破冰游戏手册

- 组长小组聚会资源库 –

坚信浸信教会

内容

序号	游戏类型	破冰游戏数目	页
1	鼓励融合和小组参与	1-50	3-12
2	鼓励互相熟悉	1-44	13-21
3	鼓励开始沟通	1-23	22-26
4	鼓励团队合作或小组关系	1-20	27-31

序号**1**:鼓励融合和小组参与

- 帮助小组组员以不具威胁性的方式交流
- 消除初识时候的自我意识和“迷茫”

序号**2**:鼓励互相熟悉

- 帮助参与者互相初步了解
- 寻找共同的兴趣爱好

序号**3**:鼓励开始沟通

- 鼓励分享感受和挣扎
- 在分享时，避免让人觉得尴尬

序号**4**:鼓励团队合作或小组关系

- 发展合作
- 鼓励组员之间建立联系

<u>鼓励融合和小组参与</u>

1. 令人费解的食物，食物之谜

每个人有 3-5 分钟的时间来回想前一天的午餐/晚餐。不要太明显，想出一个有创意且准确的方式向其他组员描述他们吃过的食物。然后小组将尝试猜测这个人吃了什么。(例如，昨天的午餐，我吃了一只在炭火上慢烤的家禽，淋上浓稠的甜酱——答案:烧鸭/鸡饭)

2. 最搞笑的脸(线上)

由于每个组员都在线上，要求每个人把他们的脸远离电脑屏幕。数到三的时候，每个人都转过身来面对屏幕，露出一副滑稽的表情。投票选出表情最搞笑的人。

3. 名人破冰游戏

根据小组组员的人数提前准备相同数量的便利贴。在每张便利贴上写下一位名人的名字，例如政治家、歌手、演员、运动员、卡通人物等。每位组员将随机挑选一张便利贴，不要看便利贴上所写的名字，将其贴在额头上——确保周围没有镜子！然后，在每一轮中，每个人都可以问一个关于他们额头上名字的是、否问题，目标是猜出你的名人。在小组的剩余时间里，名人可以成为你的新昵称！

4. 我们的小组是**...**

让组员想想，用一个词来描述这个小组，并分享他们这样想的原因。带领者将开始演示，例如，“我们的小组很有趣，因为我在每次在小组都笑得很开心。”游戏的规则是，所有已经分享过的词都不能重复。

5. 度假必备

每个人坐成一圈，然后向他们展示一份物品清单(你可以将其它有趣的物品添加到清单中)

- 如果你只能选择 3 件物品去度假，你会选择哪3件？
- 从此清单中选择 3 件。

1. 防晒霜 2. 手机充电器/ 充电宝	5. 相机 6. 夹克/毛衣

3. 额外的一套衣服 4. 洗漱用品	7. 手表 8. 雨伞/雨衣

6. 接触点

所需材料：一个黑色垃圾袋或不透明的袋子。在袋子里放一些小物件（例如魔方、钥匙、钱包、圣经、牙线、手表等）。

- 每位组员都轮流把手伸进袋子里感受物品。
- 在看不到物品的情况下，每位组员都要尽可能多地列出他们在袋子里摸到的物品。

7. 寻宝游戏（线上）

小组组员在 30 秒内在家中寻找颜色中代表对应的物品，例如 红色代表红包；绿色代表青苹果；橙色代表橘子等等。当组员们互相展示他们自发找到的东西时，可以在其中享受一些有趣或意想不到的结果。

8. 定格画面

请大家安静地在房间里走动，等待指示。当他们走动时，带领者喊出一项运动的名称，例如高尔夫、足球、橄榄球、游泳、跳伞、马球、篮球、赛马等。当他们听到这个名称时，他们必须立即停下来，保持静止的“定格画面”来展示或表演这项运动。在每一轮中，拍下最逼真或最具描述性的“定格画面”的照片，以便将来展示。你可以通过喊出情绪、职位甚至动物来玩各种游戏。

9. 敬拜的心

敬拜的形式和表达方式多种多样，我们每个人都有自己的“舒适度”。给每个人一分钟的时间来思考，他们通常如何表达对上帝的敬拜，并告诉他们在你从 3 倒数到 1 时，摆出那个姿势。尽情表达你内心对上帝的敬拜吧！

10. 我是谁**?**

这是一个有趣的破冰游戏。在便利贴上写上圣经人物的名字。组员都到达后，将一张便利贴贴在他们的背上。他们不允许看到写在便利贴上的人物是谁。他们必须与其他组员交流，并提出问题，试图找出贴在他们背上的便利贴上的圣经人物。玩到每个人都猜对了他们的圣经人物。

所需材料：便利贴

11. 圣经密码

在纸上写下至少20个圣经单词，如约柜、祭司、会幕、摩西、圣殿、献祭、十字架、使徒、门徒、亚伯拉罕、大卫、歌利亚、爱、和平、喜乐等。这些是“密码”。把所有的“密码”折叠起来，放在一个碗里。将小组分成组员配搭宾客两人一组。每一对顺序轮流玩。其中一人在碗中抽一个“密码”，并尝试说出一个单词，让另一位猜“密码”，当然他/她不能说出“密码”或它的任何衍生词。（例如：“密码”是十字架，你可以说：木头、耶稣、骷髅地、死刑工具）当他们的搭档说出“密码”时，如果“密码”是错的，他/她会提供另一个单词的线索。他们一直这样做，直到那个人猜对了“密码”，才轮到下一对。

所需材料:写有“密码”的纸条和一个碗。

12. 圣经名称闪电战

给组员一分钟时间写下圣经里面的人物名字。写出最多人物的人获胜。

13. 猜猜声音

这是一个很好的测试成员猜音听力的游戏。你可以播放这个视频：
https://youtube.com/watch?v=n1m4h79JZso

本视频共有20个声音，播放完声音后记得停止视频，因为答案会在声音播放后出现。

14. 一个词

小组组长要喊出一个词，例如“教会”。每位组员将有30秒的时间想出一个与“教会”相关的词，并轮流说出他们的词。对一些人来说，“教会”可能与“家庭、建筑、牧师、FCBC、敬拜、小组”等有关。

建议喊出的词有：社区、家庭、阻断措施、工作、小组、歌曲等。

15. 学习放下自我

材料：有色贴纸

i. 将贴纸分派各人。

ii. 在限时内，各人可自由活动与人交谈。交谈中不准说“我”字（包括谐音）。

iii. 如对方犯规，将贴纸贴在他的脸上。

iv. 时间到了，选出脸上最多贴纸的人，分享被人“整容”、“整蠱”的经过。

16. 拇指之战

组长说一“我向大家打个招呼好吗？是真的‘打’……”

i. 2人一组，与对方的手互钩，各伸出大拇指对‘打’。

ii. 先将对方大拇指压下为胜。

iii. 组长总结：“这就是不打不相识。”

17. 你在做什么？

组员围圈坐，第一个人向右边的人做一个动作，但口中却说出另一个动作。例如，他手中做着刷牙的动作，但右边的人问“你在做什么”时，他要一面继续刷牙，一面回答“我在绑鞋带”，接着，第二个组员就要绑鞋带，右边的组员要问“你在做什么”，他则继续绑鞋带，但口中说“我在放风筝”，如此类推，直至每人轮流玩完为止。

18. 新年篇

请组长带领组员们分享：

i. 过年有许多传统习俗，例如：守岁，一定要有新衣服，大年初一不可扫地等等。请分享你家族有趣的新年习俗。

ii. 过年时要说吉祥话，你常用什么吉祥话祝福亲友？

19. 抢毛巾

材料：毛巾一条

i. 分成二组，各派一位代表上场，二人彼此面对面站立相隔2公尺，中间画一条线把一条毛巾放在线上。

ii. 当带领者喊一二三【抢】时，二人需要同时跑去抢那一条毛巾，抢到的人为优胜者。

iii. 落败者站在优胜者的那边，双方再派代表继续竞争，以此类推。

秘诀：

带领者喊出【抢】的时机，要出奇不意，以制造张气氛。时间到，人数较多的一方获胜。

20. 最爱是你

目的：在轻松的气氛下介绍一个你最爱的人

时间：5-10分钟

内容：

组长说："每个人心目中都有最重要的人"

i. 围圆圈，伸出大拇指，拇指搭拇指形成一直线。
ii. 最上的一个要尽快搭到最下面。（也可以由下而上）
iii. 组长突然叫停，最上面的一位就要诚恳地介绍一个自己最爱的人。
iv. 分享后，重新再玩。这次由刚分享的组员叫停。

注意：不要玩太多次，3至5位轮流分享就可。。

21. 我是谁

材料：纸条、笔

i. 带领者预先在纸条上写上各种职业，如警察、教师、律师、厨师、医师、工程师…等。
ii. 在每位组员背后贴上纸条，但不让本人知道背后贴的是什么职业。
iii. 计时五分钟，每位组员可以自由问其他组员问题，设法找出自己背后是哪一种职业，但是对方只可以回答「是」或「不是」。在时间内找出自己职业的为胜。

22. 炒什锦

材料：每人一张椅子

i. 选出一位组员当厨师，拿走他的椅子。
ii. 其他人把椅子围成圆圈坐下，椅子向着圈内，不要留出空位。
iii. 厨师站在圈内，叫出一连串的菜名。每道菜必须包含一个姓氏，例如："陈"皮炆鸭、老"薑"（姜）炒牛肉、"鱼"（余）香茄子、红烧"石"斑鱼、香煎"黄"花鱼。
iv. 组员如听到自己的姓氏，要立刻出来跟厨师走。

v. 直至厨师叫“上菜”，各组员（包括厨师）尽快找空位坐下。

vi. 找不到座位的组员要接替当厨师继续“炒什锦”。

vii. 当厨师3次以上者要受罚。

23. 了解你的伙伴

材料：笔和问卷

内容：组长说：“很高兴在这里见到大家，但我们看不到你平日的生活习惯。”

i. 将组员分成2人小组。

ii. 在与伙伴交谈之前，先回答问卷。

iii. 分组后，按着你对伙伴的了解互相猜测，写上答案。

iv. 交换答案纸，大家围圈。各人读出伙伴对自己的看法，并以自己的现况加以澄清。

问卷：a.你的伙伴几点种睡觉？b.你的伙伴几点种做灵修？c.你猜伙伴最惧怕什么动物？d.你猜伙伴有什么雄心壮志？

24. 一块钱不见了

i. 小组组员围成一个小圆圈，一位组员站在中间，主持人（可以一起玩），将一块钱放在围成圈其中组员的手中，其余每位组员左手成掌状手心向下，右手佯装捏着一块钱。

ii. 活动开始时，每一位围圆圈的组员假装右手从左手中拿“一块钱”，使中间那位组员不知道钱传到谁的手中。

iii. 在传的同时唱一首短歌，如“万王之王”，当歌声停止时，中间的那位组员要猜出一块钱在谁手中。若被猜中，被猜中的那位换到中间来。若组员人数太多（8位以上），可同时传两个一块钱，较易猜出。

25. 得人

材料：纸、笔

i. 每人发一张纸，及准备一枝笔。

ii. 宣布开始后，每个人去找人（一人或多人一起猜）猜拳，猜输的人在赢的人的纸上签名（一人仅能签一次名字）。时间为10分钟。结束后看谁取得最多的签名。

活动意义：没有开始怎么会有结果呢？传福音不也是如此吗？您为神主动出击了没！

26. 服从命令

a.大家坐成一圈，带领者站中间发上、中、下口令。

b.上表示站，中表示坐，下表示蹲（3个动作）。

c.口令由带领者喊，并找出作错动作3次的人，分享一件关于自己的事。

秘诀：口令速度渐快，增加刺激性。

信息：顺从神的话语和引导，和神所设立的属灵权柄，必蒙受祝福。

27. 你的梦想

材料：铅笔/彩色笔，纸张

带领者分发纸和笔给每个组员。第一部分，按着自己目前的状况画下你的计划或者已实行的梦想。第二部分，思考神有给你新的目标吗？

此活动意义：放下自己，向着主的标杆直跑。

28. 考考大家的智慧

i. 鹿头向南，鹿尾向什么方向？向下

ii. 一只公鸡在屋顶，鸡蛋会否跌落地？公鸡是不会生蛋的

iii. 有一个人出到街外，突然下雨，他没有带雨具，但头发却没有湿，为什么？光头

iv. 有5个人外出，他们只共有一把雨伞，但各人的衣服均没有湿，为什么？没有下雨

v. 两个爸爸和两个孩子去钓鱼，每人钓了一条鱼，但结果只有3条鱼，为什么呢？爷爷、爸爸和孩子

vi. 有两个面貌、出生日期、父母都一样的女孩子，但她们却不是双胞胎姊妹，那么她们是什么关系？三胞胎或四胞胎

vii. 怎样可以把一个西瓜，平均分给3个人？将西瓜搅成汁平均分给三人

viii. 如果亚洲是世界最大的洲，未发现亚洲时，最大的洲在哪里？仍是亚洲

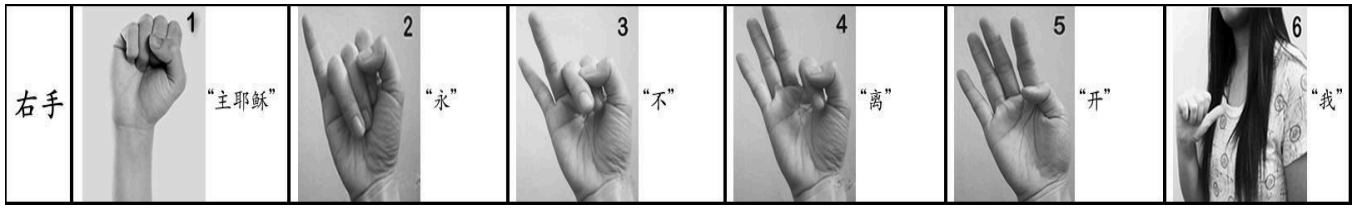
29. 主耶稣永不离开我，主是帮助我的

一、右手：主耶稣永不离开我

i. 先举出右手，握拳头，说：“主耶稣”。再伸出右手尾指，说：“永”。伸出右手无名指，说：“不”。伸出右手中指，说：“离”。伸出右手食指，说：“开”。伸出右手拇指，指向自己，说：“我”。带领者先示范，接著请所有的组员轮流演示（请参考下图）

ii. 第二次带领者请大家把“我”改成自己的名字（例如“主耶稣永不离开陈阿华”）。

iii. 第三次带领者请大家把“我”改成坐在右边组员的名字，并把大拇指指向他。

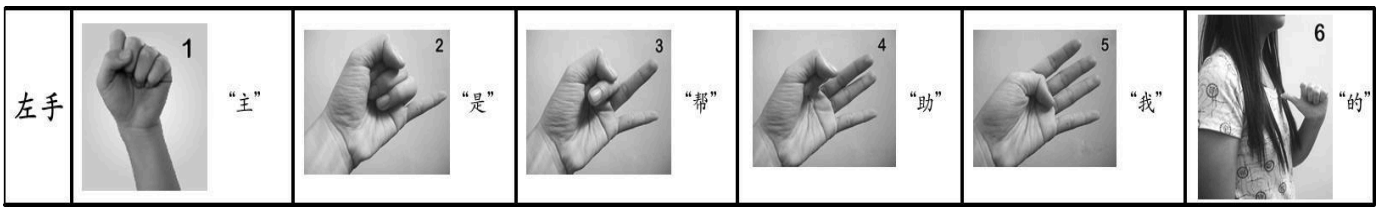


二、左手：主是帮助我的

i. 举出左手，握拳头，说：“主”。再伸出左手尾指，说：“是”。伸出左手无名指，说：“帮”。伸出左手中指，说：“助”。伸出左手食指，说：“我”。伸出左手拇指，指向自己，说：“的”。带领者先示范，接著请所有的组员轮流演示（请参考下图）

ii. 第二次带领者请大家把“我”改成自己的名字（例如“主是帮助陈阿华的”）。

iii. 第三次带领者请大家把“我”改成坐在左边组员的名字，并把大拇指指向他。



30. 假如我是真的

i. 假设每位组员可以重新安排自己的身份。例如：我想做特首。因为有权、有钱、有地位。。。

ii. 给组员时间思考，然后轮流分享。并要说明原因。

31. 每次为你做多些

i. 大家围成一个圆圈。

ii. 带领者先做一个动作，右边的组员重复此动作並自创一个动作，下一位组员模仿他，再加一个自选动作，以此类推。

iii. 直至有组员不能重复或忘记之前其中一个动作，便算输。玩的次数不限。

32. 接龙

i. 全组围圈坐，人数不限。

ii. 一个开始说一个词语，可用人名、地名、科目名等等，范围可以很广。下一位组员便以这词语最后的字为首，请出一个新的词语（可用谐音）。例如：太平山 · 山山相连 · 莲蓉 · 荣华富贵 ……

iii. 接不上的为输

变化：

第二位除了要接新的词语，还要重述第一位的。第三位要重述前两位的词语，如此类推。到最后的一位，便要请很多位词语了。

33. 一起去散步

i. 大家围坐一圈，一个人站在圈中。

ii. 在圈中的人可随意拉着一人的手说："我们散步去"。这人又可随意拉另一个人的手说同样的话。

iii. 这样在中央的人愈来愈多，领头的人可随时说"让我们回家去吧！"于是各人都去抢一个空位子，没有抢到的人就变成站在圈中的人，继续领导游戏。

34. 天生我才必有用

i. 首先每位组员分享一个自己的爱好，或者行为的特质，比如：喜欢烹饪，爱说话。

ii. 然后让每位组员右边的人说出这位组员的爱好或特质如何能成为别人的祝福。

35. 空罐子追糖果桶

此游戏让大家知道神的爱的美好，但撒旦也是会追赶进度影响你和神的关系。若糖被没收，你的属灵生命也会受到影响，所以好好咀嚼神的话不要给撒旦追上。

i. 选一首有关神的爱的诗歌，比如"活出爱"。给大家传一个糖果桶和空罐子。

ii. 开始唱歌时就开始传糖果桶。糖果桶传到第三个人时，主持人开始放空罐子给刚刚第一个人。空罐子要去追糖罐子。

iii. 当唱到爱这个字时，谁拿到糖果桶时那人可拿出一颗糖，但糖果桶和空罐子传到同一个人手中时，他所有的糖要被没收。

iv. 时间控制，可以多玩几遍。

36. 满溢的祝福

此游戏让大家直观看到，当自己被神的爱充满，满到溢出时，会自然而然地祝福到周围的人

i. 准备一个空杯子。和一个更大的装了水的杯子（水的量要比空杯子的容量更多）

ii. 让大家一个一个往空杯子里装水，直到水满溢出来为止。请最后倒水让水溢出的人分享感受。（做游戏前提醒大家尽量不要让水溢出，让水溢出的人算是输了，大家会享受一滴一滴小心翼翼倒水的乐趣和刺激）

iii. 时间控制，可以多玩几遍。

37. 口非心是

i. 两人一组。

ii. 二人轮流回答。回答时，用动作表达正面答案，但口中说出反面答案。例如，A问："你吃过饭了吗？"B点头表示"吃了"，口中卻同时要说"未吃"，然后轮到B发问，A回答。

iii. 多组同时进行，输者坐下，胜者找另一位胜者比拼，直至剩下一位为止。

38. 排七

i. 一位组员开始数"1"。下一位跟着数"2"，第三位数"3"，如此类推。

ii. 数到有"7"或7的倍数时（即7、14、17、21等），那人就不可出声，改为拍手。若出声就算输。下一位继续数出跟着的号码（如8、15、18、22等）。

变化：当有人输了几次后，可增加难度。可以向左或右拍手，那左边或有的组员就要立刻相应数跟着的号码了。

39. 猜领袖

i. 组长与组员围一个圆圈然后坐下，选出其中一位组员作为代表离开场地。

ii. 其他组员再选出一人作为领袖，由领袖带领所有组员做动作。

iii. 其他组员要跟随领袖做出各种动作，如领袖换动作时，所有组员也要跟他一起换动作。

iv. 场外的代表回到圆圈中间，仔细观察组员的动作、表情和眼神，猜出谁是领袖。

v. 如果领袖身份被识破，则去场外作代表，选出下一个领袖继续。

40. 比手画脚猜猜看

分三小队，每队派一人出来，把所抽到的名词（如车子，牙膏，雨鞋，伞，电脑，麦克风），用手脚比划出来，不可说话，让队友猜出来，最快猜对的赢。

带领的人问：这些东西有什么功用？组员们会各自发言，比如有人会说牙膏用来刷牙，雨伞用来遮雨。带领者继续问：那你们说说小组存在的目的是什么呢？大家七嘴八舌地表达自己的看法，最后带领者总结说，小组的目的就是在我们的亲友和社区中，向人传福音，并栽培和训练他们成为耶稣的门徒，来事奉上帝，我们透过小组倍增来祝福更多的人，让他们在耶稣基督里领受更丰盛的生命。

41. 寻找溪水

i. 游戏可以分为：Sheep-羊（咩咩咩）和stream-溪水（哗啦啦）。大家围成一个圈，转过去背对着带领者。带领者在某一个人的背后拍一下，示意为stream，其它没有拍到肩膀的就是sheep。

ii. 带领者宣布游戏开始以后，所有人开始用咩咩咩，或者哗啦啦来互相问，当问道是哗啦啦的时候，所有的羊群都马上跟到他/她后面。最后一个人要受罚。

42. 父亲的特质

材料：纸、笔

内容：

i. 围圈而坐，每人一张纸，一枝笔。

ii. 在3分钟写下5种特质，是你父亲拥有而你最欣赏的。

iii. 轮流分享。

iv. 当每一人分享完毕后，让组员选出数项各人父亲同样拥有的特质。

v. 最后由组长总结天然父亲和天父的特质相同及不同点。

43. 纸条对接

材料：纸条

i. 在纸条上写下成语的前两个字，另一张纸条写后两个字。如：写“一诺”在一张纸条上，“千金”在另一张。

ii. 纸条的数量应和小组的人数相同。

iii. 纸条对折后，放入一个碗里。

iv. 每位组员从碗里拿出一张纸条，然后去寻找对应自己纸条的另一半成语。

v. 然后两人可以互相访问了解自己的“另一半”。

44. 眨眼杀手

i. 带领者在游戏开始请选一位组员当杀手，并保持身份秘密。

ii. 带领者对大家解释在组里有一位杀手，他对一个人眨眼就可以杀人。

iii. 所有组员可以随便走动，并与走过的其他组员保持目光接触。

iv. 如果杀手对其中一位组员眨眼了，他就必须倒下死亡。

v. 其他组员就猜猜谁是杀手。

45. 水果挑战

材料：有色贴纸

i. 每个人轮流向其他人分享自己最喜欢吃的水果（可重复）。

ii. 当每个人彼此分享完毕 后，带领者挑选其中的两人（A 与 B）。然后问 A：“B 喜欢吃什么水果？”

iii. 若是 A 答对了，A 就可以拿一张小贴纸粘在 B 的脸上。若是 A 答错，B 就拿一张小贴纸粘在 A 的脸上。

iv. 之后，答对的一方（A 或 B）就会挑选另一人（C），让答错的一方（A 或 B）猜 C 喜 欢吃什么水果？

v. 答对的一方（A 或 B）就可以拿一张小贴纸粘在 C 的脸上，若是答错，C 就拿一张小贴纸粘在 A 或 B 的脸上。

vi. 之后，答对的一方（B 或 C）就会挑选另一人（D），让答错的一方（B 或 C）猜 D 喜 欢吃什么水果？以此类推……

vii. 游戏限时为 10 分钟。时间到了，选出脸上最多贴纸的人，分享被人贴纸的经历。 游戏

46. 讲故事

小组组长想出各种场景和开场故事情节。如果小组人数较多，你可以将小组分成两组，每组轮流讲故事，直到两组的每位成员都轮流讲完。

i. 小组长先讲一个开场故事情节。（例如，很久以前，在中国的南方省份……）

ii. 下一位组员必须用 1-2 句话，继续故事情节。

iii. 故事至少要经过两轮。

iv. 作为组长，你可以准备并插入有趣的场景，“让组员措手不及”。

47. 离不开（线上）

让组员在他们的房子里四处走动，找到一件他们“离不开”的东西，并与小组分享。所选的物品不能是大家都有的东西，例如手机、笔记本电脑、圣经、食物等。

48. 谁说的？

阅读以下圣经人物的每句名言，让组员猜猜是谁说的。为了让破冰游戏更有趣，你可以：

a) 正确答案得分，错误答案扣分

b) 将 小组 分成几组相互竞争

c) 如果他们能给出经文/圣经书卷，额外加分

d) 如果他们能给出经文/引述的上下文，额外加分

圣经人物的名言：

1. “我在园中听见你的声音，我就害怕，因为我赤身露体。我便藏了。” – 亚当，创世记3:10
2. “神岂是真说，不许你们吃园中所有树上的果子吗？” – 蛇/撒旦，创世记3:1
3. “你们当刚强壮胆，不要害怕，也不要畏惧他们，因为耶和华你的神和你同去，他必不撇下你，也不丢弃你。” – 摩西，申命记31:6
4. “然后我违例进去见王。我若死就死吧！” – 以斯帖，以斯帖记4:16
5. “你仆人曾打死狮子和熊，这未受割礼的非利士人向永生神的军队骂阵，也必像狮子和熊一般。” – 大卫，撒母耳记上17:36
6. “我靠着那加给我力量的，凡事都能做。” – 使徒保罗，腓立比书4:13
7. “主啊，我的妹子留下我一个人伺候，你不在意吗？请吩咐她来帮助我。” – 马大，路加福音10:40

8. “我当受你的洗，你反倒上我这里来吗？” – 施洗约翰，马太福音3:14
9. “虚空的虚空，虚空的虚空，凡事都是虚空。” – 所罗门王，传道书1:2
10. “你这小信的人哪，为什么疑惑呢？” – 耶稣，马太福音14:31

49. 我隔壁的朋友

让每位组员轮流分享关于邻居的两个真相和一个谎言。鼓励每个人加入一些关于邻居的有趣事实，以增添乐趣。谎言可以是离谱的或古怪的，甚至可以听起来像事实，让其他组员更难区分真相和谎言。

50. 口香糖

这个游戏是让每位组员都按照带领者说的去做。例如：带领者说“口香糖”，组员会说“粘在哪里？”然后，当带领者说“粘在头上”时，每位组员都会把手放在头上。接下来，当带领者说“口香糖”时，组员再次说“粘在哪里？”。当带领者说“粘在门上”时，每个人都会冲到门口，把手放在门上，以此类推。

返回顶部

鼓励互相熟悉

1. 最特别的礼物

i. 带领者请每位组员轮流分享以下题目（择一进行）：
   a. 自己生命中曾经收到过最特别的礼物，以及这份礼物如此特别的原因。
   b. 猜测自己的配偶、父母、孩子或其他亲人最想要的礼物。

ii. 带领者带领组员为自己生命中最特别的礼物献上感恩的祷告；或是鼓励组员在这个特别的季节为自己的亲人送上心中认定的那份特别的礼物。

2. 别问我是谁

材料：纸条、笔

i. 组长预先用小字条写下全组组员的(当天没有出现的也可写的)名字。然后让组员分抽一张。

ii. 当你看到那组员的名字后，便想想他有何特征。例如：口头禅、小动作等，然后每人轮流以三个动作或发声来形容那人，各人完成才揭晓。

iii. 最后由组长带领祷告感谢神让我们互相了解。

3. 甜心

材料：糖（每人10粒）

i. 每人有10粒糖，每送出一粒，向对方说出你欣赏他/她的一样特质。

ii. 直至把糖送完。

4. 更深认识自己

i. 请用一种动物或者昆虫来代表自己。

ii. 请分享为什么你会选择这动物或者昆虫呢?

例如:

a. 我觉得我像是一只蜗牛!

b. 因为蜗牛爬行很慢,当遇到危险时会收缩在自己的壳里。但随后仍会探头出来继续往前。就像我学习比较缓慢可是还是坚持和不放弃。而且凡蜗牛走过的地方会留下痕迹。

5. 不能没有你

材料：纸，笔

组长说："看看什么是你少不了的？"

i. 假设组员家中现在发生火警，必须尽快抢救家中三样东西。用30秒思考，然后写在纸上。

ii. 组员逐一分享及解释自己写下的东西，其他组员可发问。

改变：可以把纸混合抽取，让组员猜猜此纸属谁，这可加强游戏气氛。

6. 我想对你说

材料：纸，笔

i. 带领者发给每位组员一张纸，一枝笔。请组员在顶端写下自己名字。

ii. 将纸条向右传。每位组员都凭直觉，快速写下一句想对这张纸条的主人说的话，不要想太久。

iii. 依此类推，直到纸条传回本人手里。此时纸条上应该写了所有组员要对自己说的话。

iv. 带领者请大家简短分享彼此感受。

7. 彼此更深认识，互动，更有默契

i. 先找一个人当牧羊人

ii. 其他的人在牧羊人背后排成一排。组员轮流用假声音向牧羊人说话,牧羊人猜说话人的名字，一直到猜对为止就换新的组员成为牧羊人。

开场白：

（假声音）咩咩咩，牧羊人我是你的小羊，你认识我是谁吗？

8. 放飞机

材料：纸和笔

i. 请组员在纸上写下自己的个人资料来形容自己的性格，资料越多越好。但不可写外貌特征，亦不可让别人看到纸上的内容。几分钟后，请组员将纸折成飞机。注意：飞机头不宜折得太尖。

ii. 然后组员围大圈站好，带领者告诉他们：现在每只飞机内有一位乘客。请大家合上眼，带领者说：“1、2、3、起飞！”每人把飞机抛上天，在飞机着陆之前，带领者命令：“接机！”大家马上张开眼及捉住任何一只飞机。

iii. 拆开纸飞机后，各人按纸上资料猜测这人是谁，写上那人的名字。然后重复以上步骤。最后大家轮流讲出纸上内容，一齐猜这人是谁。

9. 哎呀你是谁

材料：扑克牌2至3副

组长说：“在街上遇到熟人，竟然叫不出名字，真尴尬！”

i. 组员围桌而坐，若未认识应先互相介绍。

ii. 主持人顺序派给每人一张扑克牌，揭开并放在组员面前，若有两位组员取得相同点时，要以最快速度喊出对方的名字。先喊出的胜利，可把手中所累积的牌都交给负方。

iii. 其中一人手中的牌都发出了，第一回合便算完结。

变化：可以用动物名，生果名来代替各人的名字。

10. 促进认识和了解

材料：笔、纸

i. 每个组员分别在两张纸条上写出自己最强的一面和最弱的一面。

ii. 组长收集所有纸条按最强，最弱的分为两组。

iii. 组长随机抽出一张字条并读出，让其他人猜这是谁写的。猜完再抽另外一张，以此类推。

iv. 最后组长进行总结：我们很软弱，但神依然爱我们，神会在我们软弱的地方赐下能力，使我们的软弱成为刚强。而在无法改变的领域，比如与生俱来的残疾，神会赐下能力使我们为主发光，彰显神的荣耀。（举例：力克胡哲）

11. 真我风采

组长说：“从一件衣服，可看到真我流露，你身上的物品也不例外。”

i. 用几分钟在房中或自己身上找一样可以代表自己的物件。

ii. 各人分享所选的物件，解释理由。例如：“我选这手表，因为它代表我很有时间观念…。”

iii. 分享之后可互相代祷，感谢神赐我们这独特的个性。

12. 我是谁？

材料：白纸、笔、胶带、不透明塑料袋一个

i. 组长发给每人一张便条纸，写下自己名字，放入塑料袋内。

ii. 每人抽一张，不让其他人看到，黏贴在坐在右手边的人背後。现在每个人背後都有一个名字。

iii. 站起来开始找人问问题，一个人只能问一个问题，只能回答「对」或「不对」，例如：「我是男生？」「我结婚了？」「我穿蓝色的衣服？」「我有两个小孩？」

iv. 最后找出「我是谁」的，要分享他生命中「经历最大风浪」的一次经历，及他是如何克服的。

13. 我是谁？

i. 组长发给每位学生一张便利贴。

ii. 分成2人一组，一人为甲，一人为乙（最好是找不熟悉的组员为伴）

iii. 甲先向乙介绍「自己是一个什么样的人」，乙则在记事贴纸上记下甲所说之特质，历时五分钟。组长宣布介绍的规定为：「自我介绍者，在说了一个缺点之后，就必须说一个优点」。

iv. 五分钟后，甲乙角色互换，由乙向甲自我介绍五分钟，而甲做记录。

v. 再五分钟后，组长请甲乙两人取回对方记录的纸张，在背面的右上角签上自己的名字。

vi. 然后小组分享做此活动的心得或感受，并讨论「介绍自己的优点与介绍自己的缺点，哪个较为困难？为何会如此?」。

vii. 最后由组长代领祷告感谢神赐给我们神儿女的身份，也按我们的本相接纳我们！

14. 生活馅饼**...**

材料：纸、笔

i. 组长在黑板或纸上画一个大圆圈，代表一天24小时的“生活馅饼”。

ii. 每人在纸上画上自己的馅饼。估计自己在下列各项所占用的时间，按比例加以分割（画在个人的纸上）。

A.睡觉 B.学校 C.课外补习 D.家庭作业 E.朋友（聊天、打球、下棋）F.家庭琐事（洗碗、洗地板等）G.独处（阅读、玩乐）H.与家人共处 I.其他

iii. 问题：

A. 你对你目前使用时间的情形满意吗？

B. 在你的理想中，应该怎样使用时间？现在再画一个圆圈代表你理想中的生活馅饼。

C. 你能不能采取行动，改变你目前的生活馅饼，使它更接近你理想中的生活馅饼？

备注：这种方法可用来分配时间、金钱、精力。

15. 朋友对我的意义

将“完成表”分给每个人，请组员完成不完全的句子。

完成后，二或三人分成小组彼此讨论及分享内容，目的是增进彼此的认识。

请将下列句子，写成符合你自己的完整句子

当我的朋友_____时，我会很快乐。	当我的朋友取笑我时，我_____。
我希望我的朋友_____。	我的朋友_____，我感到很荣幸。
我希望我的朋友不要_____。	当我的朋友_____时，我愿听他讲话。
当我的朋友_____时，我会很不高兴。	他们是我的朋友，因为_____。

16. 你的我的

材料：不透明纸袋一个

带领者在每位组员来聚会时，索取一件没有标示姓名的随身物品，但不让任何其他组员看到。等收集齐全了，将纸袋传下去，每位组员拿一件，猜猜看是谁的东西，并解释原因。让组员彼此认识，开启对话。

17. 回顾与展望

带领者可以请每位组员先在家里思想两个问题：

i. 今年我最感恩的一件事。

ii. 明年我决定在哪一方面改变自己，让自己更像耶稣。

请组员轮流彼此分享，以感恩的祷告结束。

18. 你的至宝

i. 用具：组员们可以从身上找出一件认为最珍贵的东西 (比如钢笔,圣经，项链等)，两至三人一组,分享这东西对你本身的价值意义是什么？

ii. 目的：耶稣才是我们生命中的至宝。我们多数人都会抓紧自己认为最珍贵的东西，让我们以感恩的心感谢主耶稣基督的降生，并为我们的罪而死!

19. 记得当时年记小

带领者请大家回想自己年轻或年少的岁月，并与小组组员分享（择一）：

问题一：什么事是你年轻或年少时认为自己无法达成，但现在事实上已经完成了的？

问题二：你小时候的梦想是什么？现在你仍在前往梦想的方向，还是你已经转移了目标？

问题三：什么人以他的影响力改变了你的行为？

20. 各抒己见

材料：当日报纸

内容：组长说："今日是时事论坛，有个人意见要尽情表达"

i. 选数则有意义又富争论性的新闻，请大家表达看法。了解各组员的分析力，个人观点、立场等。。。。。。

ii. 组长不会下结论，但要赞赏组员表达及互相尊重的态度。

21. 回忆帽

材料：纸、笔、一顶帽子（可以纸袋代替）

i. 带领者请每位组员写下一个深刻的记忆，可以是一份特别的工作经验、克服恐惧的经历、曾经养过的宠物、独特的旅程……等等。

ii. 带领者收集所有的回忆放入帽子（或纸袋）里，随机抽取，让组员们猜猜看这是谁的回忆。

iii. 为我们生命中的回忆感谢主。

22. 真真假假

i. 分给每人1张纸及一支笔，各人分别在纸上写下4句有关自己的句子，其中3句是真的，一句是假的。

ii. 写完后轮流讲出自己的句子。让别人猜猜哪一句是假的。

23. 回到童年

目的：让大家回忆，小时候的一些经历带给自己一生的影响。

i. 请每个人想小时候的三件事，两件事是真的，一件事是假的。（叙述事情不要太长，最好是一句话。）

ii. 请组员轮流分享自己的三件事，让大家猜哪一件是假的。

iii. 如果时间允许，可以请组员分享其中一件真事带给自己的影响和当时的感受。

24. 学习积极正面地处理人际关系上的冲突

i. 带领的人提出以下问题，组员们展开分享：你跟别人意见不同时通常如何处理？如果对方跟你争论，你一般如何面对争论？

ii. 组长最后总结并提醒大家，在发生争论时，无论怎样，要以温柔的心回答即使不友善的责问，说出的言语仿佛用盐调过一般。

25. 克服恐惧

请组员分享一件令自己恐惧的事，对比一下，自己的恐惧心理在信主前后的变化。

i. 若是已经克服了恐惧，请他/她分享见证；

ii. 若是仍然恐惧，鼓励他/她学习倚靠圣灵的能力，战胜恐惧。

26. 寻人启事

材料：小纸片、笔

i. 带领者请每位组员写下关於自己的五件事，例如：我在马来西亚出生、我最爱吃榴槤、我养过乌龟、我最喜欢紫色、我不喜欢运动。

ii. 带领者收集所有的纸片，任意抽出一张，开始逐项念出，最先猜出是哪位组员的得一分，依此类推直到猜出所有组员。最高分的人为赢家。

27. 父母特质

材料：纸、笔

i. 围圈而坐，每人一张纸，一枝笔。在5分钟写下7种特质，是你父母拥有而你最欣赏的。

ii. 轮流分享。当每一人分享完毕后，让组员选出数项各人父母同样拥有的特质。

28. 感情存款

请每个组员找一个比较熟悉的组员，两人彼此向其他组员介绍对方的三个优点和一件令你印象深刻的事（每人限时 3分钟以内）。如果有新朋友，请邀请他的组员为大家介绍。

29. 回到过去

请每个组员用画画或肢体动作（不可以用嘴说 ）来介绍他小时候最爱玩的一种游戏，请其他组员猜那是什么游戏。猜完后可以请那个组员进行一点说明。

30. 猜猜这是谁？

材料：纸、笔

i. 带领者发给每个人两张空白便条，组员要在便条上面写上一件小组中完全没人知道的，可以是过去做过的“惊人之举”（我曾经爬过世界最高峰/我一口气吃了60个饺子…等等），或是未来“疯狂的梦想”（我要去澳洲旅游2年/我要在一棵大树上盖一间可以容纳全家人的树屋…）。

ii. 带领者收回全部的便条，打乱后由每人抽出2张，逐一念出并且猜猜看这个是谁。

31. 此情此景

材料：纸、笔

i. 先由一人说出一个情境，例如：你在巴士站等车，有一位陌生人向你要10元去搭车，你会如何处理？

ii. 请各人把自己的处理方法写在纸上。收集后，每人抽一张，轮流讲出他手上的处理方法，并猜这做法是谁人。如猜不中要罚。

建议：在猜测过程中，可解释你的理由。

32. 串名字游戏

小组成员围成一圈，任意提名一位组员自我介绍，第二名组员轮流介绍，但是要说：我是***后面的???，第三名组员说：我是***后面的???的后面的XXX，依次下去…

最后介绍的一名组员要将前面所有组员的名字复述一遍。

分析：活跃气氛，打破僵局，加速组员之间的了解。

33. 如果

每个人轮流回答以下有关“如果”的问题。

i. 如果你期望今年有一件事能美梦成真，那是什么？

ii. 如果你可以从现在开始，从事你理想的工作十年，那会是什么工作呢？

iii. 如果在巴士上你的邻座是耶稣，你想和耶稣谈论什么话题呢？

iv. 如果你可以选择某一天重新来过，你会选择哪一天呢？

34. 祝福的手

材料：A4白纸，笔

i. 当组员来聚会时，立刻在白纸上画下手掌形状，不具名交给组长保管。

ii. 当所有组员都画完了，组长将手掌图随机分给组员。拿到的人“凭着感动”在手掌之内写下祝福此人的话，不需要想太多，凭直觉就好。

iii. 找出手掌的所属人并归还之，组员依序分享自己领受到的祝福。

35. 时光机

材料："时光机座椅"、纸、笔

i. 组长先告诉大家，这是一个未来取向的游戏，各人对未来的展望，投射他现在的感受，并由其他组员的回应中，增进其自信心。

ii. 每人用2分钟的时间，想想自己5年后会是什么摸样。把自己未来的展望及人生观写在纸上。

iii. 各人轮流坐上时光机，述说自己五年后的情形（年数可由组长弹性设定）。

iv. 讲述完毕，各人给予回应。

36. 你想服侍谁？

此游戏让大家萌生服侍家人和朋友的想法和愿望

i. 准备一副扑克牌，只拿出1-4的牌

ii. 请组员每人抽一张牌

iii. 请组员分享，他现在希望能帮助他认识的哪个家人或朋友，具体想帮他们做什么？抽到什么数字就讲几件要帮助的人和事（抽到1，讲一件，抽到4，讲四件）

37. 穿上新人

材料：一件外套，便利贴，一只笔

因着神进入我们的生命，使我们得着改变，有新的生命。

i. 请组员想想过去或未信主前，有什么不好的习惯，写在便利贴，而现在是否改变了。

ii. 让大家轮流分享：先说过去的恶习，把便利贴贴在自己的衣服，再穿上外套，把便利贴撕了，说现在改变后的习惯。

举例：组员说“我过去脾气很不好，把写上‘坏脾气’的便利贴贴在自己的衣服。再穿上外套，把便利贴撕掉，说：现在我穿上神赐我的新衣，这是一件温柔的新衣。

38. 我在家中的排行第几**?**

组长说：“我在家中的排行第几，你知道吗？”

i. 组员按自己在家中的排行分成以下4组，各占房间一角落：

   a. 老大

   b. 老么

   c. 中间的

   d. 独子、独女

ii. 按a至d直排或围圈而坐。

iii. 组员轮流说出喜欢及不喜欢这个排行的原因，并说出他们最想要的位置。

iv. 组长总结：“我们是属灵的一家人，排行先后都无所谓！”

最后，我们与旁边的弟兄姐妹说：“你是神的爱子，神喜悦你。”

39. 命中的大小事

i. 拿一副扑克牌，把王牌抽出。

ii. 组长向组员介绍扑克牌的四个象征图案：心形，钻石形，黑桃形，梅花形。

iii. 游戏开始，每个组员各拿一张扑克牌，依据拿到的扑克牌图案与大家分享图案指定要分享的事物。

心形图案：代表自己正想去做的一件事，分享那件事。

钻石形：代表自己最珍惜的人或事物，分享自己要为他们做什么。

黑桃形：代表一些需要摒弃或改变的事物，比如需要改变的习惯。

梅花形：代表自己所讨厌的事物，想一想要如何改变心态 。

40. 生命线

材料：纸，笔

此游戏让组员认识对方的人生路。

i. 每人一张纸，对折两下，成为“田”字形状，分成四部分，在四个格子中分别写上：儿童，少年，成人，将来。

ii. 以图画或者文字在四个时期表达发生的最重要的事情，“将来”格内则表达出你想改变或者想要达到的事。

iii. 完毕，分组互相分享。

41. 赞美之泉

i. 每位组员轮流以「具体赞美的方式」向其他人介绍任意另一位组员（不可重复），如果是夫妻，则对众人彼此介绍。尽量避免只使用形容词，必须讲出具提事迹。例如「这是我的邻居王大华，他对乐龄人士很有爱心，经常陪左邻右舍的阿公阿嫲聊天」，「这是我太太张小美，她陪孩子读书特别有耐心」……等等。

ii. 祷告求主赐给我们每个人常说赞美、肯定、鼓励话语的口，让我们开口就发智慧，舌上有仁慈，成为赞美的泉源。

42. 我们是天父的宝贝

如果你的父母（或者是配偶，朋友）用5个形容词形容你，你觉得会是哪些词？

带领者最后总结道，我们不必太在意别人怎样看我们，我们在别人眼里是什么样的形象。我们每个人都是天父精心地创造，是祂的杰作。无论是父母，老板，朋友或同事轻看你，记得你在神的眼里是独一无二的。然后让两个两个彼此击掌(high five)说：你是最棒的！

43. 食物链接

首先，让每位组员分享他们最喜欢的食物。游戏将从拥有最独特食物的人开始。在不重复的情况下，每个人都要轮流说出用来做这道菜的食材。（例如：米暹(mee siam)——米粉、鸡蛋、酸柑、蒜头、酸豆-普遍称为“阿糁”Asam、虾米等）

44. 破冰问题

准备以下问题在纸条上。让每位组员随机抽一张并分享：

i. 圣经中哪一卷书对你的影响最大？
ii. 你最想学习的技能是什么？
iii. 你喜欢做什么运动？
iv. 你更喜欢在家里的电视上看电影，还是在电影院的大屏幕上看电影?为什么？
v. 你从父母那里学到了什么怪癖？
vi. 在你的成长过程中，你最喜欢的电视节目是什么？
vii. 辛苦一天后，你会做什么来放松自己？
viii. 你最喜欢做什么家务？
ix. 你最近迷上了什么电视节目？
x. 当你还是个孩子的时候，你想长大后要做什么？
xi. 你的第一份工作是什么？
xii. 在你的成长过程中，谁对你影响最大?

返回顶部

<u>鼓励开始沟通</u>

1. 旁若无人

组长说“两个人在你面前说暗语，对你视若无睹，你感觉如何？”

i. 两人一组，秘密地在房中选一件物品作为讨论目标，在众人面前讨论时，不可提示物件名称。其他组员听后尝试寻找出答案。

ii. 轮流讨论竞猜。

iii. 完结时，组长要指出旁若无人的沟通方式，是令别人难受的。

2. 感谢主…

i. 带领者请每位组员思考一件生活中经常发生的不顺心的事，例如「下大雨却没带雨伞」、「上班没赶上公车」、「在办公室被老板当众责骂」等等。

ii. 从带领者开始，说出一件不顺心的情况，例如「下大雨却没带雨伞」，右手边第一个人要立刻说「感谢主，」接着说出对这个情况的一个正面意义，「我可以享受雨中漫步的滋味」。

iii. 回答完后，轮到这位组员提出一个不顺心的情况，下一位说出正面意义，以此类推，直到绕完一圈，回到带领者这里。

iv. 最后由带领者带领大家祷告，感谢主赐给我们正面的角度来看待逆境。

3. 为生命中的大小事感恩

每位组员轮流说“我感恩，因为。。。。。”，比如“我感恩，因为今天我有一个健康的身体可以去上班”等句子；组员一直轮流分享直到带领者说“停”为止，带领者可以让组员有10分钟来分享。

4. 彩虹旅程

i. 组员轮流分享一种自己最心爱的颜色。

ii. 组员再选一种颜色表示本周的心情或经历，可先讲其他组员猜，说出原因，最后由自己揭露及分享感受。

5. 感恩的心

目的:培养感恩的心，感谢神在我们生命中奇妙的作为。

我们的神是大能的神，行神迹的神，请分享神在你生命中所行的一件奇妙的事情，每个组员分享完毕后，组长带领做感恩的祷告。

6. 毕加索

材料:笔和纸

i. 组长先预备数张画了圆形的纸。最好有多张。

ii. 每两人配对比赛。

iii. 开始前，每一组合背对背而坐。

iv. 在指定时间内，一人负责讲圆形，另一人则负责画圆。画圆的人，只可听不可问，也不可让讲的人看到。

v. 时间到，就看谁画得快而准。

vi. 也可对换角色。

备注:

I. 这游戏可看到各人不同的沟通问题。

II. 组长可在游戏后，讲解沟通的艺术和重要。

7. 领受神无条件的爱

组员们轮流分享自己曾经被亲近的人拒绝或错怪的感受。组员分享过程中组长和其他组员们要专心的倾听，组长要以点头和肢体语言表示理解和感同身受，可以复述讲话人的感受和体会让分享的组员有一种被认同和接纳的感受。

最后组长带领大家祷告:让我们先领受神无条件的爱，因着主耶稣基督在我们还做罪人的时候为我们死，使得我们有圣洁的能力在人际冲突中得胜并从心底原谅和饶恕带给我们伤害的人。祷告结束时两个人一对，代表天父给对方一个紧紧的拥抱。

8. 忧愁变喜乐

所有组员围成一圈坐下，由一人开始分享最近遇到的烦心或难过的事或感受，右手边的人要把上一个人所说的，换一个角度变成积极的并值得感恩的，轮流分享，结束时大家把荣耀和赞美归于神。并宣告，时时，事事依靠神相信神的计划。

9. 宣泄和疏导的渠道

现代都市生活中人们时常面对不同的压力，在面对压力时，需要正确的宣泄和疏导的渠道。

现在请大家轮流分享一下当你自己在面对压力时，你通常以什么方式减压，并说明为什么你喜欢以这种方式减压。最后组长总结并祷告恳求神给我们智慧在面对生活的压力时，以健康的方式疏解压力而不是以放纵的方式，凡事为荣耀神而行。

10. 依样画葫芦

i. 带领者发给每位组员一张A4废纸。

ii. 组员彼此背对，不可以看其他人，也不可以发问。带领者先预备一个比较简单的剪纸流程，例如"对折，再对折，撕掉右上角，再对折，撕掉左上角和右下角，再折成三角形，撕掉一角"。最后让大家打开来看，此时应该会有各种各样不同的图案出现。

iii. 接著带领者再发另一张纸给组员。这次将组员分为3-4人一组，各组派一名组长。组员还是不可以问，也不可以看他人（包括自己小组的）。此时带领者操作给组长看（不出声），由组长"口述"，分别告诉自己的组员要如何折才能准确操作。例如：将纸对折，再对折，封闭的角朝右下方，撕掉左上角大概一元硬币的一半，再对折，撕开的一面朝外，面对自己，在左下角。撕掉右上角…等等。结束后让大家打开纸张，看看哪一组折得最正确。

iv. 彼此分享心得或感受，并讨论第一次和第二次的不同，正确与错误的原因。

v. 带领者祷告，感谢神赐给我们清楚的指令（圣经），我们愿意顺服！

11. 背后画图

所有组员站在另一组员的后面排成一排，每位组员的背上都贴上一张纸，负责人在最后一位组员的背上的纸画图或写字。组员感觉背上的图画之后，画在前面组员背上的纸，然后依序向前画，第一位组员就要猜自己背上的画是什么。

注意：不能设计太难或太简单的图形或字。最后负责人要做总结：话语经过一群人的传达，很容易造成许多扭曲和误解，正如背后图画、写字传到后來会乱七八糟一样。因此一些事情直接沟通是很重要的！

12. 不再孤单

请每个组员造句：

i. 当…的时候，我会觉得孤单。(鼓励组员想出一个让他感觉孤单的情境或事件。但留意这个事件不要攻击到小组中的其他组员)

ii. 孤单的感觉就好像… (鼓励组员用画面或语言图像或词组来形容)

iii. 组长(或旁边的组员) 可以复述刚才发言的组员的语意, 让组员觉得被了解

如果组中人数较多, 可以4人分成一个小组来分享。

13. 安静聆听

大家围坐一起, 闭上眼睛, 侧耳聆听周围的声音, 持续5分钟。然后每个人分享自己听到了什么？当安静下来聆听的时候, 自己的感觉如何？

14. 借着信

让每个组员站起来, 围一个圆圈, 打开他们的左手掌, 并将其提升到站在他们左边组员的右肩。然后把右手食指放在右边组员的左手掌上。组长或带领者读希伯来书11章1-11节。每当读到"信"这个字时, 每个人都会关闭他们的左手掌, 并尝试抓住身边组员的右手食指。阅读完11节后, 找出最多时候抓住了他们的手指的人, 他就是赢家。最后分享信心乃讨神喜悦, 将带来神要我们经历的奇迹奇事、医治和祝福。

15. 信心胜过疑惑

i. 预备一个乒乓球和汤匙, 组员发一支汤匙(吃布丁那种小汤匙)。设定一段距离, 计时1分鐘, 试著用汤匙把兵乓球传到前面, 投入杯子中, 传送过程中只要球掉了, 就要换下一位, 重新再来。

ii. 预备一个兵乓球和很大的汤杓, 设定一段距离, 计时1分鐘, 试著用汤杓把兵乓球传到前面, 投入杯子中, 传送中只要球掉了就换下一位。

iii. 最后分别计算1分鐘内, 两种方式成功的次数。

游戏结束时, 组长可以总结地说:小汤匙就像小信心, 对神的话不肯定, 不容易成功;大汤匙就像大信心, 对神的话语有把握, 抓住神应许, 就能胜过疑惑。最后请大家给左右两边的人一个Hi-Fi说:抓住神的应许胜过疑惑！

16. 我像什么？

材料:一个大袋、内有钱包、玩具、茶包、膠布、钟、眼镜、 面罩、地图…(任何杂物也可以)

此游戏启发想象力

组员轮流在袋里拿出一件, 向众人解释为什么那物件可以代表他现在的小组生活, 或学业、事业、与神的关系、感情生活、家庭生活等。

17. 回应感受

材料：纸、笔、碗

每个组员两张纸一枝笔，组长说："这星期你的内心世界如何呢？"

i. 组员围圈坐，将自己现在的心情写在第一张纸条上，然后将纸条投入放在小组中间的碗。（可以写：忧愁、被拒绝、罪咎、需医治、悲伤、要有爱、要安慰、很痛苦、平安、被接纳、需盼望、求宽恕、喜乐、被爱等等）

ii. 组员随意取出一张，猜是谁的纸。

iii. 接着组员可以在第二张纸上写出一些鼓励的话或经文送给那组员。

iv. 组员分享现状。

v. 若有十分忧伤的组员，可以按手为他祷告。

18. 你感受如何？

让组员画一个表情符号，或面部表情来描述他们过去一周任何一天的感受。鼓励参与者分享引发这种情绪的事件。

注意：参与者参考他们的 WhatsApp 表情符号列表。

所需材料：纸和笔

19. 关于信心或信赖的分享

让组员分享以下两个问题：

- 他们真正信任和信赖的人是谁？为什么？

- 他们以前是否有过被背叛，或信错人的经历？发生了什么？（如果组员愿意分享）

20. 你有什么期盼**?**

组长: 你曾经用过"我希望它能成功"这个短语吗?

我们都曾在某些时候用"希望"这个词来形容我们所期待的事情。希望的确切定义是: 一种期待和渴望某件事发生的感觉。

我们中的许多人都说过这样的话: “ 我希望我能中彩票”，或者 “我希望我能找到一份更好的工作”，或者 “我希望他们还有橙汁”。我们总是用“希望”这个词，因为我们渴望某些事情发生。

请每个人分享一件他们希望在生活中很快发生的事情。

21. 压力清除系统

就像我们每天清理垃圾和废物，把它们拿出来或扔进垃圾槽一样; 当我们聚在一起时，我们也需要做同样的事情来消除压力。先进行三分钟的默想，然后让每个人都写下让他们感到压力的事情。当每个人都写完后，告诉他们以耶稣的名义把所有的压力都撕掉。把所有的碎片放在桌子上的一个碗里。

22. 智慧话语

每个成员挑选一句对他们目前情况有意义的圣经经文或名言，并分享这些话语对他们意味着什么或对他们有何启发。

注意 : 主持人以示例开始分享。

23. **“如果”**

在一张纸上写下 20 个“如果”问题，供您自己看，您可以使用下面写的问题，也可以自己想出。让第一个人选择一个数字，但不知道问题是什么。之后，您将读出问题，让他/她给出答案、评论或解释。下一个人会喊出另一个数字，并重复同样的操作，直到所有人都回答了您准备的问题。

这是一个简单的破冰游戏，可以让您的成员交谈并倾听小组中的其他人。

i. 如果您可以去世界上的任何地方，您会去哪里？
ii. 如果我给你 10,000 美元，你会把它花在什么地方？
iii. 如果您现在可以看您最喜欢的电影，您会看什么？
iv. 如果您可以和世界上的任何人交谈，您会选择谁？
v. 如果您希望今年有一件事实现，那会是什么？

vi. 如果您可以生活在任何历史时期，那会是什么时期？

vii. 如果你可以改变自己的任何方面，你会改变什么？

viii. 如果你可以成为别人，你会成为谁？

ix. 如果你可以回答任何问题，你会选择什么？

x. 如果你现在可以看你最喜欢的电视节目，你会选择什么？

xi. 如果你可以养任何宠物，你会养什么？

xii. 如果你 10 年后可以做你梦想的工作，你会选择什么？

xiii. 如果你必须对某样东西过敏，你会选择什么？

xiv. 如果你在公交车上坐在耶稣旁边，你会谈论什么？

xv. 如果金钱和时间不是问题，你现在会做什么？

xvi. 如果你有一天可以重活，你会选择哪一天？

xvii. 如果你现在可以吃你最喜欢的食物，你会选择什么？

xviii. 如果你可以学习任何技能，你会选择什么？

xix. 如果您被派往太空站居住三个月，并且只允许携带三件个人物品，您会选择什么？

xx. 如果您现在可以买车，您会买什么车？

返回顶部

鼓励团队合作和小组关系

1. 人椅

i. 所有组员围成一圈(前后是同性别，或是夫妻)，每个人将双手放在前一位的双肩上。

ii. 请所有组员闭上双眼，完全听从带领者的指令，全体一起缓缓地坐在身后组员的大腿上，再张开双眼。(带领者在大家坐稳后，也可以要求躺下，再坐起，或其他伸展动作)

iii. 带领者请大家轮流分享自己的感受，并引导组员思考同心合一，顺服带领的重要性。

2. 比手划脚

带领者把组员分成两组，把一些圣经人物的名字写在纸条上，其中一个人把抽出的人物以动作比划出来，不可以讲话，让组员猜，猜错就由另一组的组员猜。在规定时间内猜出最多的**赢**。

3. 爱祝福：

发给每个人一张白纸，有一点安静的时间，写下一句祝福的话，然后收回来折好，混在一起后，让每个人从中抽出一张（若是抽中自己的可以再放回去重抽），然后简单分享这句祝福的话给你的帮助或是带给你怎样的感受。

4. 三多足少

i. 全组一分为三小组（越多越好）。

ii. 一只手和脚各代表一分，即一个人有四分，手脚触地才算分。当带领者讲出一个数字，则各组便要以最快时间来组合。最慢的为输。例如：带领者说：“我要3。”而小组有四个人，那么应该有三位组员要单脚站立，有一位要被背起。

备注：带领者要预先计算好一个最大的数目，如小组只有三人，数目就不可大过12。

5. 谁爱邻舍**?**

请大家围坐成一个圆圈。
先选一人站起来问围坐在圆圈中的一人说：「A，请问你爱谁？」
若A回答：我爱我的邻舍，A左右的人都要起来换位子（站立的发问者要抢位子）。
若A回答：我爱B，同理B左右的人，要起来换位子（站立的发问者要抢位子）。
若A回答：我全部都爱，则所有人都要起来换并抢位子！（包括站立的发问者）。

可重复玩几次，最后可请大家为抢不到位子的人祝福。

6. 拼图——整体和部分

材料：笔，两张完整的图片剪成几小片

i. 大家在进入会场时，领到了一张卡片，但只是图片的一部分，进入会场后，需要去寻找其他组员手中的卡片，将其拼合成一副完整的图片。

ii. 大家要积极地寻找、询问、展示、合作，最终才能达成“联盟”，只有拼成完整的图片，才可以找位置坐下来。

iii. 把组合成的图片放置到桌面前方。

7. 你演我猜

i. 事先预备好表演题目(可以是成语，运动项目…)。

ii. 分组，每次派一个人出来表演，大家猜所表演的内容 。

iii. 在一定的时间内，分别计算所猜对的题目。

iv. 最后大家可以分享与人相处时，要如何表达自己与理解别人，以达到更好的沟通。

8. 猜字谜

先分为四至五人一组，游戏是一组一组完成的。游戏开始后，除了第一个人外，其他人必须转过去，因为组长会把已写好的字只给第一个人看。他看完以后叫第二个人转过身，然后用肢体语言在三十秒内向他表达所看到的字，第二个人就以肢体语言向第三个人表达，以此类推做到最后一个人。最后那人就要猜出组长所写的字是什么。

9. 最佳拍档

i. 组员坐成一个圆圈，组长在里面发号施令。

ii. 当组长指著某人大叫“大象”时，他便用手做成象鼻，左右两旁的人必须立即配合，做出象耳的模样。

iii. 组长可指著任何发号施令，例如：长颈鹿、树、白兔等，各组员必须合作及运用想像力来做动作。

iv. 这游戏讲求警觉性、创作力及合作性。组长可从各人的创作力及合作性來决定谁是“最佳拍档”。

10. 英雄事迹

此游戏增进组员之间的了解，建立更亲密的小组关系。

所有人围坐成一个圆圈。每人轮流说出一件自己所认为的只有自己做过，别人都没做过的事情。例如：我曾经放过女朋友鸽子。如果在场也有人这么做过，这个说的人就必须接受惩罚。

组长总结“神所赐给我们的，不是胆怯的灵，而是大能、慈爱、自制的灵。”

11. 传球接力

此游戏让大家亲身感受，放手越快就能更快地抓到下一粒球，速度会更快。如果整个小组都这么做，就能提高整体效率。

i. 准备20个适合用手传递的小球，放在一个容器中（例如：乒乓球，海洋球，网球）

ii. 请组员围成一圈，从第一个人开始传球，第一个人把球一个一个地传给下一个人，传到最后一个人时，最后的人把球放入另一个容器中，这样直到最后一粒球被最后那个人放入容器中为止。

iii. 整个过程从开始到结束，请主持人用计时器记录时间。可以重复玩2-3次，看哪次时间最短。如果小组人比较多，也可以分成两组（人数要一样多），比赛哪组更快。

12. 一块钱、两块钱

i. 根据男女组员不同比例，比如男生远远大于女生比例的话，女生就当“2块钱”而男生则是“1块钱”；如果女生比例远远大于男生的话，女生就当“1块钱”而男生则是“2块钱”。

ii. 根据组长说的钱数，所有组员组成相应的数字，没组成符合要求的数字的，均被淘汰。比如，组长喊7块钱，所有组员就组成一个小组，这个小组所有人的面值加起来应该是7块钱，没有组成小组的组员将被淘汰。

iii. 剩下的人继续组合，直到4-5人为止，游戏结束，可以给剩下来的人颁发奖品。

13. 工具箱

此游戏让大家了解，我们要恩赐互补，成为一个团队一起服侍才能达成目标。

i. 做一些卡片，在每张卡片上写一个工具的名字。例如钉子，锤子，锯子，打磨纸，刨子，木头等。

ii. 请组员每人抽一张卡片。

iii. 组长布置一项工作，比如请做出一把椅子。让组员们使用各自有的工具，一起合作完成。（不是真的去做，而是用想像写出用什么工具做什么）。

14. 勇敢摆下去

游戏分为2到3组，每一组的组员把自己所有的物品，包括手机，钱包，手表，卡等等，但不包括卷纸、皮带或鞋带等物品。每组选出一个组长，在带领者说开始以后，组长与组员开始把该组的物品摆成一条长线，在规定的时间内哪一组摆得最长就取得胜利。

15. 我们力量的来源

道具:卫生纸

此游戏鼓励团队合作、神是我们力量的来源

i. 3人1张卫生纸。

ii. 主领者将卫生纸从高处往下放

iii. 3人同心协力朝卫生纸用力吹气，不让卫生纸往下掉。

iv. 要求:只能用口吹。

16. 越多越好

材料:纸，笔

将小组分成 3 到4 人一组。分给每组一张纸和一支笔。

带领者决定每一轮游戏的类别，如:地铁站、国家、水果……。每组必须在 1 分钟内写下属类别的答案，写越多越好。带领者检查每一轮游戏的答案，一个答案得一分。得分最多的一组获胜。

类别	例子
1. 地铁站	淡滨尼，金文泰，兀兰……
2. 亚洲国家	马来西亚，中国，印度……
3. 热带水果	榴莲，香蕉，西瓜……
4. 陆地动物	大象，猴子，牛……
5. 本地艺人	郑惠玉，朱厚任，李心钰……
6. 冰淇淋口味	草莓，芒果，玉蜀黍……
7. 药材名称	当归，人参，杜仲……
8. 花名	胡姬花，大红花，菊花……

17. 开始数数！

整个小组将轮流从 1 连续数到 30。(即 甲说“1”，乙说“2”，丙说“3”等)这似乎很容易，但也有一些规则。如果违反任何这些规则，您将不得不从 1 重新开始计数。

🎬两个人不能同时说话。

🎬两个人之间不能有超过 2 秒的停顿

🎬你后面的人不能和你前面的人是同一个人。

一开始可能会令人沮丧，但这需要一点练习才能正确快速地完成！如果时间允许，试着花时间看看你花的时间有多快，然后试着打败时间！

18. 拼凑诗篇 - 诗篇 **91**

打印出诗篇 91，将 16 节经文剪成条状，放入碗中搅拌均匀。让小组翻开圣经，大声朗读诗篇 91，并尽可能记住。您可以反复阅读圣经几次。然后让每个人拿起剪下来的碎片。挑战小组在尽可能短的时间内将诗篇 91 拼凑起来，尽量少参考圣经或不参考圣经。您可以重复游戏以获得最佳结果。

19. 堆叠杯子

组员通过 4-6 人团队合作来解决问题。他们使用绳子和橡皮筋制作一个工具，可用于将一组杯子堆叠成金字塔。团队成员必须合作完成以下任务：

1. 拉动绳子以展开橡皮筋
2. 将橡皮筋绕在杯子上
3. 松开绳子，让橡皮筋抓住杯子
4. 拿起杯子将其堆叠起来
5. 不能用手触摸杯子。

以下是游戏玩法视频：https://www.youtube.com/watch?v=N-12Xd607nw

20. 翻转杯子井字游戏

将组员平均分成两队，面向桌子排成两排。为桌子上的每队准备适当数量的杯子。使用遮蔽胶带在桌子上画出井字游戏图。

游戏开始时，每个组员跑到桌子旁，每人拿一个杯子。从桌子的一端开始，组员将塑料杯面朝上放在桌子边缘，只用一只手尝试将其翻转，使其面朝下落地。提示：确保杯子有一点悬在桌子末端。

一旦组员成功翻转杯子，他将杯子放在井字游戏图的任何空白处。然后下一位组员开始他的回合，依此类推。

第一个翻转井字游戏框中所有形成直线的杯子的团队获胜。

您可以在以下链接中观看视频 0.46 秒处的此游戏玩法：
https://www.youtube.com/watch?v=k9UGQhz3vPg

返回顶部