



Ćwiczenia grupowe pomocnicze, w przełamywaniu lodów.

Autoreklama

Rozdajemy uczestnikom kartki, prosząc o napisanie własnej reklamy. Dla ułatwienia (gdy zaistnieje pytanie co dokładnie reklamować) zadania prosimy uczestników o przypomnienie sobie sytuacji, w której ktoś ich nie docenił, w której czuli się niedowartościowani. Dajemy każdemu kilka minut na przygotowanie się, następnie prosimy każdego o przedstawienie swojej reklamy, może to być slogan, wierszyk, mały plakat.

Spotkanie towarzyskie

Prosimy uczestników o wstanie z krzeseł i zachowywanie się jak na bankiecie. Uczestnicy mają za zadanie, porozmawiać z każdą osobą i dowiedzieć się o każdej przynajmniej 3 różnych rzeczy. (można pomóc sobie kartką papieru do zapisywania). Dodatkowo, każde 3 informacje przekazane jednej osobie muszą być unikalne, jedna osoba nie może mówić każdemu tego samego o sobie. Na koniec uczestnicy przedstawiają się wzajemnie, całej grupie.

Gorące krzesło

Ustawiamy krzesła w kręgu, po środku zostaje jedno (gorące krzesło). Ilość krzeseł włącznie z krzesłem w środku powinna być równa ilości uczestników. Osoba siedząca w środku wykrzykuje jedną swoją cechę np. "mam długie włosy", w tym momencie wszyscy, których ta cecha dotyczy muszą wstać i szybko zamienić miejsca, nie wolno usiąść na swoim krześle. Gdy wszyscy z długimi włosami znajdują swoje nowe miejsce, osoba która usiadła na "gorącym krześle", wykrzykuje inną cechę, która jej dotyczy, a osoby którzy również się z nią identyfikują są zmuszone zamienić miejsca itd.

Kojarzysz mi się z...

Uczestnicy komunikują się wzajemnie, każdy każdemu musi powiedzieć z czym się kojarzy, nie wolno jednak tłumaczyć dlaczego, wolno natomiast prosić o pogłębienie skojarzenie. Na przykład jeśli ktoś usłyszy ze kojarzy mu się z kotem, można zapytać o rasę, wiek, zwinność, upodobania kota, nie wolno pytać dlaczego.