



管理游戏宝典

破冰游戏

The Big Book of
Icebreakers



简短、有趣的活动

创造和谐关系

建立高效工作环境

[美] 伊迪·韦斯特 著
冯涛 俞瑶 译

上海科学技术出版社

破冰游戏

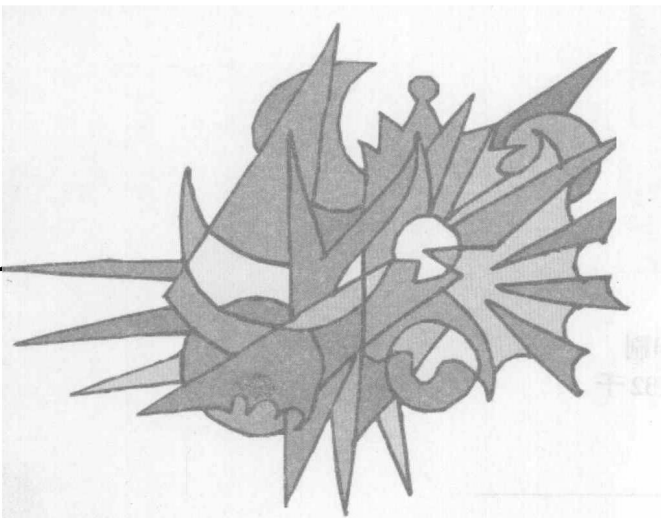


➡ 65 个短小、有趣的活动

➡ 使会议和工作环境充满活力

[美] 伊迪·韦斯特 著
冯涛 俞瑶 译

上海科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

破冰游戏/(美)韦斯特著;冯涛,俞瑶译.

—上海:上海科学技术出版社,2003.9

(管理游戏宝典)

ISBN 7-5323-7142-5

I.破... II.①韦...②冯...③俞... III.人间关系—
通俗读物 IV.C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 059683 号

The Big Book of Icebreakers

Original Edition

Copyright © 1999 by McGraw-Hill Companies, Inc

Chinese (Simplified Characters) Edition

Copyright © 2003 by Shanghai Scientific & Technical Publishers

All RIGHTS RESERVED

责任编辑:姚晨辉

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路450号 邮政编码200020)

商务印书馆上海印刷股份有限公司印刷

新华书店上海发行所经销

2003年9月第1版 2003年9月第1次印刷

开本 889×1194 1/24 印张 9.5 字数 132 千

印数 1—5 200

定价:28.50 元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题,

请向本社出版科联系调换

致 谢

在此，十分感谢理查德·纳拉摩尔，是他建议我写这本书，还有我的儿子罗恩·格林，他帮我校对、编辑并给我鼓励；我的丈夫格伦·韦斯特，他倾听、微笑并给我支持，同时特别感谢上帝，赐给我家庭、朋友和欢乐。

伊迪·韦斯特



简 介

破冰游戏可以很自然地在任何时间应用于工作中。员工们可以通过讲述一个传奇逸事或者个人经历来开始员工会议，人们可以利用这些活动为生日、退休、祝贺或者成功而计划各种庆祝活动等。在这些场合，破冰游戏很重要，因为它们可以为之增加情感价值。破冰游戏可能不是必需的，但总是人们所需要的。破冰游戏鼓励个人敞开心扉、培养幽默感，尊重他人和他人的观点、思想和创新。破冰游戏为大家提供从繁杂的日常生活中解脱的机会。最重要的是，游戏参与者将会允许别人开自己的玩笑。

破冰游戏的重要内容

破冰游戏为健康的生活送去了隐喻的内容。下面是本书中破冰游戏的一些重要内容：

员工会议的破冰游戏。员工会议可以成为大家开怀大笑、创新、自我公开、相互欣赏、娱乐的场合。

销售会议的破冰游戏。销售会议可以充满活力、欢声笑语、创新、挑战并富有成效。

完全陌生人的破冰游戏。你可以迅速、自然地 and 陌生人结识、欣赏并加深了解。
适合 20 或更多人的破冰游戏。你可以在一个大型组合中迅速地和他人结识，在大型组合中获得快乐并具有创造性非常容易，这是由于大型组合可以为活动带来很多活力。

团队建设的破冰游戏。互相依存对所有各方都有意义。成为团队中的一员就打开了通向成功之门，这是个人独自工作所无法体验的。我珍惜团队中的每个人，同时他们也珍惜我。

纯粹娱乐的破冰游戏。纯粹的娱乐有助于身体健康。

介绍主题的破冰游戏。换一种角度看一个主题总是有益的。



户外破冰游戏。体力活动可以建立正面的互动。

自我公开的破冰游戏。人们可以获得增强双方理解的信息。

适用于拘谨保守派的破冰游戏。解除你的防御和他人交往是件好事。

给使用者的提示

任何人都可以使用破冰游戏,但成功地使用它们需要练习和技巧。练习可以使领导者体验足够的成功并在选择、恰当使用破冰游戏时信心十足。获取技巧意味着提高游戏的趣味性——不停地变换体验。

何时使用破冰游戏并没有严格、便捷的规则,但至少一开始就应该明确它们具有和计划相关的最佳应用。在准备使用破冰游戏时,向自己提出以下问题:

我为什么会想到使用一个破冰游戏?换句话说,破冰游戏可以给这一情况带来什么好处?

如果我不使用破冰游戏的话会有什么结果?

什么样的破冰游戏才可以创造所需的经验?

这组人该如何面对破冰游戏?

我该如何介绍、发展并结束它?我怎样知道它是否成功?

使用破冰游戏最坏的可能是什么?我如何应对它?

破冰游戏的开场白和结束语

破冰游戏的成功往往取决于它的开场白和结束语。下面是一些我曾经成功使用过的开场白和结束语。

开场白……

“既然我们不认识,我想花几分钟时间了解一下可能会有好处。”

“既然我们马上就要休息一会儿,我想我们可以先介绍一些各自的信息,以便我们在休息结束后进一步互相了解。”

“对团队来说,习惯于相互协作很重要,所以在这里我们将有机会练习一下。”



“我将要求你做一些你自己可能根本不会去做的事。但是，这个任务和我们今天的活动有关。”

“团队成员如果互相了解，通常会合作的更好。我有个活动可以使我们互相了解，并使大家开心。”

“现在我们将做一个破冰游戏。我知道，对你们中的一些人来说，这可能意味着痛苦不堪，但是想想看，你参与其中可能会让那些想做这些事的人更加快乐。”

“事事都有原因，我刚才那样讲的原因是我将介绍一个你们可能不会马上了解其目的的活动，相信我，最后我会解释它和我们今天到这儿来的关系。”

“我们已经坐了很久，该直接开始了。”

“弄清楚谁是你的朋友和谁是你的敌人很重要，下一个活动里，你最好期望房间里的人都是你的朋友。”

“我把我曾写作破冰游戏图书的情况都放在了自我简介的结尾。读过之后，你们可能已经知道我在开始想做什么了。”

现在，请你们增加一些自己的开场白……

结束语……

“谢谢大家让我充分展示了一次。”

“并不太坏，是不是啊？”

“现在，我们都知道对方的怪僻了，没什么好担心的了。”

“你们已经很好地证明了你们是很棒的团队，至少在破冰游戏中是这样。”

“我希望你们已经了解到自己和他人的……是很有用的。”

“大家了解对方了吗？”

现在，请你们增加一些自己的结束语……



伊迪的十大破冰游戏

1. 大家来上车 适合任何大型组织的训练。
2. 豆子袋掉了 有人说投掷东西可以治病。
3. 再来一次 我们因自己与众不同而骄傲，可事实呢？
4. 超级握手 你将想起你最近的一次邂逅。
5. 你知道他是谁 你能超过这个吗？
6. 掏包游戏 我们靠自己生活。
7. 运动的诗 一点点韵律将会使我们很开心。
8. 骑马的牛仔 在牲畜栏里呆一晚。
9. 重复练习 练习，练习，练习……
10. 黄页 让手指代替脚。



“找到最佳破冰游戏”

图表

	员工会议	销售会议	完全陌生的人	20或更多人的组合	团队建设	纯粹娱乐	介绍一项主题	户外活动	自我公开	拘谨保守的人	等待开始	日常生活	高智商	页码
大家来上车			•	•		•		•						115
到达和离开	•						•			•		•		99
行李问讯			•			•					•			35
豆子袋掉了		•		•		•		•				•		83
最大的交易		•	•			•						•		179
年龄顺序		•		•					•					19
生日			•	•							•	•		186
公文包贴纸		•			•		•				•		•	161
模仿犬叫			•	•		•								51
有用的反馈							•		•	•				102
不断的改进	•	•								•				147
疯狂标题		•			•									67
多米诺骨牌竞赛						•	•			•				85
再来一次		•	•	•										21
第一份真正的工作			•		•		•		•		•		•	70
超级握手		•	•							•				24
手指爵士舞		•		•		•								27
生日快乐				•		•			•			•		131



(续表)

	员工会议	销售会议	完全陌生的人	20或更多人的组合	团队建设	纯粹娱乐	介绍一项主题	户外活动	自我公开	拘谨保守的人	等待开始	日常生活	高智商	页码
心连心	•				•	•								3
高音	•	•					•							5
如果我有一个锤子						•	•						•	104
我的责任	•		•				•				•			168
排列图形				•		•		•						117
你知道他是谁			•	•		•								38
职业市场		•	•	•		•						•		54
开启心灵的钥匙					•	•			•					133
排队				•	•	•								72
最长的清单		•			•	•							•	194
并购		•											•	201
最像我			•		•				•					136
车迷			•		•	•		•		•				87
自然之音					•		•			•				107
新团队					•		•			•				75
新闻和观点				•						•	•		•	164
俏皮话	•									•		•	•	197
开场白			•	•			•							40
推卸责任		•	•	•										57
独特性		•	•			•					•			89
恐惧狂躁症			•			•				•			•	149
掏包游戏			•		•	•	•			•	•			42
一块接一块	•				•					•				8
运动的诗				•		•		•						92
铁人三项全能		•		•				•	•					120

(续表)

	员工会议	销售会议	完全陌生的人	20或更多人的组合	团队建设	纯粹娱乐	介绍一项主题	户外活动	自我公开	拘谨保守的人	等待开始	日常生活	高智商	页码
预测		•			•	•	•		•				•	191
重复练习		•		•			•							59
投资回报率	•						•			•		•		184
骑马的牛仔				•		•		•						123
交通标志		•					•			•				151
西蒙说			•	•	•					•		•		61
声音冲浪					•	•		•				•		182
体育爱好者			•	•	•	•								45
星光灿烂	•				•				•					11
从头开始					•				•		•	•		172
显著的相似之处					•			•	•					139
评选最佳					•	•			•					77
爱的色彩			•		•				•					142
数字游戏					•						•	•	•	177
制造人浪			•	•						•		•		126
挑圆片	•						•			•				154
交易工具			•				•			•			•	199
交通噪声		•												30
警告信号					•		•						•	110
你将怎么做	•				•				•		•			166
黄页	•				•		•				•			14
书如其人	•								•	•				156





致谢 1

简介 3

“找到最佳破冰游戏”图表 7

第1章 员工会议的破冰游戏 1

📁 心连心 3

📁 高音 5

📁 一块接一块 8

📁 星光灿烂 11

📁 黄页 14

第2章 销售会议的破冰游戏 17

📁 年龄顺序 19

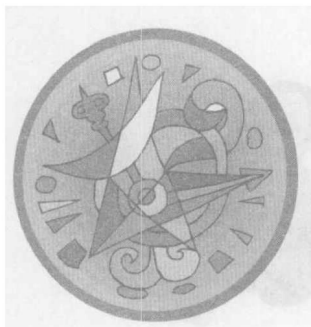
📁 再来一次 21

📁 超级握手 24

📁 手指爵士舞 27

📁 交通噪声 30





CONTENTS

第3章 完全陌生人的破冰游戏 33

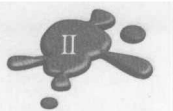
- 📁 行李问讯 35
- 📁 你知道他是谁 38
- 📁 开场白 40
- 📁 掏包游戏 42
- 📁 体育爱好者 45

第4章 适合20或更多人的破冰游戏 49

- 📁 模仿犬叫 51
- 📁 职业市场 54
- 📁 推卸责任 57
- 📁 重复练习 59
- 📁 西蒙说 61

第5章 团队建设的破冰游戏 65

- 📁 疯狂标题 67
- 📁 第一份真正的工作 70
- 📁 排队 72





📁 新团队 75

📁 评选最佳 77

第6章 纯粹娱乐的破冰游戏 81

📁 豆子袋掉了 83

📁 多米诺骨牌竞赛 85

📁 车迷 87

📁 独特性 89

📁 运动的诗 92

第7章 介绍主题的破冰游戏 97

📁 到达和离开 99

📁 有用的反馈 102

📁 如果我有一个锤子 104

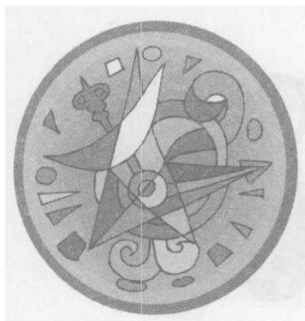
📁 自然之音 107

📁 警告信号 110

第8章 户外破冰游戏 113

📁 大家来上车 115





CONTENTS

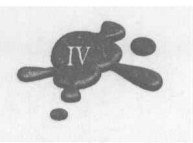
- 📌 排列图形 117
- 📌 铁人三项全能 120
- 📌 骑马的牛仔 123
- 📌 制造人浪 126

第9章 自我公开的破冰游戏 129

- 📌 生日快乐 131
- 📌 开启心灵的钥匙 133
- 📌 最像我 136
- 📌 显著的相似之处 139
- 📌 爱的色彩 142

第10章 适用于拘谨保守派的破冰游戏 145

- 📌 不断的改进 147
- 📌 恐怖狂躁症 149
- 📌 交通标志 151
- 📌 挑圆片 154
- 📌 书如其人 156





第11章 等待开始时的破冰游戏 159

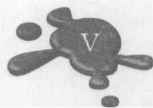
- 公文包贴纸 161
- 新闻和观点 164
- 你将怎么做 166
- 我的责任 168
- 从头开始 172

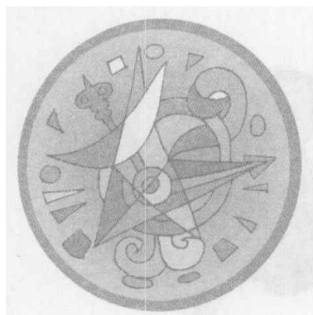
第12章 日常生活的破冰游戏 175

- 数字游戏 177
- 最大的交易 179
- 声音冲浪 182
- 投资回报率 184
- 生日 186

第13章 高智商者的破冰游戏 189

- 预测 191
- 最长的清单 194
- 俏皮话 197





CONTENTS

📌 交易工具 199

📌 并购 201

关于作者 204

(

