

Курс игр «Победители»

Цель курса: Сплочение патрулей через формирования у них эффективных стратегий командного взаимодействия

1. Ежик в тумане

Все участники этой игры ежики, попавшие в болото. Чтобы перебраться с левого на правый берег нужно прыгать по кочкам (в данном случае это картонки, листочки и пр.). Одно из условий, ежики не могут наступать на противоположенный берег, пока вся команда не покинет первый берег и не окажется на кочках (которых должно быть на 2-4 меньше чем участников). В случае если кто-то из участников не находится на берегу или «наступает» на болото, вся команда возвращается назад. Менять местоположение кочек может только ведущий.

2. Слепой и поводырь

Группу необходимо разбить на пары или тройки. Затем ведущий рассказывает о необходимости доверия друг другу. После чего одному человеку из пары завязывают глаза, а второй человек берет слепого за руку и водит неподалеку, рассказывая о «другом» мире (он может говорить, что они находятся в пустыне, в лесу, космосе и пр.)

Работа около 7 минут, после чего пары возвращаются в круг к ведущему. Глаза закрыты. Ведущий: «Слепые, запомните ваши ощущения. Как вы себя чувствовали с вашими Поводырями? Поднимите руку к плечу и покажите на пальцах по пятибалльной системе,

- Насколько вам было безопасно и спокойно с вашим Поводырем? Кому хотелось большей безопасности?

- Насколько вы чувствовали себя свободно, без ощущения давящей опеки? •Кому хотелось больше свободы?

- Насколько вам было интересно?

- Насколько вы чувствовали к себе личное внимание?

- Над кем Поводыри мило издевались? Насколько вам это понравилось?•А над кем издевались Слепые?

- Легко ли вам было доверять вашему Поводырю?

После чего участники в парах меняются ролями.

3. Лыжи

Для этого упражнения потребуются 2 деревянных бруска длиной 2-3 метра, 4 - 8 кусков веревки.

Команда встает на лыжи (бруски) и выбирает направляющих, т.е. тех людей, у которых в руках будет веревка. Люди, оставшиеся без веревок встают между направляющими и держатся

друг за друга. Команда с помощью согласованных действий должна добраться до определенной точки. При этом направляющие веревками поднимают лыжи и передвигают их.

4. Переправа

Для этой игры требуется нетяжелая платформа (например, туристический коврик), место старта и финиша. Группа выбирает одного человека, который будет паромщиком, его задача двигать плот. Другой человек стоит на плоту. Паромщик не имеет право говорить. Главное условие: плот может двигаться только тогда, когда на нем никого нет. Задача игроков найти способ, чтобы добраться от старта до финиша. (Группа должна догадаться, что необходимо подпрыгивать в те моменты, когда паромщик двигает плот).

5. Перенос бутылки

Для этого упражнения необходима бутылка 1.5 л, наполненная водой. А также поднос, на который закрепляются 8-10 веревок. Задача игроков перенести командой бутылку, которая стоит на подносе таким образом, чтобы она не упала, а к каждый участник держал в руках веревку от подноса. В случае падения бутылки, игроки начинают преодолевать установленное расстояние сначала.

6. Лабиринт счастья

Для этой игры требуется натянуть веревками лабиринт. От команды выбирается человек, который будет посланцем в лабиринте и должен добыть для команды послание, которое находится на его конце. Ему завязываются глаза. «Посланец» должен пройти лабиринт, с помощью штурманов (остальные участники). Команда руководит «Посланцем» при помощи слов, но при этом каждый человек может сказать только одно слово подряд (например, словосочетание чуть-чуть левее от одного человека является нарушением правил). Говорить одновременно тоже нельзя. В случае если кто-то из штурманов произнесет два слова подряд или два человека что-то скажут одновременно, а также сам посланец заденет границы лабиринта или кто-то из участников игры не будет улыбаться (лабиринт же все таки счастья) «посланник» «умирает» и кто-то другой занимает его место и начинает проходить лабиринт сначала.

7. Восковая палочка

Команда встает в круг и выбирает одного человека. Он будет «восковой палочкой». Его ноги четко зафиксированы на земле и являются неподвижными, а тело становится гибким и падает на руки участников, стоящих в кругу, те в свою очередь мягко передают его от одного человека к другому.

8. Синхронный подъем

Команда садится в круг на пол или землю полностью. Задача игроков встать одновременно. При этом нельзя держаться за руки с соседями. Участники должны догадаться взяться за руки с товарищем напротив, иначе синхронного подъема не удастся.

9. Минное поле

Для игры нужно начертить поле в клеточку. Примерно 4:5, можно и больше. В каждом ряду поля только одна клеточка не заминирована. Задача команды найти этот путь. Как только один игрок встает в клетку, ведущий говорит «мина», либо молчит. Как только взрывается один человек, вся команда начинает заново.

10. Путаница

Участники скрещивают руки перед собой и встают в круг. Задача участников, не расцепляя рук, распутаться таким образом, чтобы все стояли лицом в круг, а руки не были скрещенными.

Качества, которыми должен обладать лидер и руководитель

Внутренне спокойствие: Если ты сам дёрганый и тревожный – что ты передашь людям, с которыми работаешь?

✓ **Здоровое самоуважение:** Уважение к другим людям начинается с уважения к самому себе. Если ты не ценишь себя – почему тебя должны ценить окружающие?

✓ **Доверие к людям и миру:** Если мир для тебя – минное поле, а окружающие люди – затаившиеся враги, едва ли ты сможешь жить с открытой душой. А с закрытой – ты не психолог.

✓ **Креативность:** Способность творчески относиться к жизни и ситуациям, готовность и их, и себя менять. Без этого, простите, никуда.

✓ **Свобода от внешнего контроля:** Душевная независимость. Если тобой, как марионеткой, могут управлять другие, если их слова, интонации и расположение для тебя не обстоятельства, которые ты свободно рассматриваешь, а приказ к немедленному исполнению – ты себя не сделал. И тебе рано что-то делать с другими.

✓ **Гуманистическая направленность:** Отзывчивость на нужды другого. В идеологии Синтона делать своё Я центром Вселенной – спорно. Рядом – тоже люди. И чтобы психолог мог передать это другим, в первую очередь так должен жить он сам.

✓ **Доброжелательность и эмпатийность поведения и общения:** Если сильно упростить, можно назвать это «воспитанностью». Не надо наступать людям на ноги, а теплота и интерес всегда приветствуются. Научитесь так слушать, говорить, относиться к людям – и люди, скорее всего, отзовутся чем-то аналогичным.

✓ **Конструктивность и позитивное отношение к людям и миру:** Разрушать и ругаться нас учат с детства. Созидать и видеть в людях и в жизни светлое – наука более трудная. Но возможная и, на наш взгляд, необходимая.

✓ **Осознанность своих душевных состояний и способность ими управлять:** В своём душевном мире хозяином должен быть ты. А для этого нужно себя глубоко и тонко понимать – управление собой начинается именно с этого.

✓ **Ответственность поведения, внутренняя и внешняя дисциплина:** Собственно, это результат и показатель твоей способности собою управлять. Соответственно, важнейший показатель твоих качеств как состоявшегося человека.

✓ **Лидерские качества и навыки организатора:** Навык, одинаково необходимый и профессиональному психологу, и любой домохозяйке.

✓ **Развитость коммуникативных навыков:** если ты умеешь рассказывать о искусстве и секретах эффективного общения, этот ещё не значит, что ты сможешь разговорить милого молчуна или договориться с конфликтной соседкой. Кроме высокой теории, мы требуем от психолога развитой и эффективной практики.

✓ **Умение работать в команде:** Нигде так не проявляется кривизна – или, напротив, гибкость и сила – характера, как в близких взаимодействиях. Плюс психологи действительно любят работать в команде – это не только эффективно, это ещё и приятно.

✓ **Шарм:** Умение внешней подачи. Особенно требует этого любая женская аудитория.

✓ **Управление внутренне агрессией:** психолог раздраженный – не психолог. Но психолог, не умеющий заорать когда надо – человек также неполноценный. Внутренняя агрессия – это богатый личностный потенциал, и он должен не мешать жизни, а быть поставленным ей на службу.

✓ **Богатство артистического набора:** Если «весь мир – театр, а люди в нём - актёры», то психолог должен быть в этом театре на первых ролях.

✓ **Энергетика и волевой напор:** Люди быстрее готовы учиться у сильных людей, а если есть ещё и возможность подзарядиться энергетикой – так это просто любимый ведущий!

✓ **Личностная мелодичность:** Кроме силы Отца, каждый из нас мечтает о нежности Матери... Соответственно, всё это должно слышаться в голосе и чувствоваться в движениях психолога.

✓ **Методическая грамотность:** Если ты ведёшь групповые тренинги, то должен понимать, что и зачем ты делаешь.

✓ **Психологические знания и культура:** Пояснять надо?

Рекомендации лидерам групп

- К неотъемлемым качествам ведущего относятся: Личная успешность, Эмоциональная включенность, лидерство, владение группой и Ответственность.
Личная успешность означает, что ведущий должен олицетворять желаемый результат, а не навязывать группе свой неуспешный опыт ради компенсации собственной проблематики.
Эмоциональная включённость – это способность быть в процессе, в группе, а не вне её, чувствовать происходящее и предугадывать развитие событий. *Лидерство* – способность возглавить и повести. *Владение группой* – способность организовать группу на деятельность, удерживать её в этом русле и направлять к следующим целям. Как минимум, необходимо, чтобы группа слушала ведущего. *Ответственность* означает, что ведущий обладает необходимой квалификацией, то есть знает, что делает и учитывает этические требования к своей работе.
- Основной настрой ведущего – доброжелательное спокойствие.
Ничего личного – вы на работе!
- Собственные зажимы нужно прорабатывать. Жестикуляция, интонирование, ритм речи и движений, их амплитуда должны быть вольготными, свободными и выразительными. Границы возможного должны быть максимально расширены.
Если нет – есть для этого курсы и тренинги.
- Расправленные плечи дают хорошее дыхание.
И спокойный голос
- В ответ на манипуляцию «А ты сам можешь?» - со стороны участника – не торопитесь делать. «Могу, но не хочу». Вряд ли стоит долго объяснять почему.
Группа – не то место, где испытывают Вас.
- Максимальная открытость – лучшая защита.

Потому что тянет на ответную. А если нет – то оставить в покое. А если нет, наезжающий покажется сволочью группе и она наедет на него, т.е. станет на вашу сторону.

- Ведущего оценивать не должны.
Пусть у участников просто не будет времени, пусть они будут заняты собой и оценивают себя: сделайте им работу.
- В игру, предлагаемую участниками, включаться вовсе не обязательно.
- Задавая вопросы, имейте внутренний ответ «зачем», прогнозируйте варианты ответов, планируйте продолжение.
Если не знаете, что ищете – найдёте непонятно что.
- Ведущий пусть будет С группой.
Мы, наша группа, наши чувства, мы можем и т.д.
- Отклоняться от темы во время обсуждения можно, но вернуться надо, откуда начали. И ваше отступление должно выглядеть закономерным.
Т.е. иллюстрировать основную мысль, даже если её у вас не было, когда вы отклонились.
- У ведущего должно быть внятное (но очень широкое и гибкое) мировоззрение по всем основным темам: Я, Мир, Жизнь, Люди, Семья, Деньги, Счастье и т.д. – что это для вас?
И чтобы вы могли понятно и доступно это объяснить.
- Рассказывать участникам, как вы годами боретесь со своей собственной трудностью (проблемой) – запороть работу, свой статус и статус тех, кто придет после.
Мало найти и принять, надо уже быть здесь успешным.
- Чтобы постичь новое, надо сначала положить на алтарь своё незнание, а потом – знание.
Т.е. признать, что ты этого не знаешь во-первых, и выбросить из головы то, что ты знаешь по всяким другим поводам, во-вторых.
- Прежде, чем заставлять участников что-то делать, объясни как или чем это будет им полезно.
Т.е. усиль мотивацию и снижай сопротивление.
- Ведущий должен быть эмоционально гибок: ждать флегматиков, догонять холериков, ощущать кинестетиков, видеть визуалов и слышать аудиалов. Для дижиталов хороши логические построения.
Все пусть считают вас своим.
- Если вдруг всплыла проблема, которая у ведущего не решена, то она должна быть тут же решена.
У вас есть около двух секунд.
- У вас может не быть Правильного Ответа, но всегда должен быть дополнительный вопрос, который к этому ответу человека направит.
И пусть у человека будет ощущение, что вы-то уже знали Его Правильный Ответ.
- Артистизм, внешняя привлекательность, чёткая, внятная речь, физподготовка, обаяние – все эти качества у вас должны быть.
А вот сексуальность лучше не включать. Понедоступней!
- Работая с одним, не надо поворачиваться попой к остальным, выключая их из процесса.
Изворачивайтесь.
- Неуверенность, мандраж, азарт, адреналин и прочие холоднопотные состояния направляйте в процесс, а не подавляйте.
Т.е. вычленяйте эмоциональную составляющую и используйте её в контексте своей работе. А вот заявлять «Ох, я так волнуюсь и не знаю, что делать» лучше не надо.
- Не стоит говорить «Я хочу, чтобы ты!..»
У меня для тебя есть, мне бы для тебя хотелось, я бы предложил и т.д.