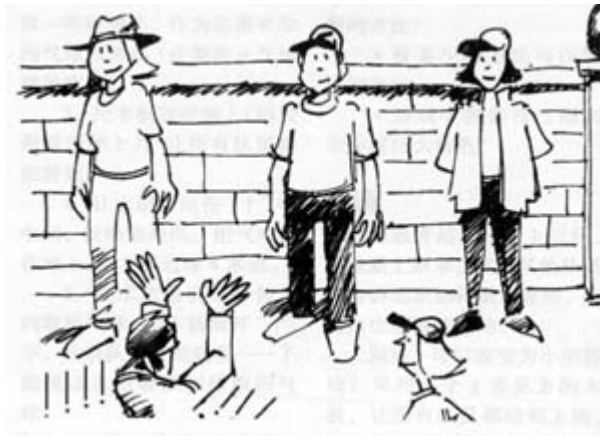


缓冲墙[户外拓展游戏]



时间：

15~20分钟，取决于参加人数的多少。

人数：

8~16个。

道具：

·一个眼罩。

·一面坚固的平壁(建筑物的一面墙或者一排汽车)。

概述：

这是一个简单游戏，用于建立团队成员之间的信任。

目的：

提高小组成员间的信任水平。

准备：

步骤：

1. 选择一块平整的草地，里面没有障碍物，以防绊倒蒙着眼罩的志愿者。
2. 所有队员背对墙壁(或其他坚固物体)，站成一排，队员间隔一臂距离。
3. 选两名志愿者，让其中一个人蒙上眼罩。
4. 解释游戏规则。让没有蒙眼罩的志愿者把蒙着眼罩的搭档带到距离墙壁十米远的地方，面向沿着墙壁站立的那排队员，然后让蒙眼罩的人向前走。
5. 蒙着眼罩的志愿者要摆出“缓冲”姿势，即向前伸出双臂，小臂向上弯曲，手掌向外，手的高度与脸齐平。在发生意外碰撞时，这种姿势有助于避免或减轻对身体上半部分的伤害。

6. 紧靠墙壁站立的那排队员要保持完全静止和沉默，此外，还要防止蒙眼罩的人撞到墙上——换句话说，当那个蒙眼罩的人靠近队伍时，他们要抓住他，不能让他触及墙壁。

7. 两位志愿者前进时，没蒙眼罩的人充当监护员。他们不能靠的太近，但也要保持在一定的距离之内，以便蒙眼罩的人快摔倒时能及时被扶住。一切就绪后，告诉蒙眼罩的人向墙壁走去，同时摆出“缓冲”姿势。

8. 墙边的人抓到蒙眼罩的志愿者之后，大家依次交换角色，保证每个人都蒙一次眼罩，做一次监护员。

9. 第一轮游戏结束后，重复一次。

讨论问题示例：

·游戏中，队员们对蒙着眼睛走路有何感想？

·在第二轮游戏中，大家是不是感觉更自如了？为什么？

·监护员对自己的作用有何认识？

·实际工作中，如何使团队成员更能相互支持？

·当前什么因素阻碍了我们相互支持？如何克服它？

安全：

让蒙眼罩的人摆着“缓冲”姿势走路，同时，监护员要保持警惕。

变通：

让两个蒙眼罩的志愿者同时朝墙壁走去，看谁最先到达。第一轮游戏结束后，可以在第二轮游戏中如此安排而不必重复前者。