**Játék ötletek bizalom témában:**

LIFTEZÉS

*Idő: 5 perc*

*Eszköz: -*

*Létszám: 8-10 fő*

Bizalomjáték! Egy, lehetőleg kis súlyú csoporttársunk lefekszik a földre kinyújtott testtel, hanyatt, karjai a combja mellett, szeme becsukva. Valaki a fejéhez áll, a többiek kétoldalt a vállától a lábfejéig. Leguggolnak, majd egyszerre felemelik, olyan magasra, amennyire csak tudják. Vezényszóra leeresztik, középen hintáztathatják is egy kicsit. A liftező utána számoljon be az érzéseiről!

LEVITÁCIÓ

*Idő: 5 perc*

*Eszköz: -*

*Létszám: 1 levitáló + 2 emelő + szemlélődők*

Ketten megtartjuk becsukott szemű társunkat a lábánál fogva. (Pl. Egy-egy lábát összekulcsolt kezünkbe helyezi.) A cél, hogy azt az érzést keltsük benne, hogy folyamatosan emelkedik. Folyamatosan közvetítsük, hogy jelenleg milyen magasságban jár! Miután ily módon előkészítettük a terepet, a delikvenst lerakjuk a földre, neki azonban azt mondjuk, hogy felraktuk egy asztalra/székre, és arra kérjük, ugorjon le úgy, hogy mi közben vigyázunk rá (pl. fogjuk a karját). Elég vicces mozgásokra képesek ilyenkor az emberek...

DÜLÖNGÉLŐS BIZALOMJÁTÉKOK

*Idő: 5-10 perc*

*Eszköz: -*

*Létszám: 3 ill. 2 fő csoportonként*

**a.** Hárman játsszák. Ketten, egymás felé fordulva, támaszban állva várják a csukott szemmel feléjük dőlő társukat. A két "fogó" egymás között "adogatja" a harmadikat. A játék a háromfős csoporton belüli cserével folytatódik.

**b.** Páronként játsszuk. A pár egyik tagja kezeit oldalsó középtartásban tartva áll, csukott szemmel. Társa mögötte áll, támaszban. Jelzésre (pl. a társ megérinti a vállát) hanyatt dől, merev testtel. Társa a hóna alatt alkarjával felfogva elkapja, s visszaállítja függőleges helyzetbe. Az előzőnél is nagyobb fegyelmet, bizalmat kívánó feladat. Páron belüli szerepcserével folytatjuk.

Harangjáték

*Idő: 5-10 perc*

*Eszköz: -*

*Létszám: 15-20 fő*

Szorosan záró kört alkotunk. A kör közepére beáll valaki, akinek bekötjük a szemét, majd megkérjük, dőljön el valamilyen irányba. Biztosítsuk róla, hogy bármerre dől, megtartjuk. Miután eldőlt, akik eddig tartották, tovább passzolják a mellettük állónak, és így halad egészen körbe. A végén kérdezzük meg, milyen érzés volt középen lenni, és mikor érezte leginkább biztonságban magát. (Akkor érzi nagyobb biztonságban magát, ha minél nagyobb felülettel támasztják meg.)

VAKON A KÖRBEN

*Idő: 10-15 perc*

*Eszköz: -*

*Létszám: 15-30 fő*

A terem mérete által megengedett legnagyobb körben állunk. A kör közepén csukott szemmel álló játékostársunk megindul (egyenletes tempóban) valamelyik irányba. A körben állók feladata, hogy a hozzájuk érkező, vakon járó társukat könnyeden megfogják és visszafordítják egy nekik tetsző irányba. A körben "közlekedő" játékos ily módon cikk-cakkban halad. Cserével folytatjuk. A játék végén kérdezzük meg, mit éreztek a vakok bolyongásuk közben.

VAK KÍGYÓ

*Idő: 5-15 perc*

*Eszköz: -*

*Létszám: 8-10 fő / kígyó*

*Megjegyzés: A játék nagy figyelmet igényel!*

A kiscsoportok tagjai egymás mögé egy sorba beállnak, mindenkinek a keze az előtte lévő vállán nyugszik. Csak az első ember nézhet, (ő vállalja a csoportért a teljes felelősséget), a többiek becsukják a szemeiket. Az elöl álló vezetésével keresztülmennek a termen, áthaladnak a felállított akadályokon, átmennek egy másik terembe vagy kimennek a szabadba. Eközben a vezető nem verbális jelzéseket adhat a mögötte állónak. (Ha szükségesnek látja, meg is tapogattathatja vele az általa látottakat.) A jelzéseket tovább kell adni hátrafelé. A kígyót nem szabad becsapni - pl. ha földi akadály, gödör van, a fejet be kell húzni. A vezető ne menjen gyorsan! Egy idő elteltével az első leghátulra megy, és az addigi második lesz az új vezető. FIGYELEM! A játék elég nagy idegfeszültséget ébreszthet! Senki ne kösse be a szemét kendővel, azért, hogy szükség esetén gyorsan kinyithassa a szemeit!

VAK VEZET VILÁGTALANT

*Idő: 5 perc*

*Eszköz: -*

*Létszám: 10-12 fő*

Miután mindenki választott magának egy párt, az egyikük behunyja a szemét, és a párjára bízza magát. Ő a "vak" kezén tartott ujjaival vezeti, lehetőleg minél nehezebb terepen. Beszéljük meg, ki mit érzett! Egy "vakot" egymás után két ember is vezethet. Mondja el, érzett-e különbséget!

**Változat:** Bekötött szemű társunknak a haladási irányát egy hang adja meg, akinek tulajdonosa tőle körülbelül 2 méter távolságban halad. A “vak”-nak követni kell az irányt, és fel kell ismerni a hang tulajdonosát is.

GUGGOLÓS

*Idő: 10 perc*

*Eszköz: -*

*Létszám: 15-25 fő*

A csoport tagjai behunyt szemmel körbe-körbe járnak a termen. Úgy kell ezt tenniük, hogy ne érjenek hozzá a többiekhez. Akihez hozzáért egy másik társa, leguggol és a játék végéig úgy is marad. Eztán már a guggolók is akadályt jelentenek. A játéknak akkor van vége, ha elfogytak az álló emberek.

Ki volt, aki elbánt veled?

*Idő: 10 perc*

*Eszköz: kendő*

*Létszám: 10-20 fő*

Bekötött szemű társunkat a terem közepére fektetjük. Ezután közülünk valaki odamegy hozzá és azt csinálhat vele , amit akar (megütögetheti, stb., de ne legyünk durvák). Miután befejezte, visszamegy a helyére, és a játékvezető megkérdezi, hogy "ki volt, aki elbánt veled?". Erre a szenvedő fél megpróbálja kitalálni, hogy ki ment oda előzőleg hozzá.