**Психологический тренинг**

Это ваш первый и надеюсь не последний тренинг. И в самом начале, хочу познакомить вас с правилами работы на психологическом тренинге:

1. Работаем в кругу, круг замкнут, места выбираем, как хотим.
2. На тренинг приходим вовремя (Закон 0:0).
3. Как только видим, что кто–либо поднял руку, сразу замолкаем и сами поднимаем руку вверх (Закон поднятой руки).
4. Когда кто–либо высказывается, внимательно слушаем и не перебиваем (Закон уважительного отношения друг к другу).
5. Все, происходит в этом кругу, здесь и остается (Закон круга).

Теперь мы должны принять все эти правила, иначе мы не сможем двигаться дальше. Теперь предлагаю нам поближе познакомиться. Я прекрасно понимаю, что вы все, так или иначе, знакомы. Но знакомы вы поверхностно, я предлагаю вам познакомиться поближе, это и будет целью нашего, сегодняшнего тренинга.

* Упражнение: «Снежный ком» (игра на знакомство);
* Упражнение: «Цвет, характеризующий твое настроение» (после рефлексия);
* Упражнение: «Меняются местами те, кто … »;
* Упражнение: «Если бы я был книгой, то был бы … »;
* Упражнение: «Три истории»: две – правда, одна – ложь, наша задача определить, где ложь (после рефлексия);
* Упражнение: «Два круга»: наша задача образовать два круга, внутренний и внешний, встать лицо друг к другу, и каждую фразу начинать со словосочетания: «Мне нравится в тебе … », говорит только внутренний круг, каждые 30 секунд внутренний круг переходит против часовой стрелки (после рефлексия).
* Упражнение: «Путаница»: закрываем глаза, вытягиваем руки вперед, встаем со стульев и двигаемся вперед, берем первую попавшуюся руку, и не отпускаем, затем открываем глаза. И вот теперь ваша задача распутаться, без использования речи.
* Упражнение: «Мафия».

Тренинг подошел к концу, общая рефлексия (впечатления от проделанной в кругу работы, пожелания).

Закончить хотелось бы притчей: (любая притча на ваше усмотрение).