

工作现场、企业培训课和团队会议 拿来即用！

58¹/₂ 个

即兴培训游戏



[英] 保罗·Z·杰克逊 著
王德伦 张春明 译

58¹/₂ Ways to Improvise in Training:

Improvisation Games and Activities for Workshops, Courses and Team Meetings

国际文化出版公司

58 $\frac{1}{2}$ 个

即兴培训游戏

[英] 保罗·Z·杰克逊 / 著

王德伦 张春明 / 译



国际文化出版公司

58 $\frac{1}{2}$ Ways to Improvise in Training

图书在版编目(CIP)数据

58½ 个即兴培训游戏/[英]杰克逊著;王德伦、张春明译.

—北京:国际文化出版公司,2005.1

书名原文:58½ Ways to Improvise in Training: Improvisation Games and Activities for Workshops, Courses and Team Meetings

ISBN 7-80173-411-4

I .5... II .①杰... ②王... III.企业管理-员工培训

IV.F272.92

中国版本图书 CIP 数据核字(2005)第 005011 号

著作权合同登记号 图字:01-2005-0615

58½ Ways to Improvise in Training: Improvisation Games and Activities for Workshops, Courses and Team Meetings by Paul Z. Jackson

Copyright©2003 by Paul Z. Jackson Illustrations by Les Evans

Simplified Chinese translation copyright©2005 by International Culture Publishing Corporation

Published by arrangement with Crown House Publishing

58½ 个即兴培训游戏

-
- | | |
|------|--------------------------|
| 著 者 | [英] 保罗·Z·杰克逊 |
| 译 者 | 王德伦 张春明 |
| 策 划 | 北京雅图考奇图书发行有限公司 |
| 责任编辑 | 仲年 |
| 封面设计 | 美信书装工作室 |
| 出 版 | 国际文化出版公司 |
| 发 行 | 国际文化出版公司 |
| 经 销 | 全国新华书店 |
| 印 刷 | 北京市耀华印刷有限公司 |
| 开 本 | 787×1092 16 开 |
| | 10.5 印张 80 千字 |
| 版 次 | 2005 年 1 月 第 1 版 |
| | 2005 年 1 月 第 1 次印刷 |
| 书 号 | ISBN 7-80173-411-4/F·037 |
| 定 价 | 22.00 元 |

国际文化出版公司地址

北京朝阳区东土城路乙 9 号 邮编:100013

电话:64271187 64279032

传真:84257656

E-mail:icpc@95777.sina.net

献 给

我忠诚、可爱的家人

致 谢

我要感谢所有那些慷慨地把自己培训机构的游戏与我分享的人。在这些培训机构当中，我记得最主要的有霍勒巴赫、李·辛普森、伊恩·萨维尔、克里斯·索尔兹伯里、默里·埃德森和乔治·普莱兹。

例如，乔治向我介绍了“新游戏”的概念，这在《银弹》（*Silver Bullets*）和《新游戏指导手册》（*The New Games Handbook*）等书中都做了详细的解释。这两本书中引人入胜的历史知识，使我们想起了那些凭着良知反对越战的人。

书中一些戏剧风格的游戏则要感谢基思·约翰斯顿、奥古斯特·伯奥、维奥拉·斯波林等培训机构。除了约翰斯顿的培训机构以外，我没有兴趣参加其他机构的活动或者游戏，但是他们的书总能给人启示。如果他们的游戏方法在本书中发生了变化，那么不要惊讶，因为当你尝试这些游戏时，它们可能又变了。只要能让游戏为参与者提供满意的感受，能激发与工作相关的联想，那么你的目的就达到了。

我要感谢校园假日工作小组的迈克和朱迪·弗里曼。几十年来，他们为我提供了一个平台，我们最初的一些活动和一些志愿者的实践都是在他们的帮助下完成的；我还要感谢BBC的经理人，他们在相当有趣的管理培训项目中最早运用了这些游戏活动。

游戏方面的书籍还有许多，其中大部分书我都已浏览了（只要是不同的）。只要买了这本书，你就不需要再买其他任何一本书了。你已经买了，对吗？

此外，我还要感谢马克·麦克高的友谊和专业支持——实际上是他首先建议我写这本书的。另外，衷心地感谢高尔出版公司（Gower）和皇冠出版社（Crown House Publishing），感谢他们对我的一贯支持和鼓励。

前 言

伟大的教诲是艺术，艺术家的特点从未有过改变。他们是少数具有天赋的人，他们会把任何问题当作乐趣去学习。在他们看来，最枯燥的问题都是生活中的闪光点，而生活又会为你展示更多的东西。在这本新书中，保罗·杰克逊已经为所有想把教育发挥最大效益的人捕捉到了伟大教育艺术的本质。

正如他的畅销书《即兴学习——如何使你的培训充满创造力且灵活而同步》（*Impro Learning — How to Make Your Training Creative, Flexible and Spontaneous*）一样，保罗为我们提供了即时有效的技能。他深邃的洞察力、丰富的哲学知识和专业技能成了教室里最直观的工具。实际上，这本培训手册在企业培训部门、培训课程或短暂的会议中都可以为你所用。

当参与者的评估反馈回来时，你尽可期待最高的评价。因为，有了保罗·杰克逊的帮助，学习就变成一种乐趣，同时还能激发创造力、人际交流、参与、思考和自我表达能力。

一方面，本书巧妙地介绍了这些游戏的操作技巧。或者，如果你愿意，你可以把这些技巧和作者建议的变化形式结合起来，这样你可以随时更改这些技巧，以适合自己的具体培训要求。在这一点上，本手册是教室培训成功的阶梯。

另一方面，本书给你带来了巨大的转变。促使你转变的是一种“即兴能量”。一旦你抓住了这种能量，并把它传递给你的参与者，那么你就永远拥有了这种能力。你会对此入迷，他们也不会例外。

你可以在自己能接受的水平上任意使用这本书。由于我亲自参加了保罗·杰克逊的培训课，所以我可以告诉你，他的技巧能使你迅速实现你所希望的或者所需要的结果。在我的培训课中，我亲自把即兴能量转移给参与



者，因而我知道再没有比这更好的教学方法了。

我极力推荐你阅读和使用这本书。在保罗·杰克逊邀请你参加游戏时，采取大胆的步骤把这些思想转变成你伟大艺术的一部分吧。

保罗·R·谢勒

Wayzata学习策略公司总裁，《十倍速阅读法》的作者

美国明尼苏达州

导 言

本书是为培训师以及任何需要迅速激发他人活力的人专门撰写的。每一种游戏活动都是即兴的，它能产生一种我称之为即兴能量的东西，而且这种即兴能量会在游戏参与者中传递。当你看到置身其中的人们迅速参与到各项活动中时，你就能更深刻地认识到什么是即兴能量了。活动中，人们通常十分投入，笑声不断。当一项游戏开展得质量高或看上去很容易完成时，即兴能量就会在人们中间传递。

虽然这些游戏活动只是简单地被当作破冰船来使用，但是它们都承载着实质性的内容。也就是说，游戏的主导者可以用它来引发对各种主题的讨论（这一点通过游戏的名称就能看出来），因为在开展这个活动的时候，参与者将会对这个主题有切身的体验。

本书是我的作品《即兴学习》的姐妹篇。你也可以在平装本的《激励型培训师》（*Inspirational Trainer*）中找到更多这样的游戏活动。

素材来自哪里？

我曾经与许多不同的人探讨过这些游戏的设计，他们都为此做出了贡献。从少数拒绝合作的人那里，我学会了如何调整这些游戏，从而让他们能更从容地面对挑战。

这些改变还能适应那些“我的腿瘸/背部有伤/心脏有问题”等这类人的情况。那些认为自己不是很喜欢这些游戏的人发现，当他们看到参与者这么兴致勃勃以及在游戏中有这么收获的时候，他们也都参与到其中。

在培训中，培训师的幽默能够创造更多的成功，而不是恐惧或者挑战。如果毫无思想压力、一身轻松地去参与，效果会更好。我建议在游戏中可以加入任意放弃参与权的规定。如果游戏中有你不想做的事，那就不必做。我



们认为，观察参与者的现场反应具有同样重要的意义。

然而，我一直希望每个人都能参加，自信地按照要求完成所有的活动。游戏的价值在于参与，它会让参与者在即兴活动中学会即兴发挥的能力。通过观察，你只能学会如何观看即兴创造。也许你能看出一些技巧，但是你已经错过了实践它们的最佳时机。

他们获得了什么？

反馈情况表明，这些活动的影响不只是一个层次的。身体活动可以热身，并有可能消除团队成员间的隔阂。语言游戏活动可以是一种培养创造力和提高头脑灵活性的训练。

许多游戏活动都是共同创造的过程。有些游戏能培养各种能力，通常是通过加强参与者的自我表现而实现的。参与者能够从中培养创造力，提高灵活性和增强自信心。

此外还有一个比喻的层次，专业培训师从来不会简单地把游戏看做是一个破冰船或者仅仅增加一些变化而已。游戏的艺术在于把游戏和培训课或培训机构的主题联系在一起，它是主题内容的一个比喻或示例。例如，“你乒乓”游戏就清楚地表明，对待犯错误的轻松态度是如何使以后少犯错误。

看一看“讨论”部分的问题，你就会发现许多游戏的比喻意义。这些问题以培训师联想到的一些工作中的相似或相关经历为基础，通过即兴活动激发参与者去思考。例如，分析一下“故事串接”游戏中“讨论”部分，你会发现，它们针对的是譬如果断、坚毅和承担责任等能力。

视觉能力、口头表达能力和身体素质的三角形图标

每个游戏都设计在视觉能力、口头表达能力和身体素质的三角形内。这将有助于读者选择一个更适合自己的所需内容的游戏，如“培养敏捷性和活力的游戏”中的“鲨鱼岛”游戏，它需要比其他游戏更多的体力；“智慧游戏”中的“你应该说什么”游戏需要口头表达能力，而“场景游戏”中的“虚拟的房间”游戏需要同等程度的视觉能力和体力。

那些处于三角形中间的游戏活动将大约需要同等程度的口头表达能力、



如果你在会议上要发表长篇大论，则要从其他角度选择一个能够提高参与者活力的游戏。

在实施这些游戏时，我有时候发现，对游戏的解释说明比游戏本身更复杂。我们赶快开始，好让大家尽快明白游戏的玩法。我在这里已经尽可能清楚地做了说明和指导，不过你可能发现有些事情必须亲自经历才会明白。如果你有任何不明白的地方，或者你有一些自己喜欢的其他游戏，请告诉我（我的电子邮件地址：paul@impro.org.uk），我将尽量帮助你。

游戏说明

参与人数	时 间	能量消耗 等级	个 人	团 队	视觉能力	口头表达 能力	身体素质
2-100	5分钟	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★

游戏的等级

上面表格中所示的等级是按以下方法确定的：

参与人数

这是每个游戏建议的参与人数。人数范围通常以其中的每个成员感觉合适为宜。你也可以超越这些建议，用自己的方法确定人数。

时间

完成游戏一般需要的时间（0-60分钟）。本书中的游戏没有超过一小时的，许多游戏都是在5分钟内完成。

体力

参与者做游戏时消耗的体力。从安静到疯狂共分5个星级。

个人/团体

这个变量表明游戏是适合于个人学习还是团体发展。星级越高，表明它越适合该项能力的发展。本书中的大多数游戏都是既适合个人又适合团体的。

视觉能力、口头表达能力和身体素质

这个指标是用来测量参与者在游戏中在多大程度上调动了视觉、语言和



身体的能力。这可以与“导言”中的三角形指标进行前后对照，三角形指标也是将游戏活动置于了视觉—语言—身体的框架内。

游戏符号



培训师说

这些是培训师在组织游戏活动中所用到的说明。实际上，我不是建议你一字不差地使用我的语言，因为我不知道它们是否适合你的风格或者是否恰好符合你游戏活动的环境。

当然，这可能是开始进入游戏的最简单方法。



铃声

摇铃停止游戏活动，进行新的说明或者补充解释。和谐的铃声一般要比裁判员的哨声更使人感到舒服。如果两样都没有，你当然也可以拍手。



场外指导

通过场外指导，就可以在游戏进行的过程中给予整个团队或者有需要的成员以指导。当游戏活动达到高潮时，你可以说话（或者大喊），包括进行鼓励、指导和直接的提示。



讨论

这部分是用来引发思考和讨论的问题，或者在中途插入，或者在活动主要部分结束时提出。问题是分组的，根据你需要的结果，你可以选择一组更适合你的问题。你会发现自己经常要问一些完全不同的问题。事先在活动挂图上准备一些问题以便在适当的时候展示出来，这是个很好的主意。



变化/发展

这里我列举了一些我认为有用的能拓展游戏活动的方法。我认为，所有这些游戏活动都可以有不同的变化形式。你可以根据自己的需要随意改变。

如果不行，就放弃，再尝试其他方法。



道具

大多数活动仅仅需要参与者有参加的意愿即可。如果需要其他准备，游戏中会给出提示。

目 录

致谢	IX
前言	XI
导言	XIII
游戏说明	XVII
 培养敏捷与活力的游戏	 1
游戏1——指哪打哪	3
游戏2——找东西	5
游戏3——你乒我乓	7
游戏4——尖叫圈	11
游戏5——声东击西	13
游戏6——鲨鱼岛	15
游戏7——快速排队	19
 协同工作的游戏	 21
游戏8——沙滩球	23
游戏9——模仿接龙	25
游戏10——动中求变	27
游戏11——故事接龙	31



游戏12——快乐机器	33
游戏13——故事串接	35
游戏14——团队拍照	37

促进沟通的游戏 39

游戏15——答非所问	41
游戏16——动作接力	43
游戏17——声音接力	45
游戏18——自由接力	47
游戏19——唱小曲	49
游戏20——接词连句	51
游戏21——配音	53

资源游戏 55

游戏22——口袋里的物品	57
游戏23——自我介绍	59
游戏24——按类分组	61
游戏25——成就展示	63
游戏26——盾牌和头盔	65
游戏27——消失的盒子	67
游戏28——时间连线	69

情绪与态度的游戏 73

游戏29——指缝间的窥视	75
游戏30——表情传递	77
游戏31——情绪雕刻	79
游戏32——外语圈	81
游戏33——语气替换	83

游戏34——情绪表达	85
游戏35——评价链	87
场景游戏	89
游戏36——虚拟的房间	91
游戏37——短剧表演	93
游戏38——放映幻灯片	95
游戏39——凝聚力口号	97
游戏40——第一次约会	99
游戏41——过去、现在和未来	101
游戏42——信息传递	103
培养创造力的游戏	105
游戏 43——自制胸卡	107
游戏 44——礼品盒	109
游戏 45——雕像	111
游戏 46——故事创作	113
游戏 47——比喻	115
游戏 48——即兴剧作家	117
游戏 49——死亡	119
游戏 50——四句话场景	121
智慧游戏	123
游戏 51——直觉	125
游戏 52——慢动作	127
游戏 53——采访自己	129
游戏 54——事后诸葛亮	133
游戏 55——请教顾问	135



游戏 56——心灵感应	137
游戏 57——绝对零度	139
 结束	 141
游戏 58——答谢热烈的掌声	143
游戏 58½——寻找和设计新游戏	145
 对《58½个即兴培训游戏》一书的称赞	 147