

УДК 159.98  
ББК 98  
Ф789

*Научно-методическая подготовка издания осуществлена  
в рамках Федеральной программы Правительства РФ  
«Формирование установок толерантного сознания  
и профилактика экстремизма в российском обществе»*

### **Фопель, Клаус.**

Ф789 Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения [Электронный ресурс] / К. Фопель ; пер. с нем. — 2-е изд. (эл.). — Электрон. текстовые дан. (1 файл pdf : 332 с.). — М. : Генезис, 2018. — (Все о психологической группе). — Систем. требования: Adobe Reader XI либо Adobe Digital Editions 4.5 ; экран 10".

ISBN 978-5-98563-545-4

В книге представлены игры и упражнения, помогающие уже на первом этапе работы создать в группе атмосферу сплоченности и доверия, раскрыть творческий потенциал участников. Они формируют толерантное отношение ко всем членам группы, способствуют осознанию того, что различия между людьми способствуют расширению наших представлений о себе и о других.

Игры в равной степени затрагивают разум и чувства человека, отвечают его потребности в движении, но самое главное, по мнению автора, они доставляют участникам удовольствие. Удовольствие – это энергия, фантазия, коммуникабельность, готовность к риску и импровизации – все то, благодаря чему работа в группе становится спонтанной, живой и успешной.

Психологи и педагоги смогут использовать эти упражнения как в работе с детьми и подростками, так и для проведения тренингов со взрослыми.

УДК 159.98  
ББК 98

**Деривативное электронное издание на основе печатного издания:**  
Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения / К. Фопель ; пер. с нем. — М. : Генезис, 2002. — (Все о психологической группе). — 336 с. — ISBN 5-85297-046-8.

В соответствии со ст. 1299 и 1301 ГК РФ при устранении ограничений, установленных техническими средствами защиты авторских прав, правообладатель вправе требовать от нарушителя возмещения убытков или выплаты компенсации.

ISBN 978-5-98563-545-4

© iskopress, Salzhausen, 2000  
© Издательство «Генезис», 2002  
© Л. Алексеевская, Л. Воскресенская,  
перевод, 2002

# Содержание

ВВЕДЕНИЕ .....	5
----------------	---

## 1. МАГИЯ НАШЕГО ИМЕНИ

Рукопожатие или поклон .....	16
Поздоровайся локтями .....	17
Добрый день, шалом, салют! .....	18
Застольная беседа .....	20
Круг имен .....	21
Это мое имя .....	22
Обмен местами .....	23
Рукопожатие .....	24
Имя и эпитет .....	25
Имена, имена... ..	26
Как я себя чувствую .....	27
Выдуманные истории .....	28
Кроссворд .....	29
Имя как оракул .....	30
Крик .....	32
Имя на ушко .....	34
Я — это я! .....	35
Перевернутое имя .....	36
Телеграмма .....	37
А ты кто? .....	38
Джаз .....	39
Летающие имена .....	40
Поймай! .....	41
Волейбол .....	42
Ахой! .....	43
Удержи полет .....	44
Быть в центре .....	45
Тост за группу .....	46
Темп! .....	47

Опустить занавес .....	48
Кто это? .....	50

## 2. ЗНАКОМИМСЯ ДРУГ С ДРУГОМ

Пишем, как Агата Кристи .....	52
Угадай, о ком идет речь .....	53
Представление с чужих слов .....	54
Часы .....	55
Вопросы ведущему .....	56
Журналисты .....	57
Числа моей жизни .....	58
Солнце светит для тех, кто .....	59
Кто родился в мае ... ..	60
Четыре угла — четыре выбора .....	62
Сменяющиеся команды .....	64
Правда или ложь? .....	66
Каким я тебя вижу .....	67
Автопортрет .....	68
С головы до пят .....	69
Эпитеты .....	70
Три вопроса .....	71
Уникальность каждого .....	72
Учимся ценить индивидуальность .....	73
Марка .....	74
Рекламный ролик .....	75
Заголовки, только заголовки! .....	76
Три предмета .....	77
Метафоры .....	78
Всякая всячина .....	79
Панно .....	80
Категории .....	81
Сходства и различия .....	82
Найди сходство .....	83
Пристрастия .....	84
Концентрические круги .....	85
«Поиск сокровищ» .....	86
Бинго! .....	88

Мы оба .....	90
Место на шкале .....	91
Разговор в двойном кругу .....	92
Настойчивый репортер .....	93
Направленное интервью .....	94
Это знает только мисс Марпл .....	96
Откровенный разговор .....	98

### 3. ИГРЫ, КОТОРЫЕ ОБЪЕДИНЯЮТ

Сверхновая звезда .....	100
Все выше! .....	101
«Эрудит» .....	102
Да! .....	104
Японская бабочка .....	106
Эники-беники .....	107
Поговорим! .....	108
Скажи мне пять слов... ..	110
Рисуем по подсказке .....	112
Воображаемый мяч .....	114
Танец рук .....	116
Секреты .....	118
Покажи свою руку .....	119
Отражение .....	120
Спиной к спине .....	121
«Картина» на спине .....	122
Телефакс .....	123
Эхо .....	124
А теперь я... ..	125
Супердиалог .....	126
Считаем до двадцати .....	128
Синхронное движение .....	129
Новый порядок .....	130
Перетягивание каната .....	131
Сложите шерстяное одеяло .....	132
Бабушкины ключи .....	133
Машина с характером .....	134
Передача ритма .....	136

#### 4. РАССКАЗЫВАЕМ ИСТОРИИ

Автобиография по эпохам .....	138
Биография за две минуты .....	139
Представь себя другим .....	140
Сильные чувства .....	141
Мемориал .....	142
Воспоминания детства .....	143
Юноша с саксофоном .....	144
Любопытная история .....	145
Конверт .....	146
К счастью... к сожалению.....	147
Рассказываем вместе .....	148
Пинг-понг .....	150
Фоторепортаж .....	151
Слово, сказанное вовремя .....	152
Соавторы .....	154
Почти детективная история .....	156
Детективная история .....	158
Паузы .....	160

#### 5. СТАТЬ ПРИНЯТЫМ И ПРИЗНАННЫМ

Дзэн-прогулка .....	162
Жонглирование в группе .....	164
«Бег рук» .....	165
Помогите! .....	166
Абстрактные картинки .....	168
Сидим без стула .....	170
Я падаю! .....	171
Палатка на пятерых .....	172
Тигр, мышь и слон .....	174
Тройка .....	175
Рулетка имен .....	176
Пустите корни .....	177
Я тоже! .....	178
Выглядим комично .....	179
Различия, которые объединяют .....	180

А вы когда-нибудь...	184
Театральные лица	188
Эксцентрические движения	189
Прекрасно, что ты здесь	190
Учимся понимать друг друга	192
Премьера	193
Дружеские трио	194
Правда и вымысел	196
Комментарии	197
Мой вклад	198
Привлекательная группа	200
Пишем гимн	202
Подарки	204
Десять вопросов	206

## 6. ДОВЕРИЕ ВМЕСТО КОНКУРЕНЦИИ

Куда мы хотим пойти?	208
Летний дождь	209
Иди ко мне	210
Рукопожатие вслепую	211
Дистантное управление	212
Идем вслепую	213
Автомобиль	214
Минное поле	216
Круг доверия	218
Образуйте круг	219
Руки	220
Кто сказал «Ах!»?	221
Еще раз, Сэм!	222
Превращение кобры	224
Займи свое место!	226
Магнит	227
Два ряда	228
«Слепой» слалом	229
Отгадываем предметы	230
Победа в трех забегах	231
Квадратура круга	232

Поддерживаем друг друга .....	233
Найдите равновесие в круге .....	234
Большие шаги .....	235
Волна .....	236
Приманивание .....	238
Одиссея .....	240
Качели .....	242
Мастер .....	243
Тест на доверие .....	244

## 7. СОЗДАДИМ БЛАГОПРИЯТНУЮ АТМОСФЕРУ ДЛЯ УЧЕБЫ

Дух группы .....	246
Профиль группы .....	248
Станьте любознательными .....	249
Зачем мне нужна эта группа? .....	250
Билет .....	251
Рецепт хорошей группы .....	252
Поучительные истории .....	254
Союзник .....	255
Опыт и знание .....	256
Важные вопросы .....	257
Калейдоскоп .....	258
Нарисуй свое тело .....	261
Умеешь ли ты наблюдать? .....	262
Кто ты? .....	263
Окуляр .....	264
Доска объявлений .....	265
Переход границ .....	266
Карусель .....	268
Протянуть руку .....	269
Пионербол .....	270
Колесо жизни .....	271
Лицензия на обучение .....	272
Духовность .....	274
Это я! .....	276
Мгновенная характеристика .....	277
Личные реакции .....	278

Завершите предложение .....	280
Рубежи .....	282

## 8. ИГРЫ ДЛЯ АКТИВИЗАЦИИ ПРАВОГО ПОЛУШАРИЯ МОЗГА

Это тяжело! .....	284
Яблоко .....	286
Творческий беспорядок .....	290
Увидеть связи .....	291
Внутри и снаружи .....	294
Сама по себе .....	296
Говорим одновременно .....	297
Ревность .....	298
Спрятанные учебники .....	300
Измени себя .....	302
Это не веревка .....	304
Бережливая жена–бережливый муж .....	305
Переправа .....	306
Сочиняем вместе .....	308
Что ты делаешь? .....	310
Подарок Микеланджело .....	312
Спасатель и преследователь .....	313
Гордиев узел .....	314
Многоугольник в тумане .....	316
Пройти сквозь угольное ушко .....	318
Ноев ковчег .....	320
Римляне и арабы .....	322