

# Tartalom

Előszó.....	9
Bevezető.....	11

## Első rész. Egy csoportvezető följegyzéseiből

1. Előtte, közben, utána.....	15
1.1. Előtte.....	15
1.2. Közben.....	17
1.3. Utána.....	18
2. Tér és idő.....	21
2.1. A tréning tere.....	21
2.2. A tréning ideje.....	23
2.3. Időn és téren kívül.....	24
2.4. A perzisztencia törvénye.....	26
3. Technikai(nak látszó) kérdések.....	28
3.1. Zárókör.....	28
3.2. Megbeszélni vagy sem?.....	29
3.3. A technika minden?.....	30
3.4. Video.....	31
4. Kellemetlen csoporttagok.....	35
4.1. Kik ők?.....	35
4.2. Milyenek ők?.....	37
4.3. Mi a teendő?.....	39
5. A humor.....	41
5.1. A csoporttagok „hozománya”.....	41
5.2. A tréner eszközei.....	42
5.3. A tréner munkaeszköze.....	44
5.4. A bohóc.....	45
6. Már megint csoportdinamika.....	48
6.1. „Vinné el a nehézség!”.....	48
6.2. Variációk egy fogalomra.....	49
6.3. Egy nem létező rendszer elemei.....	50
6.4. Esetecskék: egyén és csoport.....	54
6.5. Egy eset: rögtönzészínház.....	57

7. Csoportvezetői dilemmák.....	61
7.1. A csoportvezető kedvence(i) .....	61
7.2. Indulatáttétel vagy jogos kritika? .....	63
7.3. Szakma vagy üzlet? .....	65
7.4. Egyedül vagy párban? .....	67
7.5. Csoportaddikció? .....	70
7.6. Magabiztosan vagy bizonytalanul? .....	72

## Második rész. A jégtöréstől a lezárásig

A strukturált gyakorlatok műfaj szerinti mutatója.....	78
A strukturált gyakorlatok téma szerinti mutatója.....	80
Gyakorlatok.....	85
1. Jégtörés .....	86
2. Önismeret és személyközi kommunikáció.....	110
3. Motivációs trió .....	155
4. Vezetési stílusok.....	171
5. Szervezet és vezetés.....	216
6. Konfliktuskezelés és mediáció.....	242
7. Hatalom és befolyásolás .....	267
8. Máság, kisebbség.....	309
9. Együttműködés .....	331
10. Zárógyakorlatok.....	359
Felhasznált irodalom .....	377
Név- és tárgymutató .....	381