Кукловод и кукла

Участники разбиваются на пары. Один - «кукловод», второй -«кукла». «Кукла» сидит, мышцы максимально расслаблены. «Кукловод» изучает свою «куклу». Он поднимает поочередно руки, ноги, голову. Проверяет, как кукла реагирует на его прикосновения, насколько она послушна его воле. После выполнения упражнения, партнеры меняются местами.

Зеркало

Участники встают парами друг против друга. Один - Человек, другой - Зеркало. Человек делает то, что обычно делают перед зеркалом — причесывается, бреется, гримируется, примеряет костюм. Зеркало обязано точно отразить все действия Человека. Зеркало не должно механически повторять все движения Человека. «Зеркало» пытается угадать внутреннюю жизнь Человека, угадать его цели, старается жить его мыслями. По сигналу ведущего пары меняются ролями.

Оркестр

Участники становятся вкруг. Ведущий - дирижер начинает отбивать ритм. Это медленные, равномерные хлопки. Каждый хлопок равен по протяженности одной целой ноте. Каждый из участников по очереди вступает со своей ритмической фразой. Обязательное условие - не нарушать темпо-ритм, заданный ведущим. Постепенно в игру вступают все участники, каждый со своим ритмическим рисунком. В итоге должен получиться слаженный оркестр. Музыканты, импровизируйте. Вы можете топать, петь, звенеть, хлопать, двигаться по комнате и т.д. Придумайте свой музыкальный инструмент. Важно держать общий темпо-ритм.

Бег ассоциаций

Участник, сидящий с краю произносит вслух два случайных слова, например: "шкаф" и "кошка". Следующий по часовой стрелке участник, вслух описывает образ, соединяющий второе слово с первым. Например: "в закрытом шкафу спала кошка". Затем второй участник называет свое слово, например, слово "банан". Третий участник связывает второе слово с третьим какой-то фразой, например: "так как это была африканская кошка, она очень любила бананы»- и задает свое слово. Так игра идет по кругу.

Чувствование

Участники стоят в круге с закрытыми глазами. Затем каждый берет правой рукой руку соседа. Левую руку возьмет сосед слева. Необходимо сосредоточиться и, не открывая глаз, сконцентрировать внимание на ладони соседа справа. Какие чувства вызывает прикосновение к руке партнера? Что можно сказать о его состоянии? Насколько Ваши наблюдения совпадают с реальным психологическим состоянием партнера.