之间的距离，促进友谊的建立和培养合作合群精神；游戏更可以训练反应，锻炼思考，令人保持活力。

透过游戏可以消除组员间隔阂，并增强团队的团结和合作。游戏更是团队工作员惯常利用来刺激组员思考和深化组员对某一概念的认识的方法之一。

在构思团队游戏时，必须经常考虑这个游戏对团队的发展究竟具有什么功能、团队是否需要这样的游戏等等问题。从这种功能角度出发，一般团队游戏可以归纳为康乐游戏、促进关系游戏和学习游戏三种。

#### 康乐游戏

人们喜欢“玩”游戏，是因为游戏带给人们欢乐和愉快的感觉。这种愉快的感觉是一个成功游

戏必然的组成部分。康乐游戏最基本的功能就是给团队带来欢乐的气氛,使组员有一种亲切、愉快的感觉。在康乐游戏中,组员可能同时得以锻炼体能和增强反应,但最重要的是组员可以在一个自由愉快的气氛下尽情投入,把生活的挫折和烦恼暂时抛开,舒缓一下紧张情绪,享受群体活动的乐趣。

康乐游戏可以作为独立的活动程序,例如:游戏日、联欢会的节目之一;也可以在训练课程和例行集会时作为热身活动之用。

### 促进关系游戏

“关系”在小组工作中具有特殊意义。透过有目的的、具建设性的关系建立,小组成员得以彼此分享扶持,互相反省学习,从而帮助个人成长。促进关系游戏的功能在于协助组员很快打破彼此隔膜、互相认识;并于小组后期,协助组员反省和评估自己和其他组员的关系。促进关系游戏可协助组员了解自己和学习与他人相处,使生活过得更丰富充实。

### 学习小组

“游戏中学习”是儿童期最重要的学习途径。在青年团体,甚或在老人小组、企业培训等,利用角色扮演和模拟游戏协助组员学习某些概念或感受某些经验,也是常用的方法。学习游戏的最大目的是刺激组员学习的兴趣,从轻松的游戏开始渐渐引导组员掌握某些知识或反应,并从中得到启发。

学习游戏往往需要辅以小组讨论和分享,才能有效协助组员总结游戏的经验、深化学习的心意。故此,在带领学习游戏时,除了要照顾游戏的趣味性外,更需要掌握讨论的重点和即时处理参与者的疑问和感受。

游戏是一种多功能的活动。某些游戏对团体发展可能会有较明显的功能,但更多游戏是或多或少同时具备康乐游戏、促进关系游戏或学习游戏的特质的。有时候把一个康乐游戏稍微变化,便可以加入促进关系的效果;同样的,一个促进关系性质的游戏也可以只取其康乐部分而加以使用。最重要的是工作员清楚了解团队的需要,在选择合适的游戏时能够灵活变化,舍短取长,以充分突出游戏的应有功能。

## 团队游戏设计

### 设计游戏步骤

要设计一个有趣味又合乎团队需要的游戏,可以依循下列步骤进行:

- 1 游戏目的
- 1 游戏对象
- 1 场地及资源

### 了解团队需要

### 构思游戏内容

## 充分发挥游戏功能

1 创新游戏

1 掌握游戏结构

1 变化旧游戏

1 检视游戏目标

1 程序编排

(1) 了解团队需要

1 要为团队提供哪一类游戏？游戏的目的是什么？

1 参与游戏对象的年龄、性别、背景、人数、特性、生活经验如何？

1 了解游戏场地、集会性质、时间长短及资源设备等等资料

(2) 构思游戏内容

1 创作游戏还是选用旧游戏

1 掌握游戏的结构和效果

1 将旧游戏变成新游戏

(3) 发挥游戏功能

1 新游戏是否仍能达到原先目标？是否有适合场地和足够时间？

1 游戏次序如何编排？

## 了解游戏要达至的目的

游戏是目的，也是工具。游戏作为目的是要能在游戏中获得乐趣；作为工具则可以促进团队组员沟通合作，帮助组员从中学习和成长。工作人员在设计游戏时，需要清楚知道团队的需要和透过游戏所希望达到的目的。究竟团队需要康乐游戏、促进关系游戏，还是学习游戏？康乐游戏本身的目的是为组员带来欢乐、消磨空闲时间，也可以用来营造热闹轻松的气氛，避免过分严肃。若是要促进组员关系，则需要了解究竟是要建立、深化还是评估关系？要加强合作还是建立信任？若是要协助组员学习，则当然要了解学习的主题了。

## 了解游戏的对象

工作人员要对参加游戏对象有充分了解，才能引发他们的投入和兴趣。

儿童好动，有用不完的精力，最喜欢跑动的游戏。青年对游戏有矛盾心理，故游戏要具新鲜感和挑战性，而且不易强迫参与。成年人不喜规限和约束，较喜欢户外活动。老年人喜欢旁观，游戏也不宜太剧烈。

同时要了解男女有别，在组员相互不太相熟或者心里预备不足、热身不够的情况下，要避免不必要的或太多的身体接触，如果游戏的设计是无可避免需要做身体接触的话，应只限于社交上可接受的，如接触手掌，轻按肩膀等；其他较敏感的要尽量避免触及。

此外，参加者的姓名、教育程度、熟悉程度和游戏的经验等等资料，都有助工作人员在设计游戏时参考。

## 了解游戏场地及时空限制

室内适宜静态游戏；户外可多跑动。对附近环境影响应有适当了解，过于嘈杂环境不宜进行分享，太吵闹的游戏要提防骚扰他人的宁静。场地是否能提供足够资源（如水、电）也应

知道。

日间适宜进行思考性和康体性游戏；晚上则有利于感性分享和交流。此外，若没有足够时间，便不宜进行需要讨论的游戏。

### 创作游戏

在考虑过小组的需要和环境的配合后，工作员可从经验中或游戏书籍中找寻合适的游戏。假若未能找到合适的游戏，便需要凭借想象力及创作力去设计新的游戏了。

在创作游戏时可以考虑下用下图的长方体以刺激思考。

老人

成人

青年

儿童

学习游戏

促进关系游戏

康乐游戏

合作游戏

分组比赛

处境游戏

问答比赛

长方体的三轴分别由“游戏对象”、“游戏类别”、及“游戏形式”组成。游戏对象是指儿童、青年、成人及老人，如果你的对象是妇女，则可以自己加上妇女一项。游戏类别则是康乐游戏、促进关系游戏和学习游戏，这显示你希望游戏能达到的目的。游戏形式分别是合作性游戏、分组比赛、处境游戏、问答比赛。游戏形式可以多写几项，越多越好，例如加上围圈游戏、跑动游戏等。

这长方体的有现实可以协助工作员从一个新的配搭去构思新颖的游戏，不会受过往的经验所限制。例如：你需要为二十位老人组员构思一个促进关系游戏，目的是使他们能够记得其他人的资料。假设以你的了解，这组老人喜欢分组比赛形式的游戏，场地也适合，那么你可能设计出一个如此的游戏：先把组员分为三组，给予时间先互相交换指定资料（如兴趣、习惯等），然后每组选出两人，由工作员指定某一入讲出另一人某些资料，答得最多准确资料的一组胜，然后，另选二人继续游戏。

如果工作员觉得游戏不太满意，他可以继续从其他游戏形式中创作新游戏，并加以比较，直至合用为止。

### 掌握游戏结构和效果

无论是选用旧游戏还是创作新游戏, 工作人员都需要了解选用或创作的游戏所具有的特色和所带出的效果。

一般小组游戏的组成大致可分为三部分:

1. 每一位游戏者都有一特定的角色和工作;
2. 游戏的规则;
3. 游戏过程中产生的效果或结果;

三部分的关系可以用公式表达如下:

角色或工作+规则      结果或效果

“游戏者的角色”和“游戏规则”两项比较容易理解和掌握, 差不多相等于是“游戏方法”。游戏的效果则可能有多种, 例如刺激的、惹笑的、温情的等等都是游戏的趣味效果。工作人员需要明白自己最希望达到的趣味效果, 并加以掌握。例如: 在“兵捉贼”的游戏中, 如果要求参加者改以慢动作进行, 可能会增强了滑稽效果, 但却会减弱了刺激效果。

只有工作人员能够掌握所希望达到的效果的方法(或窍门)时, 才能有效控制游戏节奏, 营造气氛, 不致在必须跳的地方, 却让人绕道而行, 破坏游戏的气氛。

游戏除了要照顾趣味的效果外, 还要留意目的性的效果。例如: “人名泵波拿”游戏的目的是认识新朋友的名字及其他简单资料, 但如果没有给予足够的时间和指示, 游戏者便只顾忙于交换姓名, 互相认识的效果便不理想。又例如: 在“神奇的布”中, 主持人若把原来的指示: “你可以把它制造成任何你认为需要的东西”, 说成是: “你想要它变成什么也可以”, 所得的效果便大大不同。在前面的情况, 参加者会经过考虑才提出意见, 而同时会对其他人的建议是否恰当做出反应, 这样才能带出游戏效果。

游戏的效果直接受游戏规则及角色分配所影响, 工作人员应要分析并掌握三者的关系, 才能有效发挥游戏的功能, 不致令人感到“戏而不趣”。

### 将旧游戏变新游戏

如果未能创作新游戏, 也可以尝试把旧游戏加以变化, 以适合小组的需要。事实上, 一些传统的游戏往往是百“玩”不厌, 各具特色的。

变化游戏就是去改变游戏公式中的角色或规则部分, 使这个游戏可以符合工作人员的要求。

步骤如下:

1. 订立游戏的功能和目的;
2. 用脑力激荡法或从游戏书中找出你喜欢的游戏;
3. 分析这些游戏的特点和效果, 以及你喜欢这游戏的什么环节;
4. 想想有什么角色或规则可加以改变, 使得游戏更有新鲜感, 更符合团队需要;
5. 想想又没有破坏原本游戏的效果, 新增的效果有趣吗?
6. 这游戏是否符合原来的目标? 适合游戏对象吗?
7. 试玩新游戏几遍, 掌握游戏节奏。

以下举一例子: “香港、九龙”是小朋友喜欢的游戏, 玩法是在地上划一直线作维多利亚港, 两边分别是香港和九龙, 主持人读出一些地方名, 参加者便要跳到适当的区域去, 最后跳进去或跳错的便被淘汰或记罚一次。游戏的趣味效果是可以考验参加者的反应, 而跑动时也可以使气氛热烈起来。这个游戏的变化可说是多不胜数, 例如:

1. 把“香港、九龙”改为“中环、湾仔”, 以使参加者更有亲切感。
2. 把“香港、九龙”改“南半球、北半球”, 以便考验小学生的地理常识。
3. 把两区转为三区, 加上适当称号, 例如三条地铁线、三个朝代等等, 以加深游戏难度。



4. 把两区变为“是”区和“非”区，并问一些似是而非的问题或智力题，这都可以加深判断难度。
5. 在“是”“非”两区中间画上中间地带，问题的答案若是对的，在“非”区的参加者要逃跑，“是”区的参加者可走到“非”区某线之内捉“非”区的参加者，捉到一人得一分。相反亦一样。这样可以令组员在游戏中跑动，增加刺激和接触。
6. 仍分“是”“非”两区，主持人发问一些没有绝对答案的问题，认为不对的走到“非”区，认为对的走到“是”区。主持人可随意询问双方参加者为何做出这选择，并引发讨论。这游戏可保持走动，并引发思考。民主、爱情等都可以作为游戏主题。

以上的游戏变化，都保留了跑动机考反应的趣味效果，但游戏的目的便有很大的改变。故此，在改变了游戏的玩法后，需要考虑新游戏是否达到原来的目标，是否仍能促进组员关系或刺激组员学习。在以下章节，会特别提及设计各种功能不同的游戏时要注意的地方。

### 策划及带领游戏活动应注意的技巧

游戏活动的成功，除了游戏设计本身要能够符合游戏者的需要及具有趣味外，事前的策划工作及即场的带领技巧也直接影响活动的成败。以下是策划及带领游戏时一些应注意的地方，可作为参考之用。

#### 布置场地讲心思

1. 一个经过布置、充满色彩的环境会令参加者感到新鲜和愉快，从而更尊重游戏活动的安排及增强参与意欲。一个过分普通和杂乱的环境，则会令人变得过分随便和散漫。
2. 如在室内，适当的灯光、柔和的音乐及特别的摆设，都有助营造气氛及提供活动前的话题。
3. 襟前名牌及小礼物于参加者进场时派发，既可使与会者重视活动，又可作为分组之用。有时更有增添场面色彩的效用。
4. 主持人和参加者的距离要保持适中亲切。太远会疏离，太近难控制场面。场地空间要加以控制，以造成一个满座效果。
5. 如在室外，要注意环境安全情况，并需要划定游戏范围，最好加以布置。

#### 游戏次序巧安排

1. 活动程序应准时开始。如迟到的人太多，应先预备一些简单程序如唱歌、小玩意、智力测验及热身游戏等让准时出席的参加者参与，并容许迟来者加入。记着，让早到的参加者呆等，等于惩罚准时的人，会对聚会产生不良影响。
2. 游戏选择要力求平衡：有动的，有静的；要有用体力的，也要有用脑袋的。
3. 游戏编排由浅入深：由简单到复杂，有斗力到斗智。活动最初的十分钟及结尾是最重要的，需仔细计划。
4. 最好的游戏应放置于最后，并在高潮时结束，迅速转入聚会另一阶段。把一个普通趣味的游戏放置于一个最有趣的游戏之后是一项劣拙的安排。
5. 可安排不同的人带领不同的游戏，但主持人的形象必须鲜明突出。

#### 争取游戏者对你的信任

1. 要清楚掌握游戏的规则和玩法。一旦你对游戏规则不够肯定，将会立刻失去大家对你

的信任。

1. 主持人要有信心，游戏者才会安心。
3. 说明简洁，不做无谓拖延。要节奏明快。
4. 要控制作弊或不依规则的情况，否则游戏会失去原有意义，也会引致无谓争拗。

使每个人投入游戏

1. 主持人自己必须尽情投入游戏当中，恢复童年心境，享受游戏的乐趣。
2. 主持人感到欢乐，才能发挥感染力量，使他人也觉欢乐。
3. 简单欢迎每一个新加入的朋友，使他尽快消除防卫而投入团队当中，
4. 不要单向一两组员解说，视线要平均接触所有组员。
5. 热情邀请，鼓励参与，但不要强迫组员参加。
6. 避免使人尴尬，不要把快乐建筑在别人的痛苦上。
7. 避免设计强调淘汰游戏。
8. 游戏与游戏之间连接紧密，防止冷场，别让组员有机会聊天。

介绍新游戏

1. 先使团队安静下来，随即介绍游戏名称和玩法。
2. 说明要简洁、清楚，故介绍前要先作细心准备。
3. 很多时，把组员分组或排列成游戏阵式后才进行解说，效果会更好。
4. 扼要说明游戏开始的规则及如何完结，便立刻进行示范及试玩，直至所有规则都清楚为止。
5. 有需要时，应善于利用黑板或在大致上作解说。
6. 介绍时要有耐性。向组员清楚介绍游戏规则是主持人的责任，不应因组员理解错误而加以责备。
7. 留意试玩时游戏进行的情形，应视乎组员的能力而作出适当修改。
8. 要强调游戏的精神所在。

处理胜负和赏罚

1. 要指导参加者以正确态度对待游戏中的竞争。过分强调胜负会引致争拗，忽略游戏本意及目的。
2. 强调处罚会制造冷场及令组员害怕参与。
3. 处罚只会令人退缩，使很多人视游戏为苦差。
4. 良好的游戏设计，参加者在游戏过程中已获得乐趣，不需以赏罚作为游戏完结。
5. 如有奖品，不宜贵重。

成为一个成功的游戏领导者

一个成功的游戏领导者，除了要注意上述的策划及带领技巧外，如果能够兼具下列的能力和特质，必定更能发挥游戏的功能。

1. 讲故事的技巧：有趣幽默的笑话、名人轶事、趣闻，加上动人的演绎，往往可以配合游戏的需要，促进与会者的投入。
2. 演艺的培训：丰富的表情、夸张的动作可以吸引组员的注意力，也可令场面较轻松活泼。有些游戏需要扮演某一角色，主持人的投入示范可以起带领作用。
3. 带领唱歌技巧：游戏活动前的热身往往是先来唱唱歌，让与会者开腔及投入团队之中。此外，以唱歌来结束聚会，可令与会者有机会表达对聚会的感受，会有意想不到的效果。

4. 要掌握不同对象的需要：儿童、少男、少女、青年、成人、家长等都有不同的需要及特性，带领时便要有不同的技巧。
5. 要熟悉多类型游戏、潮流玩意及各种运动规则，这将有助领导者因时制宜，灵活地把游戏加以变化。
6. 要了解游戏或康乐活动在现代社会的意义，以及游戏如何在各种生活课题中发挥积极的作用，如都市化、民主教育、人际关系、环境保护等等。在这方面，广博的知识有助领导者把游戏与生活结合，透过游戏带给组员更多启发。
7. 对大自然常识丰富，有助利用户外环境进行活动。例如搜集树木标本、拾贝壳、堆沙等，都可以进行比赛和作讨论题目之用。

## 游戏篇

注意：本部分所有游戏须在导师指导下进行，并且必须注意安全。

### 康乐游戏

康乐游戏最基本的目的就是要给团队培养欢乐的气氛，使组员有一种亲切的感觉；康乐游戏也能提高团队的士气，可作为聚会时的热身活动。

#### 康乐游戏的特征

工作员可用团队游戏公式去思考设计康乐游戏时要注意的特点：

角色或工作+规则      结果或效果

1. 参加者最好能有同样角色，参与机会要均等，犯错的机会也相同。譬如“打傻瓜”游戏，每个人都有相同机会做傻瓜，或做打傻瓜的人。
2. 参加者所进行的工作必须要“好玩”的、有趣味的、好笑的、或能引人发笑的。例如在一些估戏名、估歌曲名的游戏中，因为参加者在表达歌名时的古怪动作或表情，能令人发笑，从而达到康乐的效果。
3. 游戏要有新鲜感和富挑战性。将普通“打傻瓜”变化为“双层打傻瓜”便有此效果。纵使作出少许改变，也能带来新鲜的感觉。
4. 游戏规则要简单、容易理解。事前准备也要简单。如果要参加者做很多准备功夫，才开始游戏，则趣味性会减低。
5. 康乐游戏看重活动过程中带给参加者的乐趣和欢欣，并不重视游戏的胜负，也不必要用赏罚的态度来处理此类游戏。
6. 游戏不一定要有清楚的目的和意义，也不一定要成功地进行，小小错误有时会带来乐趣。很多时即与的游戏往往带来极佳的康乐效果。

#### 双层打傻瓜

场地：室内或室外

人数：20-40 人

时间：不限

道具：座椅、报纸卷成纸棒

目的：制造紧张刺激气氛，令参加者强记着其他组员的名字

#### 游戏方法

1. 参加者围成两个圆圈坐在地上或椅上，面向圆心，内圆外圆人数相等。主持人立于中央。
2. 如果大家尚未认识，先介绍自己名字。
3. 主持人开始游戏，先用纸棒指向内圈的冯大文，并作势打下。坐于冯大文背后（坐于外圈）的刘一章要及时叫出内圈其他组员的名字（但不能叫冯大文左右两边的组员），主持人便需转打被叫名字的组员。
4. 若刘一章未能及时叫出其他组员名字，冯大文会被纸棒打中，这时，被打中的要转做主持人，原来坐外圈的刘一章做到圈内，主持人则做到外圈填补刘一章的空位。游戏继续。

#### 注意事项

1. 这是“打傻瓜”游戏的变化，特点是要求内外圈组员高度醒觉和合作，有助加强组员投入。
2. 游戏初段，内圈组员会因紧张而犯错，如自己喊出其他组员名字或急于提醒背后组员等。这都有助增强气氛，不宜处罚过严。
3. 由于这游戏带有一点攻击性，故提醒组员不要用了太猛，以免引起被打者的反感。

#### 坐地起立

场地：室内或室外

人数：不限

时间：10-20 分钟

目的：增加组员接触及加强合作

#### 游戏方法

1. 先邀请两位组员进行游戏。两人先背靠背、手臂扣着手臂地坐在地上，然后，依靠背与背的支撑点一齐起来。
2. 当两人站起来后，增加一人，成为三人组，以同样背靠背的方法一起站起来。
3. 以此类推，增加到四人、五人、六人……直至无法一起站起来为止。

#### 注意事项

1. 这游戏简单，但既消耗体力，又要求组员合作，具挑战性，容易受到组员欢迎。
2. 当七、八人一同进行时，请提醒组员只能以背及手臂之力站起来，而不是其他方法。
3. 主持人应注意安排较大力气的参加者平均分布在圈中。

#### 一见钟情

场地：室内或室外

人数：12-30 人，最好男女平均

时间：不限

目的：增强气氛

#### 游戏方法

1. 主持人先解释并邀请两人示范下列四句成语的意思。
2. 当主持人叫“一见钟情”时，两人便面对面站立；叫“反面无情”，则背对背站立；叫“自作多情”时，两人面对同一方向，但男在女的后面；叫“不解风情”时，则是女在男的后面。
3. 参加者分为男女两行，面对面横排站立。主持人随意叫出四句成语中的任何一句，参加这便须依照号令转变方向。动作做错了的便被淘汰。最后未被淘汰的一对胜出。

#### 注意事项

游戏的趣味在于考验参加者的反应，以及成语内容与动作的配合。为增加趣味，可将每一成语配以动作。

#### 捉虫虫

场地：室内

人数：不限

时间：不限

目的：增强气氛，可作热身游戏用。

#### 游戏方法

1. 组员站立围成一圈
2. 每人向左右伸出手，左手握拳竖起拇指，右手拇指食指连成一个圆圈，套在右方组员的拇指上。
3. 主持人诵读一篇文章，当文章出现某一特定字眼（如“一”）时，右手要快速捉住右方组员的拇指，左手则要避免被人捉。
4. 以捉得最多“虫虫”者得胜。

#### 注意事项

1. 此游戏不着重胜负，应多鼓励组员考验自己的反应。事实上，如果着意去计算谁捉得多，必定会拖延游戏的进行，影响气氛。
2. 文章应选择富趣味性的，指定字眼可多过一个。可以把各组员的姓氏作为“捉虫虫”的提示。

#### 游戏变化

游戏结果可以作为挑选组员进入下一项活动之用

#### 文章（供参考）

儿子看见一颗有三粒花生米的花生，他便将自己变成其中的一粒花生米。有一只鸟飞来把花

生吃了。有一只猫又把鸟吃了。有一只狗来把大猫吞下。过了一会儿，那只狗又给一条大蟒蛇吃了。那条大蟒蛇吃饱后走进池塘边，不幸跌进一个大渔网。这时父亲出来寻找儿子，到处寻不见，他看见大鱼网里有东西，便将鱼网拖回岸边，他发现有条大蟒蛇，他将大蟒蛇杀掉，发现有一只狗在里面，在狗里面他看见有一只猫，在猫里面发现有一只鸟，在鸟里面他拾起花生，当他把花生壳打开，他看见自己的儿子，儿子这时已吓呆了，从此以后再不敢淘气了。

——文章选自《幼师育乐营游戏手册》

(听到“一”字可捉虫虫)

## 蒙古包

场地：室外或足够大的室内场地

人数：16-30 人（人数必须是双数）

时间：10 分钟

目的：营造气氛、促进合作

### 游戏方法

1. 参加者面向圆心，手拉手围成一圈，并以 1、2、1、2 报数。
2. 游戏开始，报 1 的参加者向外倾斜，报 2 的参加者向圆心俯斜。
3. 加入组员的体重相距不远，则每个人都可以放松身体，并凭着左右两边组员的拉力而不致跌倒，而整个圆也会变得很稳固，就像一个蒙古包。
4. 如果能够成功合理建造一个稳固“蒙古包”，报 1 与 2 组员的倾斜方向可以互相变换。

### 注意事项

1. 这游戏需要组员高度合作及配合，可作活动前热身之用。
2. 游戏开始前，工作员应简单介绍蒙古包的制作原理，让组员知道每个人配合的重要性。

### 游戏变化

当大家完成单数向外斜仰、双数向圆心俯斜后，可以改变玩法为全部队员同时后仰，以加强组员相互支持。

## 眉目传情

场地：较宁静地方

人数：13-15 人

时间：10-15 分钟

目的：加强组员的非语言接触

### 游戏方法

1. 先把椅子围成一圈。
2. 把参加者分成两人一组。其中一个坐椅子，另一人站立在背后。最后一组只有一个人站在椅后，椅子留空。

3. 坐在椅上的人都要留意站在空椅后面的组员。假如他的表情或眼神在暗示你跑到他面前的座椅，你便要立刻走过去坐在空椅上。
4. 站在椅后的组员只能低头看守坐在自己前面的座椅上的组员，如果发现自己组员要跑掉，可伸手拍他肩部，组员便不能跑开，就成为空椅后的人，此时便要努力引诱、暗示其他坐在椅上的组员走到你面前的空椅上。

#### 注意事项

这游戏可提供机会让组员作非语言沟通，只用眼睛传送讯息。如果传送错误或表错情，就会引起笑话。

### 香港、九龙

场地：室内或室外

人数：不限

时间：10-15 分钟

目的：考验组员的反应。

#### 游戏方法

1. 在地上划一直线，作为维多利亚港，左右两边为香港及九龙。
2. 组员先站在直线上，主持人念出一个地方名，如果属于香港岛的组员便需要跳到“香港”，如果所念地方不属于香港也不属于九龙，则组员要停留在直线上。
3. 跳错的遭淘汰，直至最后一位便是反应最快的组员。

#### 注意事项

1. 初时慢慢进行，然后逐渐加快。
2. 鼓励遭淘汰的组员一同继续参与游戏进行，以保持热闹气氛。

#### 游戏变化

1. 可把两区划分成三区，并以其他地区名代替香港和九龙。
2. 可要求组员跳到相反的区域去，难度更高。

### 砌出个未来

场地：室内或室外

人数：20 人以上

时间：不限

道具：参加者的鞋子

目的：制造紧张刺激、开心的气氛，让参加者透过互相合作而提升默契。

#### 游戏方法

1. 所有参加者分成四个小组，人数最好平均，相若亦可。
2. 每组需找寻一个较宽阔的空间。

3. 所有参加者需脱去脚上的鞋子砌成指定图形。
4. 主持人站于台上发施号令，叫出一个图形/字句/数字等。
5. 参加者需尽快按指示将所有组员的鞋子砌成指定图形。
6. 完成砌图后，所有组员必须离开砌图范围，并举手通知主持以便检查。
7. 最快完成砌图的一组为胜。
1. 以独立组别比赛形式，比试 5-7 次，每次第一组胜出可得 10 分，第二组可得 7 分，第三组可得 5 分，第四组得 3 分。

#### 游戏变化

1. 增加难度或刺激度，可限制相同的鞋子不能摆放于隔邻，最少相隔两支不同的鞋子。
2. 可要求指定的图形加入组员在其中，例如将所有鞋子围圈，然后一男子站于圈中。

#### 打电话

场地：室内或室外

人数：30 人以上（人数最好以 10 的倍数递增）

时间：不限

道具：0-9 数字牌/贴纸

目的：制造紧张刺激、开心的气氛，让参加者透过互相合作而提升默契。

#### 游戏方法

1. 所有参加者分成 10 人一队，每人派发一张数字牌/贴纸贴在身上。（如人数多出来，参加者的数字可重复）
2. 主持站于台上发施号令，叫出一个电话号码。
3. 参加者需尽快按电话号码排出正确次序，“多余的数字”需站于一旁。
4. 完成排列的组别，参加者须手绕手的串成人链，并齐声叫：“Do Do……”。（扮出电话接通铃声）
5. 最快串联起正确电话号码的一组为胜。
- 1 记分方法：以独立组别比赛形式，比试 5-7 次，每次第一组胜出可得 10 分，第二组可得 5 分，第三组得 3 分。

#### 注意事项

1. 数字牌/贴纸必须大而清晰。
2. 如每组只得 10 人（即 0-9），切记指定排列的电话号码的数字不能有相同数字/重复。

#### 游戏变化

增加难度或刺激度，可在完成排列后，要求全体组员必须做出指定动作方作完成论。

参考分纸：

	第一组	第二组	第三组
第一回合			
第二回合			
第三回合			
第四回合			



第五回合			
第六回合			
第七回合			

## 传表情

场地：室内或室外

人数：12-20 人

时间：20-30 分钟

目的：增加欢乐气氛，也可带出非语言沟通的限制

## 游戏方法

1. 先选出 5-6 人进行“传表情”，其他人在旁坐观众。
2. “传表情”的组员一行直排向前望，可坐也可站立，但不可以回头望。
3. 主持人把写上表情的字条：如“怒火中烧”，“风情万种”等让最后面的组员抽出一张。准备好后，该组员拍前面的组员的肩，指示他回转头，并以任何方法传达字条的内容，但不能发出任何声音。
4. “表情”一直传到最后一位，主持人便把答案表让他选择，看看能否猜中所传表情的真正意思。
5. 进行一、二次后，在旁观者中选出另一组人，继续游戏。

## 注意事项

1. 在这游戏中，传表情的过程往往令旁观者捧腹大笑，故此每人都应有机会做旁观者及传表情者。
2. 选择传表情的第一个组员最好是比较活泼生鬼的。

## 归来吧

场地：室内或室外

人数：15-30 人

时间：10-20 分钟

目的：增强气氛。

## 游戏方法

1. 参加者围成一圈，坐于椅子上。
2. 选出一位组员站到圈中间，让其中一张椅子空着。
3. 游戏开始，站在圈中的人想重占自己的座位，但坐在空位右边的组员则抢先占据。以此类推，组员便顺次依顺时针方向移动。如果某组员，不想移动，便可以拍一下空椅叫一声“归来吧”，刚离开椅子的组员便要坐回来，移动的方向便改为逆时针。
4. 若位子被中间站里的人重占，坐在下方的组员便要接替他站到中间。
5. 主持人在适当的时候结束游戏。

### 注意事项

1. 游戏有时会引起混乱，最好在组员都相熟的情况下进行。
2. 主持人要准备作仲裁工作。

### 小动作

场地：室内较佳

人数：不限（可分两组或以上）

时间：不限

道具：参加组员的名字字条

目的：增强小组气氛。

### 游戏方法

1. 把组员分为两组（每组 5-10 人）或三组。
2. 以比赛形式进行。每一组先派出一代表抽出一位组员的字条，并要在 15 秒时间内开始模仿此组员惯常的表情、小动作、说话语气、身体姿势等等，让其余组员猜此组员是谁。代表不可直接或间接指出此人之姓名、工作、住址、嗜好等资料。
3. 两组轮流进行，次数视乎时间和性质。最后比较哪一组猜中次数最多。

### 注意事项

1. 比赛形式只为加强气氛，不用设奖品。
2. 游戏着重考验组员对其他人的观察力，不要容许取笑他人的情况出现。

### 名人榜

场地：室内

人数：不限

时间：约 20 分钟

道具：纸条、笔、

目的：加强小组合作意识

### 游戏方法：

1. 每位组员写一位人物的名字在纸上（人物可以是现代或古代的、虚构或实际存在的），随意贴在另一位组员的背上（不要让他看见这人名）。
2. 所有人站起来在场地中央，然后尽快猜自己背上的人名是谁。
3. 每位组员可向别人问是非题，每次只可问一条问题，从答案中猜出背后人物是谁。
4. 如猜对了，便可除下背上的纸条，贴在名人榜（黑板或墙）上。
5. 待全部组员都猜到背上人名，游戏便完结。

### 注意事项

1. 这是需要别人协助的游戏，可令大家更乐意去协助别人。
2. 这是一个不竞争的游戏，应多鼓励组员向自己的能力挑战。

### 游戏变化

1. 可改变人物的范围来适合不同的对象和不同类型的小组。例如：
  - a. 公民教育小组——香港、中国政治人物
  - b. 妈咪——电视艺员或娱乐圈人物

- c. 教会团体——新约圣经人物
- d. 中学足球代表队——国际著名球员

2.也可换上小组内组员的名字，让组员能更熟络。

摸鼻哥

场地：室内

人数：10-20 人

时间：不限

用具：扑克牌一至两副

目的：增强小组快乐气氛

游戏方法

1. 组员围绕圆桌而坐或坐于地上，每人派牌四张。
2. 每人以逆时针方向把其中一张牌，传给右方组员，并同时取得左方组员一张牌。取得四张相同的牌时，便须立刻停止传牌并以手摸鼻子。其他组员若见有组员摸鼻子，即表示游戏已完结，亦须跟随摸鼻子。
3. 最迟摸鼻子的便算输了一次。最早摸鼻子的组员把牌翻开证明后，便可进行第二次。

点唱机

场地：室内

人数：20 至 40 人

时间：15-20 分钟

目的：认识朋友

游戏方法

1. 在认识大家的名字后，会先由工作员开始，用手势（如指示方向的手势）指向其中一人说出这人名字。
2. 这人便要如一张被点中的唱片，唱出几句至一段歌，再用手势（如指示方向的手势）指向另一人及说出这人名字。
3. 这人在接续下去，指所有人也唱过为止，期间不可重复。
4. 游戏若至中途有人误点一些已唱过的参加者或重复一些已唱过的歌，这名参加者便要受罚。

注意事项

1. 歌曲不可重复。
2. 有一位指向另一位，至所有参加者也唱完，期间不可重复指出一些已唱过的参加者。
3. 所罚内容可预先订好，可以是介绍自己或其他的分享。

游戏变化

工作员可改变歌曲快慢，如规定必须是一首块歌，之后的为慢歌，在之后的是快歌。

寻人启事

场地：室内或室外

人数：8 人或以上

时间：20-30 分钟

道具：白纸及历无数份

目的：认识朋友

游戏方法

1. 游戏共分两部分，第一部份由工作人员先派发工作纸，纸上划分不同的小格（格子的数目可按人数或时间成正比），格上写上简单是非题，如喜欢烹饪的、每星期保持两小时运动习惯的，曾获得奖项的等等。

2. 参加者于工作纸上填上自己的姓名后开始找身边朋友访问，把答“是”者的姓名填在空格上，直至每一空格都填上姓名，然后交给工作人员，最快者可获礼物。
3. 第二部分待工作员收回所有工作纸后开始。工作员可选出最快之参加者进行大测试，考对方能否记住刚才被访问者的资料，答对者可获礼物。
4. 工作员可追问被访者其他资料以促进彼此之间认识。

#### 注意事项

游戏过程中，工作员可提醒个人游戏的目的是认识朋友，故搜集资料需认真，并必须得到对方答“是”才可填上对方姓名。

#### 游戏变化

1. 可因应时间同时进行两部分游戏或只进行其中一部份。
2. 工作纸小格可留空，游戏玩法改为以最短时间认识最多新朋友，在格内填上新朋友的数项资料。

#### 估默契

场地：室外

人数：不超过 20 人

时间：不限

目的：考验观察力和智力、促进关系、建立小组默契。

#### 游戏方法

1. 组员围成一圈。
2. 估默契组员离开约三分钟，其余组员要订立“回答问题的默契”。如：男组员答相反答案，女组员则答正确答案；又例如答问题的组员左面有一位女组员坐着。
3. 估默契组员回来后，可向任何人提问题，直至估中“默契”为止。问题范围可以规定，但一定不可以询问有关这默契。
4. 组员只可以用“对”或“不对”回答估默契组员的问题。
5. 如这估员估到默契，便由另一位自愿的组员或最近被问问题的组员替上。重复以上步骤。

#### 注意事项

1. 游戏重点是考验智力及促进组员沟通合作，并不是要用古怪精灵的默契来难倒别人。工作员应鼓励组员要订立默契时由浅入深。
2. 如想丰富组员的认识度，可把问题规定在相互认识的范围内，但答案应以简短为原则。
3. 游戏的优点是保持新鲜感，默契可以每次不同。

#### 小组之最

场地：室内或户外

人数：15 人以上

时间：20-30 分钟

目的：促进小组沟通合作

#### 游戏方法

1. 视乎人数把组员分为 3-4 组，每组不少于 5 人。
2. 主持人提示一项“小组之最”，例如“最长”，然后每组派出代表竞逐。
3. 派出代表后，主持人正式说出竞逐题目，例如：“最长气”或“最长眼眉”等。
4. 胜出最多的一组可获纪念奖品一份。

#### 注意事项

1. 视乎组员可接受程度而定出竞逐题目，但必须是出人意表的。
2. 如果要突出小组中各成员的特点，可以竞逐“最美的字体”，居住“最远的地方”等。

#### 游戏变化

这种分组选派代表的游戏方式是经常被采用的，并且千变万化。游戏的优点是可以制造小组的沟通和合作机会，又有比赛的刺激，例如“收买佬”、“估戏名”等都是。

### 促进关系游戏

促进关系游戏的功能在于协助组员打破隔膜，鼓励互相分享、互相学习，从而促使组员从中得到反省启发的机会。

在小组发展历程中，不同阶段有不同的组员关系特质，在游戏的选择和设计上便要有不同的要求。大体来说，在小组初期，工作人员需要带领组员互相认识和鼓励沟通；在小组中期，组员关系因合作而加强，游戏的选择便要以能协助深入交流和建立默契为原则；在小组后期，工作人员要协助组员检讨和评估组员之间的关系和表现。

设计促进关系游戏，仍然需要照顾游戏的趣味性，故此，大部分设计康乐游戏的原则也要适用于设计促进关系游戏。例如：游戏的规则要有变化或新鲜感；游戏的趣味效果要掌握等。除此之外，促进关系游戏在不同小组阶段也有不同的着重点，设计时也可根据游戏公式构想。  
工作或角色+规则 效果

### 互相认识阶段

1.在游戏中，组员应有同一角色和同等参与机会。同等参与的原则在促进关系游戏中的重要性比在康乐游戏中更重要。

2.游戏的基本性质是要求和鼓励组员交换姓名、个人资料、兴趣等等，使大家有一基本认识。

3.游戏的目的是找寻组员的共同点（commonness）及组员的长处（strength）而避免强调相异的地方。在小组初期，建立小组共同点和发掘组员的长处有利于加强组员参与动机，培养归属感和投入感，当然也可以使组员在组内外多一些话题。例如：游戏“知多一点点”便可以随不同小组特色而找出组员见相同的地方，也可发掘组员的专长。

4.游戏要鼓励和要求组员主动表达自己。在“知多一点点”游戏中，组员需要找相同特点的人签名，在寻找的过程中，组员需先向其他人表达自己的喜好、习惯、职业等资料，才可找到相同特点的人。但要注意的是要尊重组员表达的自由，对于组员不愿意让别人知道资料应加以尊重。这种安全的感觉在小组初期尤其重要。

5.适当身体接触如握手、托手、按肩等都有助建立友善亲密的感觉。如“解人结”、“变形虫”等游戏及游戏前手牵手围圆圈等都是。很多康乐游戏都具有这方面的功能。

概括来说，在小组初期的促进关系游戏中，工作人员需要令组员：介绍自己、表达自己、认识对方、合作、有适当身体接触、找出相同点。

### 深化关系阶段

随着小组发展，组员间关系增进，互相了解、分享的层次也更深入。组员或会分享彼此不同的人生观和处世态度。正如著名家庭治疗师萨提亚（Virginia Satir）所说：“相同令人结交，不同令人成长。”（We meet on our sameness, but we learn on our differentness.）组员要透过交流不同的意见，才可获得成长。

1. 在这阶段的游戏设计，不再停留在找寻组员的共同点上，反之，会着重刺激组员交流对人生及各种生活价值的不同的观点和看法。工作人员的工作包括鼓励组员：

1 表达自己的看法和观点

1 聆听别人的看法和观点

## 1 反省自己的价值观

### 1 给予其他组员回应、支持和鼓励

2.一般来说，互相认识阶段的促进关系游戏，都不需要进行分享和讨论，但在交流价值观念的游戏上，分享甚至讨论有时是需要的。例如：“神奇水晶球”和“大火烛”游戏，都是藉着一个假设的情境，要组员思考并向其他人表达自己的看法，分享是最重要的游戏部分。

### 检讨及评估关系阶段

在小组中、后期，工作员需协助组员评估组员间的关系，以及组员与工作员的关系。例如游戏“有来有往”，就是藉着给予和拿取其他组员的硬弊，思考一下自己对其他组员的看法，同时藉着自己枱面的硬弊，也可以了解组员对自己的观感，评估自己在小组中的表现。在这个游戏中，讨论是非常重要的；否则，组员没有机会澄清及交流相互的看法。

### 促进关系游戏的限制

促进关系游戏只能协助小组透过一些轻松的活动让组员有较多话题讨论或交流，从而增进大家的了解或揭示组员间互动的情况，但并不表示能直接令小组得以成长或深化关系。工作员应利用其他小组技巧去处理小组内发生的问题，使小组不会错失一个成长的机会。比如说，当小组内出现不信任的情况或有组员表示对小组有不信任的感觉时，工作员不要以为运用一些信任游戏，如“瞎子摸象”、“信任摇摆”，便能让小组重拾信任的感觉；反之，工作员应直接面对此情况，让小组组员一起探讨及了解不信任的原因及情况，使组员能克服引起不信任的因素及重新建立信任感。

### 自我介绍

场地：室内

人数：10-20 人

时间：15-30 分钟

目的：认识新朋友，并作自我介绍，适合第一次聚会时用。

### 游戏方法

- 1.把参加者分成两队，围成两个圆圈：外圈和内圈。
- 2.开始时，大家拍着收，外圈人向右转，内圈人向左转。也可利用音乐陪伴进行。
- 3.音乐停顿或主持人叫停时，外圈和内圈组员要面对面，向最靠近自己的人作自我介绍，包括职业、兴趣、专长等。
- 4.在第一次介绍后，音乐再起，直至每个人都认识为止。

### 游戏变化

- 1.这游戏除了第一次聚会互相介绍外，在小组初期也可以用于讨论某些有趣话题，例如旅游。在这种情况下，主持人需建议话题的内容，协助祝愿打开话匣子。
- 2.也可把圈内的组员化定为记者或调查员，每人就着某一个话题访问外圈组员的意见，外圈的组员也可询问自己有兴趣的话题。
- 3.如果主持人希望鼓励异性沟通，可把内圈编为女组员。
- 4.如果有椅子，内外圈组员也可坐于椅子交流。

### 二手介绍

场地：室内

人数：不限

目的：让组员互相认识，适合作为小组建立初期一种自我介绍方法。

### 游戏方法

- 1.两人或一人一组。
- 2.每个人假设自己的一个朋友或亲戚，然后用三分钟时间介绍这个“自己”；介绍完后，其他组员也可用两分钟时间发问。

3.其他组员用上述介绍自己和发问。

#### 注意事项

在这个游戏中，组员因假设是自己的亲友，所以感到较容易表达自己的优缺点，亦能控制说话的内容，也较容易拒绝别人的问题。

#### 心胀病

场地：室内

人数：10-16 人

时间：15-20 分钟

目的：认识新朋友的称呼。

#### 游戏方法

- 1.将参加者分成两组。
- 2.每组参加者逐一介绍自己的称呼让对方知道。
- 3.组员介绍后，每组组员一起商量选哪一位组员出来比赛。商量后，两组组员排成两行，而两组组员要面对面。
- 4.主持人会发号施令。当众人听到命令后，除了每组被选出来的组员，其他的组员都要蹲下。
- 5.这时候，每组被选出来的组员需要尽快说出对方的名字。最快又最准确的才算胜出，若说的快但说出错误的名字则当输论。
- 6.游戏采取五局三胜制，当然亦可视人数及时间做出调节。

#### 注意事项

- 1.主持人若发现当发号施令时某一组有超过一位组员站立或没有组员站立，那组会被判输。
- 2.主持人可因应参加者的人数及记性而要求每组再重复一次他们/她们的名称。

#### 心胀病（扑克版）

场地：室内

人数：8-15 人

时间：20-30 分钟

用具：扑克牌二至三副

目的：增强小组气氛，也可考验组员的反应。

#### 游戏方法

- 1.组员围绕圆枱而坐。如果有组员未认识的，应互相介绍。
- 2.主持人按顺序排扑克牌每人一张，揭开并放置于组员面前的，直至有两位组员取得相同点数的扑克牌时，便要以最快时间喊出对方的名字，早一点喊出对方名字的作胜，可把手中所累积的牌交给负方。
- 3.直至手中的牌都玩完时，便算完结。

#### 注意事项

- 1.扑克牌游戏一般多在宿营或休息时间进行，很少作为正式游戏活动，但却往往能使小组在自然情况下增强活动气氛。
- 2.这游戏对于要求组员记熟对方名字十分有效。

#### 游戏变化

在进行了两三次后，主持人也可用抽签的方法把组员的姓名互相更换，使游戏更刺激。

#### 福尔摩斯

场地：室内

人数：不限

时间：不限

目的：让参加者透过细微观察一认识对方，考验组员观察力。

游戏方法

- 1.向组员提一提福尔摩斯的最大优点，就是细微观察力。
- 2.组成两个人一组、三人一组或四人一组。
- 3.每个人将这天带来的六样东西，拿出来给对方观察。
- 4.透过观察，每个人推测对方的资料，然后双方核对或澄清。

注意事项

- 1.这个游戏能使组员认识对方更多的资料，尤其是工作、性格方面。
- 2.此游戏鼓励组员交流，这比双方坐下交谈更自然。

游戏变化

可在大组中每人拿出一样东西，然后一起研究、推论物件属谁。

变形虫

场地：最好有门口、窄楼梯等设施的户外或户内场地

人数：15-20 人

时间：15-20 分钟

目的：加强小组接触，体验合作精神。

游戏方法

- 1.全部围成两个圈或以上，内圈和外圈，组员背对背、手扣手，组员要尽力靠拢。
- 2.一起穿过窄门，上窄楼梯，穿越树林，越过障碍。

注意事项

小心安全问题。

游戏变化

- 1.这类型活动常被采用，都是增加在小组初期时全组人的合作性和全组士气。
- 2.如要增加难度，可让外围的人蒙眼，由内圈的人指挥。

记者探访

场地：室内

人数：16-20 人

时间：20-30 分钟

目的：让组员互相认识，适合小组初期时用。

游戏方法

- 1.把组员组成两人一组。
- 2.组员 A 先向组员 B 介绍自己的资料、兴趣、最难忘经历等等，组员 B 可以把自己当作记者向组员 A 介绍自己。
- 3.然后组员 B 也向组员 A 介绍自己。
- 4.小组完成介绍后，把两小组结合为四人一组。然后组员 A 以记者探访后报道形式向两位新朋友介绍组员 B 的资料，组员 B 也同样介绍组员 A 的资料。两位新朋友也可以同样方式向组员 A 及组员 B 做出介绍。
- 5.最后四人可以互相询问其他资料。

注意事项

- 1.这是鼓励组员互相介绍认识的一种方法。最重要的是给予足够时间让组员可分享较深入内容。
- 2.工作员应提供访问的准则及方法，也可以简单介绍记者的访问技巧，以加强游戏趣味。

超能力饭桌

场地：饭桌或任何围在一起吃东西的地方



人数：约 6-12 人

时间：30 秒至 2 分钟

目的：增进小组感情，强化小组成员间的合作能力。

游戏方法

- 1.于膳食时间进行。
- 2.开饭前，所有人入座。
- 3.游戏开始，所有人不可张开眼睛或说其他东西。
- 4.组员需要将数目字由一开始数下去，每人只可数一个号码。
- 5.若有人搞乱了次序，或有任何出错，游戏需要重新开始。

游戏变化

可用英文字母，或任何有顺序特性的词语替代数字。

注意事项

参加者事前不可内定排列次序。

知多一点点

场地：室内

人数：不限

时间：约 10 分钟

用具：“知多一点点”表格、笔

目的：在小组初期进行让小组成员发掘与其他组员的共同点。

游戏方法

- 1.把“知多一点点”表格派给参加者。（见附表）
- 2.请各组员在 10 分钟内，与其他组员交流“知多一点点”内各项，如果对方符合表格要求，请对方签名。

注意事项

主持人可要求参加者与每一位相遇的组员都能交流所有“知多一点点”项目，并强调“找不到，也不要紧”的原则。主持人也可鼓励参加者高声喊出要求而找适合组员签名。这都视乎小组特色而定。

游戏变化

- 1.表格的格式任由主持人设计。
- 2.在小组不同阶段可设计不同的问题。在小组后期，问题宜较深入。

知多一点点

在这小组找两个组员，他们……

签名

- 1.与我住在相同的区域
- 2.与我喜欢相同的电视节目

3 与我同一星座

4.和我有共同兴趣

5.喜欢的颜色与我相同

6.所爱吃的水果与我口味相同

若你找到了，请叫他们签名吧！

找不到，也不要紧。

人名泵波拿

场地：室内

人数：20-100 人

时间：约 25 分钟

用具：每人一张卡片

目的：在第一次聚会时，让参加者互相认识或其他资料。

游戏方法

1.每位出席参加者获派一张游戏卡，卡上画上一个井字分成九格。（或十六格，视乎参加人数及时间而定）

2.参加者用 5-10 分钟时间认识新朋友，并请对方写下他们的名字。

3.时间到了，主持人逐一抽出参加者姓名，念出被抽得人名，并可请他们站起来介绍自己。参加者游戏卡上若有名字被念到，便将此格划去。当卡上划去的人名能够连成一条直线时，而又可以认出直线上的参加者，便可得到礼物一份。

4.游戏继续进行，让更多的人得到礼物，直至送完为止。

注意事项

1.要给予足够时间，否则参加者只顾急忙交换姓名，不能达到互相认识的目的。

2.主持人应强调这游戏只是增强认识朋友的趣味，最重要是去结识朋友。

3.主持人也可要求姓名以外的其他资料以帮助参加者交谈。

吹银鸡

场地：室内

人数：不限

时间：15 分钟

目的：增强组员的合作精神及团结精神。

游戏方法

1.把一个哨子（银鸡）缚于天花板，要求每一个组员轮流吹响它，并需限时完成。

2.组员不得使用任何工具（如杌椅等），而除口部外，任何身体部分均不得触及哨子。组员之间可以合作，例如骑臂马、抱起其他组员等。

注意事项

1.这个简单游戏颇具挑战性，要求组员高度合作及请求效率，也可让组员间有适当的身体接触。

2.可把组员分为两组进行比赛，但更理想是鼓励整个小组自创记录，并向旧记录挑战。

3.哨子的高低可视乎组员的能力而定，也可把难度逐渐增高，但要顾及组员安全。

解人结

场地：室内或室外

人数：10-15 人

时间：15-20 分钟

目的：促进关系游戏，培养小组团结及合作感觉，可使组员投入的热身活动。

游戏方法

1.组员围成一圈，伸出双手，随意于其他人相握，但注意每双手要握着不同的人。这便构成一根很紧的“人结”。

2.解结时，不能把手放开，只能透过其他方法如跨越、穿过等等。

3.经过一番努力，“人结”便可渐渐解开，直至解成一个或两三个小圈。

注意事项

1.游戏的优点是使组员在很短的空间距离内，共同商讨解决问题的方法，加上适当的身体接触，容易令组员投入及产生团结的感觉。

2.在同一聚会，只需完一至两次便足够。如果玩的多次，挑战性会降低，新鲜感和团结感也会减弱。

3.人数以 10-15 人最好，人数过多可分成两组进行。

信任摇摆

场地：室内或室外

人数：每组 6-8 人

时间：10-15 分钟

目的：考验及培养对小组的信任，体验完全放松自己时的感觉。

游戏方法

1.参加者围成小圈，面向圆心互相靠拢，站立时一脚前，一脚后，双手置于胸前，掌心向前。

2.一位参加者站到圈中间，双手交叉置于胸前，闭上眼睛，全身放松，幻想自己是杨柳，随风摆动，但脚跟不动。

3.周围参加者可轻推他上身，使他获得柳树摇摆的感觉。

4.参加者逐一尝试，感受信任别人的感觉。

注意事项

1.主持人要常常提醒圈中组员放松全身，其他组员则要让圈中组员有信心，这才能培养小组间信任。

2.一旦“杨柳”对圆圈的组员失去信任，便难在放松摇摆。工作员应带出信任的建立十分困难，破坏却十分容易。

游戏变化

类似“信任摇摆”的考验及培养组员的信任的游戏很多，例如：

1.“信任跌倒”：a)二人一组，一人站立并闭上眼睛向后倒下，另一组员则蹲在背后，不使跌下组员跌在地上。

b)组员围成一圈，伸出两手组成救生网，另一组员从较高处跌下网。

2.“瞎子走路”：a)二人一组，一人用布条缚上眼睛，手按队友肩膀或手肘，跟随队友四处穿插。

b) 缚上眼睛的组员不按队友肩膀，但依其指示而行。

扣帽子

场地：室内或室外

人数：10-15 人

道具：足够的皇冠（纸制的），每顶皇冠上有不同的字句，包括尊重我、指责我、耻笑我、忽略我、同意我、攻击我、不同意我、赞美我、挑剔我等。

目的：让组员去体验和了解组中不同组员的角色和组员受不同对待时所产生的感受。

游戏方法

1. 组员选一组长，而组长将以上的皇冠随意的分配给各人并戴在头上；每个人不知道自己头上皇冠的名字，但能见到其他人的皇冠，而每个人要根据他人的皇冠作反应。
2. 工作人员给一个问题或处境给劝阻解决，例如说：假设大家是一间旅行社的职员，现要设计一个一天游的香港行程给一群美国游客。
3. 给全组人 10 分钟时间讨论，由组长领导讨论（组长不需要戴皇冠）。
4. 讨论后，组员猜自己皇冠上的字句是什么，以及讨论其感受。

游戏变化

另一个类似的游戏是每人获派一张卡片，卡片上有他要做的角色，例如“沉默者”、“指责别人”等，然后共同讨论某问题。

认亲认戚

场地：室内

人数：10-20 人

时间：不限

道具：亲戚卡

目的：让组员检讨和澄清自己和其他组员的关系，以及获得其他组员的回应。促进组员间的关系。

游戏方法

1. 把亲戚卡交给一位组员，由他自己根据本身的经验或心目理想的“亲戚”，将手上的亲戚卡派给其他组员。
2. 每位组员只可接受一张卡，而派卡的组员可不将全部卡派出。
3. 工作人员带领组员讨论：
  - a) 派卡者解释为何这样的角色；
  - b) 被派卡的组员讲述自己被派该卡的反应和感觉；
  - c) 派卡者解释不能分配卡给某些组员的原因；
  - d) 若某些角色没有派出，派卡者须解释他对该角色的要求及为何没有组员适合该角色。
4. 亲戚卡上的角色可以包括：父、母、兄、弟、姊、妹、夫、妻、自己、爷爷等等。
5. 如时间许可，可由别些组员进行多一次或两次。

游戏变化

1. 亲戚卡上的亲戚人选可改变。
2. 可用各种形容词来代替亲戚。
3. 可用各种动物来代替亲戚。

有来有往

场地：室内，每人一桌，桌上有各人的名字

人数：8-15 人

时间：20-40 分钟

目的：帮组组员探讨组员间的关系。

游戏方法

- 1.每人预备 5 元（可多可少）硬币，最好包括多种硬币。
- 2.用一分钟时间，组员可任意分配自己的金钱予任何其他组员，但必须知道自己的分配原则和方法。
- 3.然后，请组员说出自己的分配钱币的原则和方法。组员可询问，以了解自己的钱币是谁给的。
- 4.第二回合，大家把钱放在自己前面的桌上，然后用一分钟到别的桌上任意拿钱；拿去钱币的数量或从谁拿都是要有理由和原因的。
- 5.大家讨论拿钱的原因和理由。

注意事项

游戏的特色是在游戏完后，钱币是不会再均分的；这样，组员的印象会更深刻。

游戏变化

如在儿童小组中，游戏可带出另一目的：“施比受更有福”。因为一般来说，参加者会感到给钱别人比从别人桌上拿钱更容易，小孩也不例外。工作员可从中带领小朋友讨论当中的因素。

大火烛

场地：室内

人数：10-12 人

时间：不限

目的：使组员更了解，并表达自己心中重视的东西。

游戏方法

- 1.组员假设自己家中“大火烛”，只有小量时间拿走家中三样东西，给组员 30 秒思考，然后写在纸上。
- 2.组员逐一分享自己写下的东西，并给予解释。其他组员可发问。

注意事项

- 1.不要给予组员太多时间去“思考”原因，否则答案会趋于太理性化，未必能代表组员心中所想的。
- 2.时间充足，每位组员均要有时间表达。每人的发言都应加以限制。
- 3.这游戏形式可以变化，例如，将所有纸放在一起，然后抽出一张，先让组员猜猜此纸属谁，讨论才开始，这可增加游戏气氛。

Fundamental

场地：室内室外都可以

人数：5-15 人

时间：应参加者能力而定

目的：打破参加者彼此之间的隔膜

游戏方法

- 1.游戏需要一位主持人及多名参加者。
- 2.主持人开始游戏时先读出游戏名称，然后用一双手的手指做动作及读出其代表数字和代号。
- 3.做妥动作之后，要求参加者估出最后一组动作的数字。如果参加者当中有人说出正确答案，主持人是需要要求该参加者重新做出一套新动作让其他参加者估出该组动作的数字。如果该参加者能做出新动作，则表示该参加者以知道答案；若该参加者不能做出新动作，则表示该参加者未知道答案。

解说

答案其实是很简单，主持人读出第一组代号“开始”。第二组读出的数字则是第一组动作手指的数目，第三组读出的数字则是第二组动作手指的数目，由此类推。

#### 注意事项

- 1.主持人开始游戏时先了解参加者当中有没有懂得这个游戏的答案。若有，主持人可建议这些人不要参与游戏或协助主持人主持游戏。
- 2.主持人在整个游戏中切勿揭晓答案，尽量让参加者自己寻找答案。
- 3.若主持人发现参加者花了若干时间人毫无头绪，主持人可给予一些提示。

#### 游戏变化

- 1.主持人可用双手代替单手进行游戏以增加难度。
- 2.主持人可故弄玄虚，模仿计算般的样子，混淆参加者的视听。

#### 心有灵犀

场地：户外或室内

人数：16 人或以上

时间：不限

用具：心意问卷

目的：让组员考验一下互相了解程度

#### 游戏方法

- 1.把组员分为 4-5 人一组。
- 2.每组派一代表填写一份心意问卷，内容包括询问填表人的嗜好、专长、兴趣等。填好后教会主持人，并站在一旁如下：

A	A 组
B	B 组
(代表) C	C 组
D	D 组

- 3.主持人依心意问卷内容询问其他组员，要求其他组员猜他们的代表所填的答案，以测试他们的了解程度。
- 4.答对最多的小组获胜。

#### 游戏变化

- 1.这游戏最适合家庭及伴侣进行。如果是家庭，最好由爸爸或妈妈做代表。
- 2.主持人可以容许代表“提示”，但只能用动作。
- 3.心意问卷除了填写兴趣、嗜好等方面问题外，也可设计难度高的问题，例如：“近来最值得你高兴的事：”、“你心目中的理想对象要有什么条件：”等等。这一类问题的答案最好是能够提供几个答案让代表及其他组员解释。

#### 心意问卷

1. 我的兴趣是:
2. 我的专长是:
3. 我的嗜好是:
4. 我最喜欢的食物是:
5. 我最喜欢的玩物是:
6. 我最喜欢的明星是:
7. 我最希望拥有的是:
8. 我最珍惜的是:
9. 我最怕的是:
10. 我最想去的地方是:

5. 我喜欢的玩意是:
6. 我喜欢的明星是:
7. 我希望拥有的是:
8. 我最珍惜的是:
9. 我最怕的是:
10. 我最想去的地方是:

#### 亚玛逊河遇险记

场地: 室内

人数: 20-30 人

时间: 约 30 分钟

用具: 小木板或地毯, 面积不能大, 以不能容纳所有组员同时站立为准。

目的: 促进关系, 加强小组合作及团结气氛, 并了解小组解决问题的动力。

#### 游戏方法

1. 在场地两端画一横线, 两线之间的地方是河水, 所有组员站于横线以外。
2. 带领组员幻想大家因飞机失事而流落南美亚马逊河区, 假如能够顺利渡河便可脱险。但河中满布食人鱼, 稍一不慎跌入河中便会被吃掉。
3. 组员只得两块小地毯, 但须于指定时间内渡河, 过河时间要遵守两项规则:
  - a) 所有成员必须“同时”渡河;
  - b) 所有成员身体任何部分都不得触及河水。
4. 过河后或时间以届时, 与组员讨论小组解决问题的过程和感受。

#### 注意事项

1. 渡河未必成功, 但重要的是在过程中, 组员能参与讨论解决问题的方法。
2. 渡河时, 组员身体会有紧密接触, 要小心组员感受。

#### 游戏变化

1. 如人数太多, 可分两组同时进行。
2. 如作为学习游戏, 可与组员探讨小组领袖的产生过程及领导方法。

### 神奇水晶球

场地：适用于露营或宿营

人数：10-15 人

时间：约一小时

目的：促进关系，让参加者分享对将来的展望

#### 游戏方法

1. 向各组员介绍手上一个神奇水晶球（气球或篮球），只要看着它便能看见三至五年后自己的境况和样子。
2. 让组员一个个传过去，并说出每人对自己五年后的展望，其他组员可以回应之。
3. 个人都“看完”自己的未来后，游戏便完结。

#### 注意事项

应注意平均分配时间，使每一组员都有机会分享自己的未来。

#### 游戏变化

1. 有很多类似的游戏也可以达到相同的目的。例如在“愿望碗”中，大家想象五年后的情况，写在字条上并投入一碗中，然后大家抽出字条猜每张纸条是谁的。
2. 有些规则是让大家先检视自己以往的生活经历，然后才展望未来。例如“我是一朵云”游戏，每组员获分派一画纸，在画纸上可随意画上几“朵”云，然后将人生最终要的经历
3. 无论“水晶球”“愿望碗”或是“一朵云”，目的都是刺激组员思考或回忆，使得分享时气氛更加热烈。

### 瞎子摸象

场地：室内或室外

人数：10-20 人

时间：20-30 分钟

目的：增强组员的合作精神，让参加者发挥创意，解决问题

#### 游戏方法

1. 主持人先向参加者讲解游戏规则：
  - 1 所有参加者将被分配一个号码（1，2，3，4，……）
  - 1 参加者的任务为顺着号码列队
  - 1 游戏进行期间，所有参加者会蒙眼及不准说话
2. 游戏开始时，所有参加者排成一直线，蒙上眼睛并且不准说话。
3. 主持人从队伍的第一个走到最后一个，告诉每一个参加者所属号码。
4. 主持人宣布游戏开始，参加者便开始寻找其他参加者。
5. 当参加者成功列队，主持人可宣布游戏结束。

#### 注意事项

1. 若在户外进行，须留意地面是否平坦；若有梯级或悬崖，则不适宜进行。



2. 若参加者不守规则，主持人可以事先声明，主持人有权将他带返开始的地方。

#### 游戏变化

1. 增加游戏难度：

- 1 主持人扰乱参加者的讯息传递，如：乱拍手、拍参加者的肩膀等。

- 1 将参加者分组，在同一场地内进行此游戏。

2. 增加游戏深度/震撼：

在参加者成功列队后，进行蒙眼夜行，然后分享感受，比较前者（独自一人）和后者（团队）面对陌生环境的感受。

#### 猜杀手

场地：室内

人数：6-12 人

时间：因应参加者的能力而定

目的：促进团队关系，互相认识大家的沟通模式

#### 游戏方法

1. 游戏需要一位主持人及至少五名参加者。
2. 每位参加者都要分发一张扑克牌，当中必须有一张 Q 而 Q 代表杀手。
3. 主持人先拿出需要的牌及洗好，然后分给每位参加者。
4. 当众人知道自己的底牌后，主持人会要求全部参加者将眼睛闭合，然后会说：“杀手将眼睛睁开。”当杀手睁开双眼时，主持人会说：“杀手可以杀人。”杀手这时候可以用他/她的方法让主持人知道他/她杀了谁人。其后，主持人会说：“杀手将眼睛闭合。”最后主持人会要求全部参加者将眼睛睁开，然后会指出谁人被杀害。
5. 被杀害的参加者将会退出比赛。余下的参加者将会讨论谁是凶手。如果最后决定的疑犯不是凶手，该参加者亦当输论。之后主持人需要重复第 4 点，直至杀人凶手被人猜中为止。

#### 注意事项

1. 主持人在游戏时要保持中立及不可给予任何对游戏有影响的意见。
2. 整个游戏的重点是讨论这个部分，所以主持人应鼓励参加者多参与讨论及发表意见，从而观察个人的沟通模式。
3. 主持人可于游戏后进行检讨，以便令参加者更明白个人的沟通模式。

#### 游戏变化

主持人可引入警察的角色，用 K 牌做代表。当杀手将眼睛闭合后，主持人会说：“警察将眼睛睁开。”当警察睁开眼睛时，主持人会说：“警察可以猜谁是凶手。”警察这时候可以用他/她的方法让主持人知道他/她猜了谁是凶手，其后，主持人会说：“警察将眼睛闭合。”最后主持人会要求全部参加者将眼睛睁开，然后会指出谁人被杀害及警察猜得对与否。但警察是不可以将自己的身反泄露，否则当输论。而警察引入的目的是让讨论有更多的话题。

#### 学习游戏

学习游戏最重要的目的，是透过轻松的活动气氛刺激组员的学习动机，协助组员了解和体验某些知识或现象。

学习游戏主要分为概念学习和反映学习两类。概念学习游戏能协助组员了解一些比较抽象的概念，例如：自我了解、人类沟通、领导才能、民主选举甚至社会阶级等等。反映学习游戏则协助组员具体掌握在某个情况下的反应技巧，例如：如何拒绝别人对你的某些要求、如何交谈等等。

### 设计概念学习游戏

1. 概念学习游戏的形式是多样的，较为典型的可用公式表达。如下

工作 (1) 或角色 (1) + 规则 (1) → 结果 (1)  
工作 (2) 或角色 (2) + 规则 (2) → 结果 (2)

.....  
工作 (n) 或角色 (n) + 规则 (n) → 结果 (n)

工作员设计两种或以上的工作、角色或规则让组员参与，透过比较不同“规则”与“结果”的因果关系和分享组员在游戏过程中的经验，令组员更容易掌握一些概念，也使这些概念更具有说服力。例如：在“聚管成塔”游戏中，组员分为三组利用饮管和大头针砌成塔，三组组长则暗地里被指示分别扮演“独裁领导”、“民主领导”和“放任领导”的角色，最后从不同角度比较三组制成品，并分享“不同的领导风格”如何影响“制成品素质和小组合作”，从中使组员了解不同风格的领导对组织的影响。这是组员亲身的经验，感受便比较深刻。

其他游戏如“你讲我砌”也同样可使组员了解双向沟通的重要性。

2. 有些概念学习游戏，工作员不需要刻意设计两套不同角色或规则，游戏的发展会自然衍生出不同的境况及不同的后果。例如在游戏“囚犯的困局”中，只要依照规则进行，任由游戏自然发展，便能得出不同后果，供组员分享讨论。

3. “处境游戏”和“模拟游戏”是重要的概念学习游戏。这类游戏为组员设计了一个特定时空，并要求组员限时完成一项工作，或解决一个问题，或投入某一角色进行某些活动。组员在游戏过程的感受便可以作为讨论分享的材料，并从中总结出一些概念来。“神奇的布”便属于这个类别。

4. 在“模拟游戏”中，参加者往往被分配到不同角色，而每个角色的参与程度不同，容易影响组员的投入感及游戏趣味性。故此，设计模拟游戏时不宜太复杂，在分享时也应让参与较少的组员分享感受。

### 带领讨论须知

概念学习游戏很重视讨论和交流。工作员带领讨论的技巧十分重要。基本来说，讨论的过程可分为四阶段：

1. 分享阶段

工作员带领分享游戏中的感受和困难。例如：“游戏中有什么事发生呢？”“你怎样应付？”“你有什么想法？”

2. 反省阶段

工作员带领组员反省和领会引致不同后果的因素。例如：“为什么会发生？”“有什么因素令大家少参与了？”

3. 概念形成阶段

工作员带领组员整合刚才的经验和讨论，形成一些概念。例如：“总括来说，这是什么原则呢？”“这个游戏反映了什么东西？”

4. 应用阶段

最后，工作员要和组员讨论如何将这些概念和原则应用到日常生活中。例如：“在现实生

活中有没有这种情况发生？”“如果你是一个领导者，你将如何领导你的组员？”

### 设计反应学习游戏

透过反应学习游戏，组员可以掌握到较具体的反应技巧。一般的做法是给某组员一个情景去处理，然后小组对此组员的反应或处理方法给予回应（feedback），改善后再尝试。借着尝试→回应→再尝试→再回应的模式，一个组员在某情况中的反应技巧或处理方法会得以改善。这个程式有两个好处：

1. 不断尝试及学习，技巧在潜移默化中得以改善：小组的鼓励和赞赏，使组员学习及改变得动机不断提高。
2. 组员面对模拟的情景若干次后，会渐渐对“真实”的情况习惯，心理压力和负担亦会减轻。

社交训练、演讲训练经常需要利用反映学习游戏，而角色扮演则是典型的反应学习方式。

### 结语

表面看来，学习是严肃的，与欢笑嬉闹的“游戏”显得格格不入；加上学习游戏一般是在主题性聚会和训练课程中才使用，而且需要辅以讨论何总结，故此，学校游戏便错误地被视作“游戏”，而只作为一种练习或在进入话题前的引子。

从工作经验观察，学习游戏是可以饶有趣味的：

1. 首先，工作人员在进行游戏前不应过分强调这是“学习”、“练习”或“体验”，以免令参加者过分拘谨。参加者也未必需要知道这游戏的主题是什么，只需要把它当作一般游戏进行便可以。当然，参加者是需要严守游戏规则的。
2. 在游戏选材上，学习游戏并不一定要采用拘谨的角色扮演或小组讨论，很多康乐游戏稍加变化便可作为学习游戏使用。例如：探讨领导风格的主题可以在“聚管成塔”中带出，同样可以在“分组天才表演”的活动中表现出来。采用何种形式要视乎对象而定。
3. 学习游戏视有一定限制的，在游戏中得到的启发未必可以完全推论到日常生活中，故此带领讨论时不能作无限引申。理想的学习游戏应代给参加者丰富的感受，使参加者在游戏完毕时有强烈分享意愿。工作人员可就他们所能感受到的作出讨论便足够了。

### 聚管成塔

场地：室内游戏

人数：15-20 人，可分为三组

时间：30 分钟至 40

用具：汽水饮管大量、大头针、胶纸

目的：让参加者可以体验何了解不同领导风格及其对组员的影响

### 游戏方法

1. 将参加者分成三组（每组约 5 人）
2. 每组用既定数量的大头针何饮管筑塔，10-15 分钟内完成。比赛的标准是最高、最强、最美，而评定方法是由所有参加者根据自己的标准投票，一人一票。
3. 每组选一组长，并叫该组长往工作人员处拿用具及听取详细玩法。当拿用具时，工作人员给每组长一张卡，卡上写上要求该组长在筑塔时所负责的角色和工作，如下：
  - a) 尽量表达自己是一位独裁者，但切记不要告知你的组员你所扮演的角色。你不能接受组员任何建议。你只需要依照自己的计划发出命令，使组员建造你“作品”。

- b) 尽量表达自己是一位放任态度的领导者，但切记不要告知你的组员你所扮演的角色。你不能作出任务指示，包括怎样去制造及谁去制造这件“作品”，让组员自己自由发挥，这“作品”是组员自己制造的。
- c) 尽量表达自己是一位民主的领导者，但切记不要告知你的组员你扮演的角色。无论是你作出一个提议或组员作出提议，你都征求有多少组员赞成这提议，在任何行动前，尽量达成一致的协议。这“作品”是整体同意下的杰作。
4. 完毕，让每组的制成品给所有参加者欣赏，并集体在高、强、美的项目上评分，工作人员将分数添在准备好的图画纸或黑板上（如下图）。

高 5 低 0	满意程度			评判标准			
	自己的参与	领导/组长	制成品	高	强	美	总分
A 组							
B 组							
C 组							

5. 每组组员各自将所评“满意程度”的分数交给工作人员，工作人员将每组组内平均分写在黑板上。
6. 工作人员带领参加者分享游戏享受，讨论每种领导的特点，对参加者的影响，以及讨论不同情况下不同领导方式的优缺点。

#### 注意事项

1. 不能让组员怀疑工作人员与组长有特殊默契。
2. 组长的角色分配最好不要与他的性格相距太远，否则会引起组员怀疑。

#### 游戏变化

1. 工作人员可不用卡而知界对各组长表明他们要负责的角色。
2. 给参加者的“工作”可加以变化，只要是能给组员合作和发挥创造力便可以，当然评判标准也可能会变。

#### 说话与回应

场地：室内

人数：6 人、12 人或 18 人

用具：台椅共六张（每组），三张在外圈、三张在内圈相对，每张台上有一张卡

目的：让参加者了解不同的反应方式或态度会对将不同内容的人产生不同的感受

#### 游戏方法

1. 六人为一组，三人在外圈（A1、A2、A3），三人在内圈（B1、B2、B3），面对面而坐。
2. 第一回合：A1、A2、A3 根据卡上指示向 B1、B2、B3 讲述自己一件事，分别是开心、难过和生气的。
3. B1、B2、B3 根据卡上的指示反应，分别是亲切、漠不关心和答非所问。
4. 跟着，进行第二回合，外圈组员顺时针带着卡走，而内圈组员逆时针不带卡走。
5. 第三回合后，游戏完毕。
6. 工作人员带领组员讨论游戏时的情况及讲者的经验和感受。

	亲切	漠不关心	答非所问
--	----	------	------



### 家用分配

场地：室内

人数：4 人一组

时间：30-40 分钟

目的：协助组员设身处地感受家庭各成员的不同期望和观点；刺激讨论家庭中解决问题的方法。

### 游戏方法

1. 把组员分为 4 人一组，组成一个“家庭”，随意指派角色，包括：爸爸、妈妈、哥哥、妹妹。
2. 工作员假设下列故事：  
爸爸年终分得花红五千元，于是开了一次家庭会议商讨如何使用这笔款项，但各成员都有不同的见解：
  - a) 爸爸——认为举家很久没有旅行了，建议这笔钱用作家庭短途旅行。
  - b) 妈妈——家里的雪柜已经坏了，建议用这五千元购买一个新的，余钱可为子女添购一些新衣服。
  - c) 哥哥——最近刚考到车牌，建议将钱供一辆二手车。
  - d) 妹妹——很喜欢学钢琴，建议买一座钢琴在家练。
3. 每一个“家庭”要于 5 分钟或 10 分钟内决定如何分配这五千元。每一家庭成员都要据自己观点力争。
4. 时间完毕后，可对调角色再进行一次。
5. 游戏结束后，工作员带领分享及讨论。

### 问题讨论

讨论问题可包括“如何决定分配方法？”“基于什么原因这样分配？”“其过程中有什么感受？”“在现实生活，家庭问题的解决是否如此”等等。

### 注意事项

花红可多可少，但数目不应太多，否则讨论时容易产生妥协。

### 游戏变化

故事情节和人物可以经常变化。例如可设计“夜归的少女”游戏，内容更改如下：

人物——爸爸、妈妈、女儿、女儿的新男朋友

情节——话说女儿极少夜归，但有一晚，女儿深夜未归，在父母心急如焚之际，女儿由一打扮新潮的男士送回家，并表示这是她新相识的男朋友。

讨论——女儿以后应否夜归？

你砌我让

场地：室内

人数：4 人一组

时间：20-30 分钟

道具：每组要有四个正方形的砌图纸板（如下图），共 12 块碎片。

目的：让参加者体验付出和顾及别人的重要性，并认识互相扶持的好处。（适合一群即将要合作完成一件事或一项活动的组员）

游戏方法

1. 4 人一小组，每组给予一个信封，信封内有纸片 12 块。
2. 一组员把信封内纸片平均分配，每人 3 张。
3. 各人尝试把自己手中的纸片砌成正方形。
4. 个人可把纸片给别人，但不可向他人索取，更不可抢，也不可说话。（这是要考验大家有没有注意别人的需要。是否能主动牺牲手中的纸片以成全他人的正方形。）
5. 各人都能完成正方形，则游戏便完毕。
6. 工作员带领组员作以下讨论：
  - a) 当你需要某纸片，而别人拿着不给你，你觉得怎样？
  - b) 当你完成自己的图形时，发觉可折。。。给人，你的感受如何？
  - c) 看到一些较自我中心、不合作或反应较慢的组员时，你又觉得怎样？

游戏变化

1. 如 5 人一组图形如下：
2. 如想增加难度，可订下规则：组员不能给碎片其他组员，只可放在一“公共地方”，其他组员也只可在“公共地方”取碎片。

你讲我砌

场地：室内

人数：10-20 人（两人一组）

时间：30-45 分钟

用具：砌图每对一份

目的：让组员了解双向沟通的重要性

游戏方法

1. 组员分为两人一队，两人背对背而坐。
2. 每队有一个装有纸片 5 张的信封，可以砌成下列的 T 形图案。同时有一张完整 T 形图

案图样（如下图）。

T 形图区

3. 每队一方用说话描述图形，指导队友尽快拼合图形，队友只能聆听，不许发问。限时 5 分钟。
4. 5 分钟后若未能成功拼合，则容许多拼 5 分钟，这次可以发问。如果已在 5 分钟内拼好，则提供另一 T 形图安，多拼 5 分钟，容许发问。
5. 游戏完毕，两人互相交换位置。
6. 最后，工作员带领分享，比较两种沟通方式的分别，并鼓励组员以双向沟通去促进彼此间了解，避免误会和推测。

注意事项

1. 这是一项颇具挑战性的游戏，尤其当 T 形图案纸片的底和面不加以识别时。
2. 这游戏也可用来训练组员的描述能力。

游戏变化

1. 这个游戏可随意变化，例如不用 T 形图案，改以画方形代替，但难度会降低。如下图：

图形有待填充

2. 如果不以二人一组，可改为一人描述，其他组员背向拼图，则可以分享比较大家接受讯息方法的异同。

神奇的布

场地：室内

人数：10-30 人

时间：30-40 分钟

用具：白鸡皮纸、粗笔

目的：(i)协助组员了解阻碍创造力的因素

(ii)协助组员认识在小组中否定式的评价会影响小组的沟通与开放

游戏方法

1. 视乎人数多少把参加者分为几组，每组 5-7 人。为每组提供足够鸡皮纸和笔。
2. 主持人开始讲述故事：假设大家航海遇险，漂流到一荒岛，全船的财产已失去，只剩下一块布。这是一块神奇的布，大家可以把它制造成任何你认为需要的东西。
3. 要求各组在 10 分钟时间内，想出尽量多的东西，并写在白鸡皮纸上。组员都要遵守下列规则：
  - a) 列出的东西不能重复，重复的作废。
  - b) 任何的建议，其他组员不得反对。
4. 10 分钟后，各组组员把鸡皮纸贴出，并分享所列物品内容，看哪一组列得最多。
5. 工作员解释游戏目的，并在大组分享游戏感受。

问题讨论



1. 这其实是一个集体联想的游戏，比赛目标是....多，而所联想的内容却没有任何限制也不得加以反对。但由于参加者被故事内容所引导，开始时多会想及逃生用品，加上害怕所提建议被其他组员否决或取笑，故会比较谨慎。
2. 假如有组员的建议被取笑，便会采取更为谨慎的态度。
3. 在讨论时，工作员应捕捉游戏者在提意见时的感受，以及其他组员的反应如何影响他随后的参与。在小组中，获得鼓励能使组员更开放及勇于创造，相反，否定的评价会影响组员参与和沟通。

#### 注意事项

1. 主持人在介绍神奇的布的功能时，不要说成“可变任何东西”，这样会减弱故事的引导作用。
2. 这游戏适合不同年龄和不同的对象，不同的对象所获得的成绩及所列举的东西将会大不相同，可作一比较。

#### 囚犯的困局

场地：室内

人数：不限

时间：约 30 分钟

目的：概念学习游戏，让参加者体验和了解信任的建立和破坏的因素

#### 游戏方法

1. 将参加者分成两组或双数的组，每两组为一对小偷。
2. 对参加者说明游戏的故事：两名小偷失手被捕，分别遭受提控。他们分别可选择认罪或不认罪，但大家都不知道对方的选择，而他们面对的情况如下：
  - a) 假若二人均不认罪，检控官则以较轻微的罪行检控他们，判他们入狱。(每人可获正 10 分)
  - b) 假若二人均认罪，检控官则以原有罪名控告他们，但会代向法官求情，使两人获判较短刑期。(每人被扣 10 分)
  - c) 假若一人认罪，一人不认罪，认罪的会转为控方证人无罪获释 (获 25 分)，而不认罪的则会被判最高刑罚 (被扣 25 分)
  - d) 以下为每一囚犯在所有选择情况下的分数：

不认罪 (A)			认罪 (B)		
(A)	+10	+10	-25	-25	不认罪
	-25		-10		
(A)	+25		-10		囚犯

B  
囚  
犯  
A

认罪

3. 每组派一张分数纸 (如下图), 及 A、B 两张选择牌: B 牌表示认罪, A 牌表示不认罪。

次数/回合	选择: A 或 B		自己获得的分数	对方获得的分数	累积分数	
	自己	对方			自己	对方
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

4. 每组一成员在每次商议后, 找代表在公正人处同一时间举起 A 牌或 B 牌, 让组员知道双方的选择。
5. 每组写下“自己”和“对方”的选择及分数。
6. 在每次选择前, 各组可获 30 秒时间商议。
7. 总共进行 10 次。

### 注意事项

1. 这个游戏的特点是: 在游戏中, 除非两人能互相信任, 否则任何一方都会“认罪”, 以求得最大的得益 (+25 分) 或最少的损失 (-10 分), 而不会选择“不认罪”, 因为这会得最少的得益 (+10) 或受最大的损失 (-25 分)。如果由始至终双方都不能同时互相信任, 结果两人都会选择“认罪”, 而不断损失下去 (每一回扣 10 分)。
2. 以下的一些研究结论是心理学家从这个游戏中得来的, 工作员可在讨论时带出, 让参加者思考。
  - a) 信任是易破坏难建立的。双方需要较长时间来信任对方, 以达至同时“不认罪”。但若一方破坏双方的信任一次, 选择“认罪”, 则双方的互相信任又要很长时间才能建立。
  - b) 不适当的信任比起不信任更糟糕。如“对方”不断选择“认罪”而自己仍然信任对方而选择“不认罪”的话, 则对方只会继续选择“认罪”, 以从“傻瓜”身上取利。
  - c) 如果这是一个要双方共同合作解决难题的情况, 则互相信任很容易建立。相反, 如这是一个双方比赛竞争得分的游戏, 互相信任则很难建立。所以, 如何理解身处的环境, 对建立互相信任的速度和难度又很大的影响。
  - d) 所以如果你想增进你与别人的信任, 则你要避免违反对方对你的信任, 也不要纵容对方利用你的信任, 同时, 你要让双方处于一个合作的情况, 这样互相信任则较易建立。

### 游戏变化

1. 次数、回数可多可少。
2. 可在第 5 次或第 9 次后，让双方代表处来谈判若干时间。
3. 在某一次，可将分数加倍（加三倍也可以），当然，要早让参加者知道。
4. 使游戏更趣味化，可在每回合加上若干控罪，而又根据罪名轻重而将分数加倍。

## 人与镜

场地：室内

人数：不限，但要双数

时间：约 20 分钟

目的：让参加者反省如何做一个好领袖

## 游戏方法

1. 先把组员分成两人一组。其中一人做镜中的影像。
2. “人”可以做任何动作，“镜”要反映“人”所做的全部动作。
3. 首先进行三分钟，然后“人”与“镜”互相交换角色，再进行三分钟。
4. 大组讨论：
  - a) 有什么因素使“镜”易于模仿“人”？又有什么因素使“镜”难于模仿“人”？
  - b) 参加者喜欢做“人”还是“镜”呢？为什么？
  - c) 请大家想想，怎样才可以带领得更好，使别人愿意跟随自己？

## 注意事项

1. 每个年龄都可以进行这游戏，但目标有所不同。儿童应着重模仿的趣味性及恰当性；青年人则着重经验及讨论；家长可以重点讨论怎样使子女听话。
2. 游戏的趣味性在于“人”和“镜”都要投入带领和模仿。工作员夸张的示范有助于促进组员的投入。