

Czas na grę!

Każdy z graczy rzuca po kolei kostką do gry. Ten, kto wyrzuci szóstkę, zaczyna grę. Celem gry jest dotarcie do Klubu Żab, czyli pole 63.

- Wybierz jednego z graczy i szepnij mu do ucha komplement, z głębi twojego serca.
- Masz jeszcze jedną kolejkę. Jak się z tym czujesz?
- Wybierz jednego z graczy i poproś, by stanął przed tobą. Wykonaj trzy zabawne ruchy: oczami, rękami i całym ciałem. Drugi gracz ma za zadanie uważnie obserwować i powtórzyć je jak najdokładniej. Jeśli mu się to nie uda – cofa się o trzy pola.
- Zamknij na chwilę oczy. Wyobraź sobie, że potrafisz latać i możesz polecieć, gdzie tylko zechcesz. Gdzie chciał(a)byś polecieć? Co chciał(a)byś tam robić? Opowiedz pozostałym graczom o tym śnie na jawie!
- Przypomnij sobie chwilę, kiedy czułeś(-łaś) się dziś szczęśliwy(-wa). Co sprawiło, że tak się poczułeś(-łaś)? Opowiedz o tym innym graczom.
- Cofasz się o 5 pól.
- Zostajesz na liściu nenufara przez dwie następne kolejki. Skorzystaj z okazji i pooddychaj. Poczuj, jak twój brzuch delikatnie się unosi i opada. Zrelaksuj się!
- Wszystko, co w życiu najlepsze, jest za darmo. Spróbuj przedstawić gestami trzy rzeczy, które sprawiają, że czujesz się szczęśliwy(-wa), na przykład przytulenie się do kogoś, kogo kochasz, śmiech aż do bólu brzucha, moment, kiedy budzisz się rano i stwierdzasz, że możesz jeszcze pospać. Pozostali gracze mają za zadanie odgadnąć te trzy rzeczy.
- Zaśpiewaj swoją ulubioną piosenkę. Pozostali gracze mają za zadanie zaśpiewać z tobą.
- Zaczekaj na liściu nenufara, aż wyrzucisz 6. Oddychaj i zrelaksuj się...
- Rozejrzyj się dookoła i znajdź 3 czerwone przedmioty.
- Rzucasz kostką jeszcze raz.
- Cofnij się o 4 pola.
- Wersja długa.* Weź do ręki pluszaka. Któryś z graczy włącza muzykę na telefonie lub tablecie. Gracze przekazują sobie pluszaka z rąk do rąk i kiedy muzyka się kończy, osoba, która właśnie trzyma pluszaka, ma za zadanie naśladować

jakiś zwierzę, bez słów. Gracz, który odgadnie, o jakie zwierzę chodzi, przeskakuje o trzy pola. Powtarzacie to samo trzy razy.

Wersja krótka. Czujemy się szczęśliwi, kiedy możemy robić coś wspólnie z innymi ludźmi. Co lubisz robić z innymi? Z kim? Spróbuj zaplanować to w najbliższym tygodniu.

50. Sekretna misja: pomyśl o kimś, kogo nie lubisz, z kim nigdy się nie bawisz. Napisz temu komuś coś miłego. O każdym można powiedzieć coś miłego. Kiedy następnym razem spotkasz tego kogoś, spróbuj dyskretnie wsunąć mu/jej ten liścik do kieszeni lub torby czy plecaka.

52. Zostajesz w tym miejscu na jeszcze jedną kolejkę. Pooddychaj sobie.

54. Zapytaj każdego z graczy, co w tobie lubią najbardziej, a następnie powiedz każdemu, co ty w nich lubisz najbardziej.

56. Wyciągnij przed siebie dłoń, jak lusterko. Rozłóż lekko palce. Połóż u nasady kciuka palec wskazujący drugiej ręki. Przesuń go wzdłuż kciuka, robiąc wdych. Kiedy dojedziesz do samej góry, przesun palec powoli w dół, robiąc wydech. Powtórz to samo ze wszystkimi palcami.

58. Przez 15 sekund nasłuchuj dźwięków otoczenia. Co słyszysz? Opowiedz innym graczom.

59. Napelnij szklankę wodą. Weź ją do ręki i obejdź pokój dookoła, nie rozlewając ani kropelki. Musisz być bardzo uważny!

63. Gratulacje! Od teraz jesteś Honorowym Członkiem Klubu Żab!

