

ИГРЫ – ТРЕНИНГИ

Основной и заключительный периоды.

Представленная подборка игр поможет вам в игровой форме решать целый ряд педагогических задач, в зависимости от логики смены и ситуации в отряде. Все предложенные игры имеют тренинговый характер и могут успешно сочетаться с пост игровой рефлексией.

Соотношение желаний

- Время на проведение: 40-60 мин.
- Возраст участников: 13-16 лет.
- Цель: определение общих целей.

Группа делится на команды по 4-6 человек. Каждой команде выдается лист бумаги и ручка. Листы расчерчиваются на четыре вертикальных столбца, и участникам предлагается поочередно выполнить следующие задания (после каждого задания каждая команда зачитывает то, что у них получилось):

1 задание: выписать в первом столбце то, что хотите лично вы.

2 задание: записать во втором столбце то, что, по вашему мнению, хотят другие члены вашего отряда.

3 задание: записать в третьем столбце то, что необходимо вашему отряду для того, чтоб он мог быть самым лучшим.

4 задание: записать в четвертом столбце то, как соотнести между собой все то, что было написано в предыдущих трех столбцах.

Когда задание выполнено, каждая команда зачитывает то, что у них получилось, после чего идет обсуждение, в ходе которого идет рефлексия, определяются пути, средства, способы, правила, которых будут придерживаться участники.

От конфликта

- Время на проведение: 1.5-2 часа.
- Возраст участников: 10-16 лет.
- Цель: приобретение опыта выхода из конфликтных ситуаций и предотвращения их возникновения.

Это упражнение можно проводить всем, одной группой, а можно и разделившись на команды. Участникам предстоит выполнить некоторые задания. Не рекомендуется приступать к выполнению нового задания, пока не будет выполнено предыдущее.

1 - Задание: Выписать на листок все имеющиеся в отряде проблемы. Когда задание выполнено, каждая из команд зачитывает то, что у них получилось, командам выдаются новые листки.

2 - Задание: Выписать на этот лист всевозможные причины этих проблем и конфликтов. Когда задание выполнено, каждая из команд зачитывает то, что у них получилось, командам выдаются новые листки.

3 - Задание: Выписать на этот лист всевозможные варианты выхода из сложившейся ситуации. Когда задание выполнено, каждая из команд зачитывает то, что у них получилось, командам выдаются новые листки.

4 - Задание: Выписать на этот листок всевозможные варианты и способы поведения, предотвращающие вышеуказанные проблемы и конфликты. Когда задание выполнено, каждая из команд зачитывает то, что у них получилось. Идет обсуждение всего того, что было написано. Важна рефлексия.

Игру рекомендуется проводить в период внутренних конфликтов.

Все терапевты

- Время на проведение: 1-1.5 часа.

- Возраст участников. 13-16 лет.

- Цель: развитие эмпатии.

Все сидят в кругу. Задача: рассказать своему соседу справа какую-то свою, реально существующую проблему. Задание слушающего: не сочувствовать, и дать понять рассказчику, что во всех бедах он виноват сам. И так все по кругу справа налево.

Когда все высказались, задача следующая: рассказать своему соседу слева какую-то свою, реально существующую проблему. Слушающий, в этом случае, должен слушать с участием, сопереживать, поддерживать, сочувствовать говорящему. Т.е. создать ему такие условия, чтобы ему было комфортно и удобно. Во время всех диалогов желательно, чтобы у говорящего в руках был какой-то предмет, который он бы передавал далее, когда закончит.

Во время обсуждения сначала обсуждается первая часть, затем вторая, потом идет сравнение обеих частей, рефлексия на вопросы:

Кто и как себя чувствовал? В какой роли больше понравилось быть? В какой меньше? Почему? Какие особенности вы заметили, наблюдая друг за другом? Таким образом, ведущий старается подвести группу к тому, что гораздо приятней, когда тебя выслушивают, но, самое главное - понимают и поддерживают.

Копилка качеств или чемодан пожеланий

- Время проведения: 1-1.5 часа.

- Возраст участников: 13-16 лет.

- Цель: создание условий для формирования мотивации на дальнейшую работу над собой, познания своего «Я».

Группа садится в круг, всем раздаются листы бумаги и ручки. Каждый подписывает свой лист внизу (фамилия, имя), и делит его пополам на два столбца. Под одним столбцом рисуют минус, а под другим плюс. По команде ведущего все передают свой лист соседу справа.

Установка: У вас сейчас в руках «чемодан» какого-то человека, которого вы хорошо знаете. Вспомните, какой он в жизни, в общении, и напишите там, где плюс - то, что вам нравится в нем, а там, где минус - то, что вам не нравится (в качестве пожеланий). Когда вы написали, согните ту часть листа, где написано, так, чтобы другие не видели, что там написано. Листы передавать

только в одном направлении. А теперь поднимите руку те, кто хотел бы, чтоб ему написали откровенно? Посмотрите друг на друга, всем хочется, чтобы высказывания были откровенны, никто не хочет, чтобы его обманывали, не забывают об этом, а теперь приступайте.

В заключение, перед тем, как каждый участник откроет свой «чемодан», ведущий напоминает участникам о том, что они все искренне хотели, чтоб им написали откровенно, поэтому, что бы ни написали, никто не должен ни на кого обижаться. Ведь знать свои недостатки – это уже огромный шаг в работе над собой.

Подарок

- Время на проведение: 20-30 мин.
- Возраст участников: 10-16 лет.
- Цель: повышение уровня самооценки участников.

Группа становится в «карусельку», но так, чтобы двое крайних участников были без пар. Каждый из них, в процессе проведения упражнения, будет один раз в паре, а один раз без пары.

Установка: Посмотрите на человека, стоящего перед вами. Вспомните, какой этот человек в общении, в поведении, в вашей повседневной жизни. Ведь в нем, как и в любом из вас, есть что-то хорошее, но мы этого можем не замечать. Так вспомните то хорошее, что есть в человеке, стоящем перед вами, и расскажите ему об этом. Это может быть все, что угодно, но только искренне.

После того, как в парах произошел обмен, по команде ведущего происходит переход, все делают шаг вправо. И далее - обмен, и опять переход. В то время, когда пары стоят друг напротив друга, ведущий напоминает им установку, постепенно усиливая ее.

Во время обсуждения акцентировать получение обратной связи. Что вы чувствовали, когда говорили, и когда говорили вам? Кто узнал о себе что-то новое? Что вы теперь будете с этим делать?

Выбор близости

- Время на проведение: 30 -40 мин.
- Возраст участников: 10-16 лет.
- Цель: создание условий для формирования позитивного отношения друг к другу.

Для проведения этого упражнения необходимо парное количество участников. Группа становится в «карусель» так, чтоб два человека по краям были без пары. Они, в процессе проведения упражнения, будут один раз с парой, а один раз без пары. Такое построение позволит всем участникам встретиться друг с другом.

Установка: Перед вами стоит человек, которого вы хорошо знаете. Вспомните, какой он в жизни, какой в общении? Ведь несмотря ни на что, он очень похож на вас. Хочется ли вам общаться друг с другом? Как близко будет происходить это общение – решать только вам. Ваша задача проста: вы должны будете совершить с ним контакт на одном из уровней. Если вы

показываете один палец, то контакт происходит только взглядом. Если два пальца, то рукопожатие. Если три пальца, то объятия. Если четыре пальца, то объятия очень крепкие и дружеские.

Если оба показали одинаковое количество пальцев, то контакт происходит на том уровне, который они оба выбрали. А если оба показали разное количество пальцев, то контакт происходит сначала на одном уровне, а затем на другом. Переход совершается только по команде ведущего.

Ведущему также необходимо давать участникам время на то, чтоб они могли подумать и реализовать свой выбор. И так до тех пор, пока все друг с другом не повстречаются. Периодически, но не очень часто, ведущий просит: «А теперь по просьбе ведущего все осуществите выбор четыре! (или три)».

Во время обсуждения говорится о том, кто и что чувствовал? Кому и в чем это упражнение помогло? Что изменилось?

Золотой стул

- Время на проведение: 30 -40 мин.

- Возраст участников: 10-16 лет.

- Цели: повышение уровня самооценки, развитие способности выделять в людях их лучшие качества.

Ведущий говорит о том, что у каждого есть какие-то свои, положительные качества. И стимулирует запрос на то, чтоб их узнать. Когда запрос сформировался, выставляется на середину комнаты один стул, и ведущий говорит о том, что на этот стул может сесть любой из группы, кто хочет о себе узнать. Но другие, кто хочет поделиться своим мнение относительно сидящего на стуле, должны говорить про него только то, что им нравится в сидящем.

В процессе игры ведущий дает положительное подкрепление высказывающимся. Когда все, или все желающие побывали на стуле, идет обсуждение: Кто узнал о себе что-то новое? Кто нет? Что вы чувствовали, когда говорили кому-то? Когда сами сидели на стуле? Что вы теперь со всем этим будете делать?

«Золотой стул» является вариантом упражнения «Горячий стул», когда высказывается не только положительное, а всё что хочется сказать человеку, сидящему в кругу.

Победить дракона

- Время на проведение. 30-40 мин.

- Возраст участников: 13-16 лет.

- Цель: способствовать формированию мотивации для работы над своими недостатками.

Во вступительной беседе ведущий говорит о том, что у каждого из нас есть свой «дракон» - это наши недостатки, с которыми мы боремся, с которыми мы миримся. Но каждый, когда-нибудь решается, наконец, убить своего Дракона. И часто бывает так, что у него вместо одной головы вырастает

сразу три новые. И мы продолжаем жить со своим Драконом, и миримся с ним, отравляя жизнь и себе, и близким.

Далее предлагается нарисовать своего Дракона, назвать его в целом и каждую голову в отдельности. После этого предлагается написать сказку о том, как они убьют каждый своего Дракона. Сказка пишется тут же, по пунктам. Для написания каждого пункта ведущий отводит 3-4 минуты, после чего зачитывает следующий.

Пункты:

1. Принятие решения о битве с Драконом (почему было принято).
2. Сбор вооружения (что может помочь для этого), путь к Дракону.
3. .Встреча с Волшебным дарителем; волшебные дары.
4. .Различные препятствия на пути.
5. .Враги (те, кто может помешать положительным изменениям).
6. Помощники (те, кто может помочь, на кого можно положиться).
7. .Вызов Дракона на бой; условия битвы.
8. Битва; победа.
9. Возвращение домой; последствия победы (что реально должно измениться в лучшую сторону).

Писать сказку необходимо со всей серьезностью, максимально приближенно к реальным условиям (проблемам). Насколько реально все то, что у вас написано? Кому это поможет, в чем? Кто написал искренно? Как вы определите, по каким показателям, что добились успеха?

Тренинги

Игры-тренинги организационного периода смены

Необитаемый остров

Время на проведение: 1 – 1,5 часа.

Возраст участников: 10 – 16 лет.

Цели и задачи: диагностика взаимоотношений; выявление лидеров; проявление личностных качеств; показать, как строятся законы общества.

Группа делится на четыре команды: Трудяги, Мудрецы, Варвары и Гуманисты (по собственному усмотрению).

Инструкция. Волею судьбы вам удалось спастись, и вы оказались на необитаемом острове. Сплочённой группой продержаться можно, а в одиночку нереально. В ближайшие 30 лет вы не сможете вернуться в родные края. Ваша задача – самим для себя создать условия, в которых вы могли бы выжить. Поймите серьёзность и драматичность происшедшего. За такой срок люди иногда дичают, вспыхивают драки насмерть. Вам нужно чем-то питаться, чтобы выжить. Как вы проявите себя? Вы должны освоить остров и организовать хозяйство.

На листе бумаги нарисуйте карту острова, назовите его, нарисуйте условные обозначения. Вам нужно решить целый ряд вопросов.

Кто ваш лидер? Какие у него рычаги власти?

Нужно наладить социальную жизнь, наметить первоочередные дела, распределить обязанности.

Какие будут санкции за невыполнение или плохое выполнение обязанностей?

Какие у вас будут законы? Религия?

Как будете решать задачу распределения? Всем поровну? Или по труду?

Какая будет власть? Во что она имеет право вмешиваться, а во что нет?

Какой будет статус у мужчины и женщины?

Возможен ли раскол? Что делать, если одна группа начнёт диктовать условия другой, более слабой?

Какие преступления? Какие за них наказания? Будет ли смертная казнь? За что?

Имеет ли право кто-то вести образ жизни, делающий его слабым?

Какие праздники? Сколько? Когда?

Постарайтесь, чтоб ваше пребывание на острове было активным и богатым впечатлениями.

Обсуждение в группах: какую жизненную задачу вы ставите?

Чему хотите научиться? Как собираетесь этого достигать?

Общее обсуждение: каждой команде рассказать о своём острове и изложить жизненные установки. Сравнительный анализ проводить как параллель на настоящую ситуацию (в лагере, где они сейчас оказались). Положительные моменты перенести из игры в свою реальную жизнь, подвести участников к приятию их.

Игры-тренинги основного периода смены

Два корабля

Время на проведение: 40 – 60 мин.

Возраст участников: 10-16 лет.

Цель: дать возможность проявить свои творческие способности; стабилизация структуры группы; развитие позитивных межличностных отношений.

Группа делится на две команды – экипажи. В каждом из них выбираются: капитан, помощник капитана, штурман, радист, кок, юнга, врач, боцман, медсестра, пассажир, жулик, моторист и т.д. Каждой паре игроков, например, двум капитанам и т.д. выдаются карточки с тем, что они должны передать жестами друг другу.

Разыгрывается сюжет, согласно которому два корабля встречаются в открытом море, и персонажи передают друг другу информацию. Выбирается экспертная группа (2-4 человека), и если она сумела прочесть сообщение раньше того, кому оно предназначалось, то та команда свой балл не получает. Если же в течение 5 минут никто из тех, кто на приеме, не смог прочитать информацию, то с той команды, с которой игрок, передающий информацию, снимается очко.

Все в одной лодке

Время на проведение: 40-50 мин.

Возраст участников: 13-16 лет.

Цели: продемонстрировать всеобщность через узнавание общих проблем; способствовать единству и сплочённости группы.

Ведущий просит прокомментировать поговорку «Мы все в одной лодке». После этого всем участникам раздаются листы – части корабля (корма, нос, паруса, мачты и др.). После этого предлагается нарисовать или описать некую проблему, с их точки зрения общую с другими членами группы. После того, как задание выполнено, ведущий начинает клейкой лентой или скоросшивателем склеивать лодку, вызывая по очереди каждого участника с его частью лодки и, прося его описать данную проблему и указать путь её решения.

Во время предъявления каждой проблемы ведущий стимулирует проявление обратной связи как признание схожести проблем. Далее обсуждение фиксируется на взаимной поддержке и способах взаимодействия для совместного решения общих проблем.

Кораблекрушение

Время на проведение: 30-40 мин.

Возраст участников: 10-16 лет.

Цели: диагностика отношений; обучение умению взаимодействовать в сложных ситуациях.

Форма игры может быть индивидуальная, парная и групповая.

Сюжет: ваш корабль потерпел кораблекрушение. Вам чудом удалось спастись, и вы оказались в лодке посреди Тихого океана. Всё, что у вас осталось – это 15 предметов, которые находятся в лодке. Ваша задача: выбрать самое необходимое, чтоб спастись с их помощью. Для этого вам необходимо их проранжировать по степени значимости.

Список предметов: секстан, лупа, канистра с пресной водой, москитная сетка, аварийный запас продуктов, карта Тихого океана, надувная подушка, канистра с мазутом, транзисторный приёмник, светонепроницаемый пластмассовый щит, медицинский спирт, нейлоновый шнур, коробка шоколада, рыболовные снасти, средство для отпугивания акул.

Подсчёт результатов происходит следующим образом: высчитайте разницу (из большего меньшее) между графами в списке экспертов и вашим собственным, и суммируйте её. Сумма не должна превышать 60, иначе вы утонули.

Эксперты считают, что для скорейшего спасения нужно: разлить по воде мазут, отплыть и зажечь его от солнца лупой. И после этого, имея запас пресной воды и аварийный запас продуктов, уже ждать помощи.

Игры-тренинги заключительного периода смены

Сокровища

Время на проведение: 1-1,5 ч.

Возраст участников: 13-16 лет.

Цель: определение положительных качеств личности; повышение уровня самооценки; создание мотивации для дальнейшей работы над собой.

Группе раздаются листы бумаги, и все садятся в круг. Листы подписываются снизу (фамилия, имя). По команде ведущего все передают свой лист соседу справа.

Установка: у каждого человека есть масса положительных качеств. Это настоящие сокровища. Иногда они видны на огромной глубине. А теперь посмотрите на подпись внизу, чья она. Представьте себе этого человека. Вспомните, какой он в жизни. Ведь, безусловно, у него, как и у каждого из вас есть масса положительных качеств, сокровищ. Вспомните их и запишите ему на листок.

Когда все написали, по команде ведущего все передают листок дальше, соседу справа. И опять пишут. Через каждые 2-3 передачи ведущий напоминает и несколько усиливает водную установку. Таким образом, листы по кругу проходят через всех участников.

Иногда группа просит проделать то же самое упражнение, но уже на негативные качества. В этом случае вводная установка такая: поднимите руку, кто хотел бы, чтоб ему написали откровенно? (как правило, поднимают руки все). Посмотрите друг на друга, вы все подняли руку. Тем самым вы берёте на себя ответственность за последствия – что бы вам ни написали, вы не будете обижаться и держать зло на кого бы то ни было. При обсуждении участников на то, что теперь уже всем ясно, на какие качества больше? Обратить внимание участников на то, что теперь уже всем ясно, на какие качества больше опираться в общении, а над какими работать.

“Учимся друг с другом, радуясь сходству и уважая различия”

Все мы чем то похожи

Цели: В ходе этой игры очень красиво проявляется как своеобразие каждого ребёнка, так и общие черты, объединяющие его с другими. Каждого успокаивает мысль о том, что в чём-то он не одинок. Относительный недостаток времени обеспечивает некоторую поверхностностью общения, что облегчает участия в игре стеснительных детей.

Эта игра вовлекает детей в интенсивный процесс обмена информации о себе. Покажите им, что вы искренне заинтересованы в этом, разместив получившиеся в результате игры списки в отряде и возвращаясь время от времени к тому общему, что дети обнаружили у себя и других.

Материалы: Бумага и карандаш – каждому ребёнку.

Инструкция: Разбейтесь, пожалуйста, на 4 или 5. Пусть каждая группа сядет и составит список того, что объединяет ее членов. В этом списке можно написать, например: “У каждого из нас есть сестра...”, “У каждого из нас есть

мягкая игрушка...”, “ Любимый цвет каждого из нас – синий...”, “ Каждого из нас мама ходит на работу.”, “Мы все очень любим макароны...”, и так далее. У вас есть 15 минут. Победит та команда, которая – найдет и запишет наибольшее количество общих черт.

Анализ упражнения:

- Узнал ли ты что-нибудь интересное о ком-нибудь из других детей?
- Есть ли что-нибудь такое, что объединяет всех детей в отряде?
- Есть ли что-нибудь такое, что отличает тебя от всех детей в отряде?
- Как вы работали в своей команде?
- Нравится ли тебе быть похожим на других или ты предпочитаешь от всех отличаться?
- Какими должны быть твои друзья- похожими на тебя или совсем другими?

Истина или ложь?

Высшая мудрость – различать добро и зло.

Сократ

Цели: В ходе этой интересной игры дети могут многое узнать о процессе коммуникации. В чём состоит разница между уговариванием и убеждением? Как можно различить, где правда, а где ложь? Как можно прийти к своему собственному мнению? Как связаны доверие к другим и уверенность в себе? Эти не простые вопросы рассматриваются здесь не теоретически, а исследуются практически в ходе весьма увлекательной игры. Повторите эту игру несколько раз, чтобы каждый ребёнок мог побывать во всех трёх ролях.

Материалы: По одной монете и по одной повязке для глаз для каждой тройки ребят.

Инструкция: Сейчас нам нужны три добровольца, которые готовы первыми попробовать предлагаемую игру. Один из вас будет кладоискателем. Ему завяжут глаза, и после этого он должен будет найти клад. Что это за клад? Кладом будет монета, которую двое других ребят, договорившись между собой, положат на пол на расстояние примерно двух метров от кладоискателя.

Что должны делать в игре эти двое других ребят? Они будут исполнять роли доброго и злого волшебников. (Девочек называйте феями.) Добрый волшебник, говоря кладоискателю, куда ему надо идти, чтобы найти клад, всегда сообщает правду. А злой волшебник всегда врет и посылает кладоискателя в ложном направлении. Однако кладоискатель не должен знать, кто из ребят играет роль доброго, а кто – злого волшебника. Поэтому волшебники, после того, как завяжут глаза кладоискателю, и игра начинается.... У всех трёх ребят очень трудное задание. Кладоискатель ничего не ведёт и нуждается в помощи. У доброго волшебника тоже трудная задача . Он ведь должен говорить правду, однако, что он может сделать, чтобы справиться с ложью злого волшебника? Но злому волшебнику тоже придётся не легко. Как ему соврать так, чтобы это было похоже на правду? Поэтому мы не можем предположить, как быстро кладоискатель найдёт свой клад, и найдёт

ли он его вообще. Если кладоискатель найдёт свой клад, ему можно будет снять повязку, и мы все поздравим его бурными аплодисментами... (Затем наступает очередь следующей тройки.)

Анализ упражнения:

-Как ты, будучи кладоискателем, выяснил, кто был добрым волшебником, а кто злым?

-Как ты искал клад?

-Что ты чувствовал, когда был кладоискателем?

-Что ты чувствовал, когда был добрым волшебником?

-Удалось ли тебе перехитрить злого волшебника? Почему?

-Как ты, когда был добрым волшебником, пытался завоевать доверие кладоискателя?

-Что ты чувствовал, когда был злым волшебником?

-Что ты делал, чтобы войти в доверие к кладоискателю?

-Чему ты научился в этой игре?

-Легко ли ты даёшь сбить себя с толку?

-Ты сразу доверяешь людям или сначала хорошенько присматриваешься к ним?

-Умеешь ли уговаривать других людей?

-Умеешь ли хорошо убеждать?

-Что ты будешь делать как-то иначе, если снова бежишь играть в эту игру?

Маленький начальник

Цели: Всегда находятся дети, которые чрезмерно любят руководить и указывать другим, что им делать. Эта игра даёт детям возможность увидеть, как можно различными способами реагировать на это.

Материалы: Бумага и карандаш каждому ребёнку.

Инструкция: Знаете ли вы людей, которые всегда всем указывают, что надо делать? Не называйте, пожалуйста, имен, а просто расскажите, как такие люди себя ведут...

Я передам вам сейчас один разговор троих ребят на эту тему:

Андрей: Вы знаете, что я делаю с теми, кто всегда всем указывает? Я говорю им, чтобы они сматывались. А когда кто-нибудь пытается командовать мною, я просто говорю ему, чтобы он не задавался.

Алла: Когда ты так делаешь, Андрей, ты сам задаёшься. Ты сам говоришь другому, что он должен делать. Я просто говорю в таких случаях, что не люблю, чтобы мной командовали.

Коля: Мне кажется, что вы оба слишком серьёзно к этому относитесь. Почему бы вам просто не отойти в сторонку, если кто-то пытается вами командовать? Я всегда именно так и делаю.

А как ты сам поступаешь с людьми, которые хотят всем указывать? Придумай свой вариант разговора на эту тему. Нарисуй его или запиши так, как записывают диалог в пьесах. Возможно, тебе удастся в одном случае

показать какой-нибудь хороший способ того, как можно обойтись с маленьким “начальником”, а в другом случае – не самый подходящий... (15 минут)

Теперь объединитесь по трое и покажите друг другу то, что вы нарисовали. Обсудите друг с другом свои работы. (5-10 минут. Затем желающие могут представить свою работу всему отряду.)

Анализ упражнения:

-Можно ли сказать что-нибудь хорошее о ребёнке, который всем указывает что делать?

-Почему маленький начальник временами действует другим ребятам на нервы?

Надо ли следить за собой, чтобы не быть временами маленьким начальником?

-Надо ли, наоборот, попытаться быть маленьким начальником?

-Есть ли в твоей семье маленький или большой начальник?

Концентрические круги

Цели: В ходе данного упражнения дети могут сконцентрировать на позитивных сторонах своей личности и рассказать о них остальным. Эта игра развивает самосознание ребёнка и предоставляет ему возможность сравнить себя с окружающими.

Инструкция: Расставьте, пожалуйста, стулья по кругу в два ряда так, чтобы они стояли друг напротив друга и были повернуты друг к другу. А теперь, пожалуйста, рассаживайтесь. Я буду задавать вам тему для беседы, и два партнёра, сидящие друг напротив друга, могут поговорить на эту тему. Через две минуты ученики, сидящие во внутреннем круге, должны будут передвинуться на одно место влево, тем самым они окажутся уже напротив других людей.

Первая тема звучит так: «Что я умею хорошо делать?» (2 минуты)

Завершайте беседу. Пусть дети из внутреннего круга сейчас передвинуться на один стул влево...

Следующая тема для беседы: «Что интересного я могу придумать?» (2минуты)

Другие темы для обсуждения:

-Человек, который принимает меня таким, какой я есть...

-Как я реагирую на критику в мой адрес...

-Место, в котором я могу хорошо отдохнуть...

-Успехи, которых я достиг в своей жизни...

-Очень важная для меня цель...

-Что во мне ценят другие...

-Чем я горжусь в себе...

-Риск, на который я когда-то пошел...

-Лучшее переживание в моей жизни...

-Мои любимые дела...

-Кто меня уважает и ценит...

-Ситуация, в которой я был очень собой доволен...

- Самые приятные каникулы в моей жизни...
- Самая большая радость, которую я кому-либо доставил...
- Болезнь, которую я стойко перенёс...
- Самое лучшее в моей семье...
- Самое лучшее в нашем отряде...

Анализ упражнения

- О чём ты больше всего любишь говорить?
- На какую тему тебе трудно говорить?
- Что нового ты узнал о своих друзьях?
- Какое настроение у тебя сейчас?

Каков я в отношениях с людьми

Цель: Каждому из нас интересно, что о нас думают другие люди, как чувствуют себя рядом с нами. Однако не всегда можно быть уверенным, что тебе в лицо скажут всю правду, приятную или неприятную. Это упражнение помогает преодолеть барьер в общении: оно анонимно, однако происходит в контакте «глаза в глаза».

Материалы: булавки и маленькие и большие листы бумаги на всех.

Инструкция: Сегодняшнее занятие посвящено тому, какие мы в межличностных отношениях. Каков я среди людей? Что другие думают обо мне? Как меня они воспринимают? Что их радует во мне, что огорчает? Естественно, тот, кто не хочет быть слепым, кто хочет быть адекватным и успешным, должен всё про себя знать. И тогда он может в себе что-то изменить.

Теперь возьмите маленькие листочки, разделите вертикальной чертой пополам, слева вверху поставьте знак «плюс», справа - «минус».

Первое задание:

Там где «плюс», записать свои сильные черты в межличностных отношениях, то, что радует вас и окружающих в общении с вами, что помогает вам жить среди людей. В колонке с «минусом» вы записываете свои слабые, отрицательные черты, то, что мешает вам и людям рядом с вами (5 минут).

Второе задание:

Теперь возьмите большие листы. Эти листы прикрепите себе на спину, и те, с кем вы здесь встретитесь, будут писать на них свои впечатления о вас: какой вы во взаимоотношениях с другими. Однако вы можете заранее выразить свои пожелания: если вы хотите, чтобы вам писали больше хорошего, в углах нарисуйте солнышко.