

Utilización de dinámicas grupales en el taller de inserción laboral

Lic. Samanta Fridman

Lic. María Celeste Borrás

La técnica de taller permite facilitar el proceso de aprendizaje porque plantea interrogantes, abre cuestionamientos, facilita búsquedas y estimula la provocación de conflictos.

El Dispositivo grupal utilizado en el taller permite y exige la participación de todos. El grupo es valioso porque constituye un continente, fortalece a los integrantes y permite crear libremente, como así también interrogarse en un ambiente más relajado.

Las técnicas y dinámicas grupales son instrumentos que favorecen la participación de todos los integrantes de un grupo. A su vez, dichas técnicas posibilitan que un grupo produzca en un marco lúdico y de gratificación. La gran metodología de las dinámicas es el aprender haciendo en el encuentro con los otros.

No existe ninguna técnica que pueda aplicarse siempre y en cualquier circunstancia. Cuando se seleccionan técnicas para trabajar con un grupo determinado es necesario tener en cuenta ciertas variables para que la misma se adapte a cada trabajo de grupo concreto:

- Los objetivos que se quieran conseguir.
- El tamaño del grupo.
- Lugar donde se va a desarrollar la actividad
- Características de los miembros
- La capacidad del animador o coordinador del grupo

El psicólogo cuando coordina un taller debe intervenir para lograr que los participantes controlen su propio trabajo desarrollando su autoconocimiento, generando nuevos aprendizajes y entablando nuevos vínculos interpersonales.

Técnicas de presentación:

Las técnicas de presentación nos ayudan a conocer y aprender los nombres cuando un grupo se reúne por primera vez. Si las técnicas de presentación es activa y se realiza en forma distendida, proporcionará un ambiente de seguridad y relajará la tensión que provoca el estar con gente nueva. En la reunión de presentación, el ejercicio elegido no debe ocupar todo el tiempo del taller, también hay que dejar lugar a otras actividades que tengan que ver con los objetivos que perseguirá el grupo.

NOMBRE DE LA TÉCNICA	Consiga
PRESENTACIÓN POR PAREJAS	Se forman parejas cuyos miembros no se conocen que deben compartir información personal. Luego, en reunión plenaria, cada participante presenta a su compañero.
NOMBRES ESCRITOS	Los participantes se reúnen en círculo y cada miembro se coloca una tarjeta con su nombre en el pecho. Se da un tiempo para que cada participante pueda memorizar el nombre de los demás. Luego, las personas se quitan la tarjeta y las hacen circular en un sentido. Cuando el coordinador lo dispone, cada participante debe intentar ubicar al dueño de la tarjeta que le tocó en suerte. La dinámica se repite varias veces hasta que los miembros del grupo se familiaricen entre sí.
EL OVILLO	Los participantes se disponen en círculo. Se toma un ovillo de lana y se lo arroja hacia un miembro del grupo al azar que se presenta a sí mismo, cuando concluye, lo arroja a otro miembro reteniendo la punta del ovillo y así, hasta llegar al último. Se construye una red que une a todos los miembros. Luego, se inicia el proceso inverso siguiendo el camino que trazó el ovillo. Cuando cada participante recibe nuevamente la madeja, expresa sus expectativas respecto del grupo, la reunión o el tema mientras ovilla la lana que le han entregado. De esta forma, concluye la presentación cuando la red fue desarmada y el ovillo reconstruido.
CADENA DE NOMBRES	<p>Todos deberán estar sentados en una ronda.</p> <p>Un participante comenzará diciendo su nombre y el participante que se encuentre al lado deberá primero decir su nombre y luego empezar con la cadena de nombres.</p> <p>Debe ir repitiendo los nombres que se dijeron con anterioridad.</p>
CONTESTAMOS CON EL CUERPO	<p>La coordinadora hará preguntas del tipo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Quiénes viven en capital? • ¿Quiénes viven en provincia? • ¿Quién se mudó alguna vez? • ¿Quién sabe manejar? • ¿Quién fue alguna vez a un recital? • ¿Quiénes terminan el colegio este año? • ¿Quién sabe cocinar algo? • ¿Quién viajó alguna vez fuera de la ciudad y conurbano? • ¿Quién sabe usar la computadora? • ¿Quién trabajó alguna vez? • ¿Quién sabe inglés? • ¿Quién sabe tocar un instrumento o cantar? • ¿Quién cuidó o cuida niños? • ¿Quién practica algún tipo de deportes? <p>A los que responden positivamente se les dará una prenda que deben cumplir, por ej.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Extender el brazo y tocarse la punta de la nariz con un dedo • Arrodillarse • Saltar en un pie • Aplaudir por encima de la cabeza

	<ul style="list-style-type: none"> • Saltar como ranas • Etc.
IDENTIFICACIÓN CON ANIMALES	Se colocan en círculo y se les pide a los integrantes que se presenten diciendo su nombre, el animal con el que se identifica y porqué. Cuando termina su presentación, debe elegir a alguien para que se presente y así sucesivamente.
VARIACIONES	Se les da 10 minutos para expresarse con cualquiera de las siguientes variaciones: a) Caricaturas de sí mismo, dibujo, historieta, etc. b) Gráfico de torta, donde se ubica proporcionalmente cada uno de los aspectos de la vida (familia, trabajo, diversión, etc.) c) Descripción de sí mismo como aviso clasificado. Luego se muestra en plenario
PELOTA QUE PREGUNTA	Se arroja una pelota hacia alguno de los participantes del círculo y éste debe decir su nombre y su edad. Luego debe pensar una pregunta y arrojarle la pelota a quien quiere que la conteste. Así se repite la acción sucesivamente
NOMBRE CUALIDAD	Cada participante dice su nombre y una característica personal que empiece con la primera letra de su nombre.
FÓSFORO	Cada persona que se presente tendrá que encender un fósforo y hablar mientras este se mantenga encendido.
BINGO	Cada participante debe tener una hoja y durante cinco tiene que llenar el casillero colocando el nombre y la edad de sus compañeros (para saberlo debe preguntárselo). Luego se ubican en sus lugares y el coordinador deberá preguntarles a los participantes su nombre y su edad, el resto irá tachando los nombres que coincidan con los dichos y los que tienen anotados en sus hojas, el que va llenando la hoja deja de jugar, hasta que todos llenen sus hojas.
QUÉ CONTARÍA MI AMIGO ÍNTIMO	Cada participante se presenta diciendo qué contaría su amigo íntimo de él.
EL APODO	Consiste en que cada uno debe ir diciendo su nombre y un objeto/animal que comience por la letra que comienza su nombre, por ejemplo Paola-Pollo, la siguiente persona dirá el nombre y apodo del anterior y su nombre y apodo, y así sucesivamente
NOMBRE Y GESTO	Los participantes estarán de pie en círculo, entonces cada uno consecutivamente va diciendo su nombre acompañado de un gesto, reverencia, etc. Los demás le devuelven el saludo repitiendo el gesto. Al terminar la ronda, se irán diciendo nombres al azar, debiendo todos hacer el gesto que hizo la persona nombrada.
	La mitad de las personas al ingresar al dejan un objeto personal en una bolsa (reloj, pulsera, llavero). Al iniciarse la reunión la otra mitad de los

<p>ENCUENTRO POR OBJETOS</p>	<p>participantes los participantes toman un objeto de la bolsa y busca a su "dueño". Entablan una conversación y luego se realiza un plenario donde se presentan todos los integrantes, de a dos (según cómo se encontraron) en forma cruzada. Es decir, cada uno presenta al otro en primera persona: yo soy... Diciendo las características del otro.</p>
<p>LOS NOMBRES COMPLETOS</p>	<p>Los participantes forman un círculo y cada uno de ellos se prende en el pecho una tarjeta con su nombre. Se da un tiempo prudencial para que cada quien trate de memorizar el nombre de los demás compañeros. Al terminarse el tiempo estipulado, todo mundo se quita la tarjeta y la hace circular hacia la derecha durante algunos minutos, y se detiene el movimiento. Como cada persona se queda con una tarjeta que no es la suya, debe buscar a su dueño y entregársela, en menos de diez segundos. El que se quede con unas tarjetas ajena, le toca una prenda.</p>
<p>MI VALIJA DE VIAJE</p>	<p>Se les propone a los participantes que consideren que realizarán un viaje y que deben decidir que llevarán en sus valijas. Deben anotar lo que van a llevar (ya sean objetos, ropa, cassetes, libros, etc., o elementos simbólicos, o cualidades que me harán falta). Luego se presentan al grupo contando que contiene su valija</p>
<p>CÍRCULOS CONCÉNTRICOS</p>	<p>Los participantes se ubicarán en dos círculos concéntricos. Los del círculo interior se colocan mirando hacia afuera de manera que tengan enfrente como pareja a un miembro del círculo exterior.</p> <p>Durante un tiempo determinado, ambas personas deberán presentarse e intercambiar el mayor número de datos el uno del otro.</p> <p>Cuando el coordinador del juego lo estime oportuno, dará una orden y cada círculo girará en un sentido distinto. De esta forma se cambiarán de parejas y se volverá a empezar con una nueva presentación.</p>
<p>ME LLAMO Y ME GUSTA</p>	<p>Con el grupo en círculo, la primera persona se presenta diciendo: "Me llamo..... y me gusta.....". Se deberá indicar una acción que nos guste hacer (saltar, reír, dormir,...) a la vez que se simula con gestos. Después el compañero de la derecha, repetirá el nombre y la acción de la primera persona "el/ella se llama..... y le gusta.....". Después se presentará del mismo modo. Se continuará repitiendo los nombres y las acciones desde la primera persona.</p>
<p>EXPLOTA GLOBOS</p>	<p>Se hace un círculo entre todos los participantes.</p> <p>Se reparte un globo a cada participante, sale uno al centro con el globo entre las piernas dando pequeños saltos, cuando llega al centro señala a otra persona que irá, también, hacia el centro; el primero toma su globo y se lo pone en el pecho, abraza al segundo y diciendo su nombre explota el globo presionándolo en el abrazo. Cuando el globo explote el primero se volverá hacia su sitio en el</p>

	<p>círculo, y el segundo llamará a otra persona, así hasta que todos hayan explotado su globo.</p>
<p>ME PICA AQUÍ</p>	<p>Se colocan los participantes en círculos. El primero dice "Me llamo...y me pica aquí" (rascándose una parte de su cuerpo). El segundo debe decir "Se llama y le pica allí (rascando la cabeza del primer participante) y yo me llamo....y me pica aquí" (rascándose). Así se forma una cadena con los nombre y el lugar donde les pica a cada uno</p>
<p>PELOTA DE PLAYA</p>	<p>Los jugadores están de pie en círculo. Se trata de presentarse al mismo tiempo que se pasa una pelota de playa entre las piernas. No se puede tocar la pelota con las manos.</p> <p>El coordinador caminando como pueda, se acerca a otro/a participante y se presenta. Luego le pasa la pelota, sin tocarla con las manos. Esta persona continua el juego, hasta que todos/as se han presentado.</p>
<p>PERSECUCIÓN DE NOMBRES</p>	<p>El grupo se divide en varios subgrupos. Cada participante se pega en la espalda su nombre y edad. Cada equipo debe descubrir y anotar el máximo de nombres y edades correctas, y tratar de que no descubran los nombres de las personas de su grupo</p>
<p>EL MURO</p>	<p>Armar una fila de sillas. Los participantes deben colocarse, sobre las sillas. El coordinador procede a decir consignas por las cuales las los integrantes del grupo deben ordenarse en un tiempo determinado, por ejemplo: ordenarse por mes del cumpleaños, de enero a diciembre; ordenarse por edad, etc.</p>
<p>EL BAILE DE LA SILLA</p>	<p>En el medio del salón se hace un círculo con las sillas (una menos que las personas que participan), con el asiento hacia fuera, los integrantes deben realizar un círculo por afuera de las sillas. Una vez que el coordinador pone música comienzan a girar todos hacia la derecha, cuando la música se apaga los integrantes deben sentarse y le deben preguntar a su compañero de la derecha y al de la izquierda sus nombres y sus edades, si estos se sientan juntos más de una vez, se le realizan otras preguntas. El que se quedo parado pierde pero antes de salir sus compañeros le deben hacer preguntas personales para conocerlos. El juego finaliza una vez que queda un solo participante sentado</p>
<p>CAMINANDO</p>	<p>Los participantes estarán de pie, comienzan a caminar cuando el coordinador da la señal cada uno mira a la persona más próxima y le cuenta algo propio según la consigna como por ejemplo "mi conjunto de música preferido, mi comida favorita, etc.</p>
<p>CANASTA REVUELTA</p>	<p>Todos los participantes se sientan en círculo. Los que estén a la derecha de cada uno, se les llamará "piñas", y a los que estén sentados a la izquierda se les llamará "naranjas".</p> <p>Cuando l coordinador señale a cualquiera diciéndole "piña", éste debe responder diciendo el nombre del compañero que esté a su derecha. Si se le dice: "naranja", deberá responder diciendo el nombre de la izquierda.</p>

	En el momento que se diga "canasta revuelta", todos deberán cambiar de asiento. El que está en el centro, deberá aprovechar esto para ocupar uno y dejar a otro compañero en el centro.
--	---

Técnicas para dividir en subgrupos:

Estas técnicas son realizadas en un breve lapso de tiempo y nos permiten trabajar con pequeños grupos divididos al azar, para luego compartir las distintas experiencias en plenario. Generalmente el objetivo de esta subdivisión es que todos los integrantes del equipo interactúen con todos, en diferentes momentos.

NOMBRE DE LA TÉCNICA	Consiga
REFRANES	Se reparten tarjetas con fragmentos de refranes populares (la primera parte en una tarjeta, la segunda en otra) se reparten y el coordinador pide que encuentren a la persona que tiene la segunda parte del refrán.
ROMPECABEZAS	Se reparten piezas de rompecabezas al azar entre los participantes, que deberán armar la figura completa ubicando a los otros miembros que tengan las piezas necesarias.
DISTINTAS CARAS	Se requieren tarjetas cuadradas chicas dibujadas con distintas caras de alegría, de tristeza, de admiración, de enojo, etc., cada una de ellas repetida tantas veces como el número de personas que integrarán cada subgrupo. Cada persona tomará de la bolsa una tarjetita y buscará a sus compañeros mostrando la tarjetita o haciendo la mímica de ella. No se puede hablar.
FIGURAS GEOMÉTRICAS	Preparar distintas figuras geométricas en cartulina de colores, repetidas tantas veces como el número de personas que formarán ese grupo. Los participantes deben tomar una cartulina de la bolsa y encontrar a los compañeros con la misma figura.

Técnicas para abordar algún tema en particular:

Estas técnicas favorecen que los participantes discutan y analicen el concepto general que se intenta abordar. Se puede observar mientras se realizan estas experiencias los roles cumplidos por los integrantes, la interacción y los obstáculos para la participación y la obtención de conclusiones.

NOMBRE DE LA TÉCNICA	Consiga	Tema que se puede abordar
	El coordinador	• Representaciones

TORBELLINO DE IDEAS	debe ordenar el intercambio e ideas y si hace falta, utilizar preguntas que estimulen la creatividad del grupo.	sociales del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Competencias
DÍGALO CON MÍMICA	<p>Cada uno de los integrantes tiene que tomar un papel donde estarán escritas distintas profesiones.</p> <p>Cada una tendrá que hacer la profesión que le toque en mímica para que el resto del grupo adivine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda de perfil laboral • Competencias
RED DE CONTENIDOS	Se les entrega a los participantes cartulinas de distintos colores cortadas con diferentes formas (rectángulos, cuadrados o cualquier otra que no sea geométrica) en las que figuren palabras relacionadas con el contenido de lo que se quiere plantear y algunas en blanco. Deben construir, grupalmente, una red de contenidos sobre el tema.	<ul style="list-style-type: none"> • Representaciones sociales del trabajo • Competencias • Perfil laboral • Búsqueda activa de empleo
Línea de vida	Se trabajara sobre una línea de tiempo, que ya estará dibujada en un afiche. A partir de preguntas, los participantes deberán completar dicha línea con datos inventados, coherentes y lógicos. Esta actividad se realiza de manera grupal y junto con el coordinador. También pueden armarse carteles de cartulina con distintos hechos de vida ej.: nacimiento, estudio, casamiento, etc.	<ul style="list-style-type: none"> • Biografía razonada
Lectura del cuento	A través de un cuento relacionado con la vida de un adolescente se intentará pesquisar las similitudes de la vida cotidiana, y sus acciones, relacionándolas con las	<ul style="list-style-type: none"> • Exploración de Competencias • Búsqueda de perfiles

	<p>competencias necesarias en un trabajo.</p> <p>La idea es llevar a la reflexión a los participantes de diferentes cuestiones propias y ayudarlos en el descubrimiento de las habilidades utilizadas por ellos.</p>	
La pelota	<p>Con una pelota o con un globo (tal vez sea más divertido): La va pasando cada tallerista al participante que quiera (entre ellos).</p> <p>El que toma la pelota debe decir como haría para buscar trabajo y que debería aprender para poder lograr esa búsqueda.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Estrategias de búsqueda laboral
El dado	<p>Se coloca en cada lado del dado preguntas o frases con las que puedan trabajarse las representaciones sociales del trabajo o bien se puede usar en relación a las estrategias de búsqueda laboral.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Representaciones Sociales del trabajo • Estrategias de búsqueda laboral
Recuerdos	<p>Cada miembro del grupo recuerdo alguna cosa en voz alta el resto manifiesta qué cosa eso le hace recordar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Biografía Razonada
Dígalo con mímica	<p>Cada uno de los integrantes tiene que tomar un papel donde estarán escritas distintas profesiones.</p> <p>Cada una tendrá que hacer la profesión que le toque en mímica para que el resto del grupo adivine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competencias • Búsqueda de perfiles laborales
El juego del cambio	<p>Se les pedirá a los participantes que se agrupen en parejas y se pongan de espaldas a su compañero. Luego deberán hacer algún cambio en su persona</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cambio requeridos en el nuevo mercado laboral

	<p>(en el peinado, en la vestimenta, etc.) y al darse vuelta, el compañero deberá decir cuál fue el cambio que hizo.</p> <p>Al finalizar el juego se reflexionará acerca de como se sintieron realizando los cambios, los sentimientos que pueden disparar las situaciones de cambio. Se intentará extrapolarlo a los cambios requeridos en el nuevo mercado laboral y las dificultades que conlleva el saber que aspectos se deben cambiar.</p>	
Avisos clasificados	<p>Se entregará a los participantes distintos avisos clasificados de diferentes medios (diarios, Internet, etc.) Se les brindará un momento para que los lean y elijan dos o tres que les llamen la atención. Luego se realizará un debate acerca de aquello que piensan que piden explícitamente los avisos y aquellas cuestiones implícitas relacionadas con el mismo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Exploración de Competencias • Búsqueda de perfiles laborales
A RÍO REVUELTO, GANANCIA DE PESCADORES	<p>Se distribuyen en el piso peces de papel. En una cara del pez se escribe la descripción de una competencia (en lenguaje coloquial). Cada uno debe "pescar" hasta que todos los peces queden repartidos.</p> <p>Variante: dos ejemplares de cada competencia, si pescan uno repetido se lo dan al compañero</p> <p>Leen lo dicho en cada pez, y que lo colocan sobre una tabla con 2 columnas: Fortalezas y Áreas a desarrollar. Cada</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Exploración de Competencias • Búsqueda de perfiles

	<p>participante prepara su propia tabla.</p> <p>Se ofrecen peces en blanco y fibrones, por si ellos quisieran agregar otras competencias.</p>	
LÍNEA DE VIDA	<p>Se arma entre todos la línea del tiempo de la vida de una persona. Los participantes van diciendo por ejemplo en qué edad de la vida de esta persona podemos dividirlo y después que hechos creen que pueden haberle ocurrido a esta persona en esa etapa de la vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Biografía razonada
TARJETAS CON CUALIDADES	<p>Los participantes deberán buscar las cualidades escritas en papeles pegados en distintas partes del salón, y copiar aquellas con las cuales se identifiquen. Luego deberán elegir de esa lista las 10 principales y comentarla en una reunión plenaria</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Yo se/ yo se hacer • Competencias
MANIFESTACIÓN DE PANCARTAS	<p>Se dividirán en subgrupos.. se les propondrá a los participantes un tema que deben debatir. Luego el grupo expondrá en el plenario la idea central de sus conclusiones a través de la realización de pancartas en las cuales expresen las ideas que surgieron (como si participaran de una manifestación pública)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Representaciones sociales del trabajo • Competencias • Búsqueda laboral activa
LOS AVIONCITOS	<p>Se les propondrá reflexionar sobre un tema en particular. Luego cada participante realizará un avioncito de papel y escribirá en las alas su conclusión. Se arrojarán los avioncitos. La idea está en que</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Nuevo mercado laboral

	<p>cada uno que recibe un avioncito, lo lea y lo vuelva a arrojar, así todos los miembros del grupo tendrán la oportunidad de leer las opiniones de los demás</p>	
--	---	--

Técnicas de integración

Es muy útil este tipo de técnica cuando un grupo no tiene mucha confianza ya que permiten crear un clima de apertura y compañerismo, como así también concientizar sobre la importancia del trabajo en Equipo. Minimizan las competencias y ponen énfasis en la participación de todos. Resaltan la importancia de la unión y el esfuerzo colectivo.

Nos permiten observar y analizar las dificultades de un equipo de trabajo en el logro de una tarea

NOMBRE DE LA TÉCNICA	Consiga
CRUCIGRAMA	Se forman dos subgrupos. Se les entrega un crucigrama realizado con anterioridad. Deberán resolverlo en el menor tiempo posible. Gana el equipo que primero lo logre.
ALFOMBRA	Los integrantes del grupo deben pararse arriba de una alfombra (tela, lona, etc.) y se le pide que intenten girarla sin bajarse de la misma
TERREMOTO	Dos personas se toman de la mano (casa) y colocan a otra en el medio (inquilino). Cuando el coordinador grita "casa", la casa se cambia de "inquilino". Cuando el coordinador grita "inquilino", éste cambia de casa; y cuando grita "terremoto", se desarma todo y se vuelven a armar parejas
ENSALADA DE FRUTAS	Todos los participantes sentados en círculo (puede haber más de 24 personas, siempre que haya espacio suficiente). Cada uno elige una fruta en voz alta. Cada vez que su fruta es nombrada tiene que cambiarse de lugar y frente a la frase "ensalada de frutas", todos los integrantes se cambian de lugar.
BIENVENIDOS	Cada participante tendrá 11 letras iguales y mientras se presenta tendrá que intercambiar el resto de las letras con el resto de los integrantes del grupo, para poder formar la palabra bienvenidos, el primero que la forma gana.
LA MANTA	Se divide a los participantes en dos grupos. Cada grupo se pone a un lado de la manta levantada, y se disponen los jugadores en fila, fila uno tras otro. Al bajarse la manta, las personas que se ven (o sea, sólo los primeros de la fila) deben decir el nombre del que están viendo, antes que lo diga el otro. Quien tarde más se elimina. Gana el grupo

	que más participantes tenga al final de una ronda.
TORRE DE PAPEL	<p>Los integrantes deben construir en silencio y entre todos, una torre de papel. Cada integrante comienza a moldear los diarios con diferentes ideas: bollitos, conos, cintas, varios dobleces, etc. Cada grupo se da su propia organización.</p> <p>El coordinador, mientras observa el juego, muchas veces siente necesidad de intervenir en el grupo, sea para ayudar o para obstaculizar. (Por ejemplo: cuando la torre está casi lista intentar romperla)</p> <p>Se puede comparar esta torre realizando una segunda, en la que los participantes puedan hablar.</p> <p>La reflexión, desde lo que cada uno sintió, lleva a concienciar sobre la modalidad de trabajo en equipo</p>
LA MÁQUINA HUMANA	<p>Los integrantes divididos en subgrupos deberán construir una máquina humana que tenga un producto final y mostrar su funcionamiento al resto de los compañeros, hasta que ellos puedan dilucidar de qué máquina se trata</p> <p>Una vez que todos han terminado, se presentan las máquinas en plenario.</p> <p>La reflexión final luego de todas las presentaciones, es muy rica si se promueve el sentir de cada uno y en relación al grupo.</p>
¿QUIÉN FALTA EN EL GRUPO?	<p>Alguien se marcha del grupo o es tapado con un abrigo o manta, mientras los demás permanecen con los ojos cerrados. Al abrir los ojos, se pregunta: ¿quién falta en el grupo? Tras acertar quién es, todos cambian de lugar para dificultar la memoria visual.</p>
CUENTO POR RELEVOS	<p>Los participantes divididos en subgrupos se sientan en círculo, y elaboran un cuento por relevos, es decir, cada participante dice una frase del relato, y el siguiente continúa tomando en cuenta lo que se haya dicho hasta que interviene.</p> <p>Una persona va escribiendo la narración, hasta que la consideren finalizada. Luego, cada grupo lee su producción.</p>
ESPEJO	<p>En parejas, ambos participantes se ubican frente a frente. Cada uno se vuelve la imagen en espejo del otro, jugando a nivel físico con todo el cuerpo y las palmas de las manos hacia delante. Primero iniciará el trabajo uno y el otro intentará devolver la misma imagen, al mismo tiempo. Luego se invierten los roles.</p> <p>En la reflexión, recuperar las emociones puestas en juego y llevarlos a darse cuenta de las actitudes reflejadas en y con el otro.</p>
CONFIANZA	<p>Cada participante debe Elegir otra persona para empezar a trabajar. Ponerse frente a frente parados, con los pies juntos, tomados de las manos y tirándose hacia atrás, manteniendo el equilibrio. Tendrán que probar con cada persona e ir registrando lo que les pasa con cada una. Los participantes deben rotar, de tal manera que puedan intentar el equilibrio todos con cada uno</p> <p>La técnica se refiere a la confianza que se deposita en otro individual Lo que se ve es que hay personas que entran rápidamente en confianza, logrando el equilibrio y otras que no pueden soltarse por tener estructuras muy rígidas o estereotipadas: no confían en nadie. La observación realizada por el coordinador es elemental para el momento de la</p>

	reflexión en el que los participantes manifiestan sus sentimientos y sus obstáculos. Se cierra explicando la importancia de la confianza, sobre todo para realizar un trabajo en grupo o equipo
SHERLOCK HOLMES	<p>Los participantes dejan en silencio, cada uno en un montoncito, todo lo que llevan en los bolsillos, u objetos personales sencillos, sin fijarse en los demás (para ello puede sugerirse que cierren los ojos). Se procura que cada montón quede independiente y no se mezcle con el del vecino. El juego es mudo, pues son los objetos los que “hablarán” por nosotros.</p> <p>Luego, en una hoja de papel, cada persona anota sus deducciones, montón por montón, intentando adivinar todos los rasgos personales que pueda. Se comparten las deducciones con el grupo, colocando un montoncito en el centro del círculo y opinando sobre él.</p> <p>Es importante no saber quién es el dueño de cada montón.</p>
ORDEN EN EL BANCO	Se les pide a todos los participantes que se suban a los bancos y se coloquen en línea recta. A los participantes se les pide que sin hablar deben de colocarse siguiendo un orden determinado: edades, fecha de nacimiento, altura,... El objetivo debe de ser conseguido entre todos, evitando caerse del banco. Posteriormente se comprobará (ya hablando) si todos se han colocado correctamente
MAR ADENTRO MAR AFUERA	Se le solicita a los participantes que se pongan de pie y formen una fila (o círculo). Se marca en el suelo una línea que represente la orilla del mar y los participantes se ponen detrás de la línea. Cuando el coordinador dice "mar adentro", todos dan un salto hacia delante de la raya. A la voz de "mar afuera" todos deberán dar un salto hacia atrás de la raya. Lo anterior debe hacerse en forma rápida y los que se equivoquen saldrán del juego.
SILLAS COOPERATIVAS	Se realiza el baile de las sillas tradicional pero todos los participantes deben quedar sentados sino pierde el grupo total. Para esto será necesario compartir las sillas, sentarse sobre las rodillas, etc. Este juego exige una rápida reacción grupal y un trabajo colectivo para realizar la consigna

Técnicas para favorecer el autoconocimiento:

Estas técnicas permiten reflexionar y descubrir las características de cada participante, favorecen el conocimiento propio y de los demás. Estimulan la autoafirmación y la valoración positiva de si mismo y de los otros.

NOMBRE DE LA TÉCNICA	Consigna
RECUERDOS	Cada miembro del grupo recuerdo alguna cosa en voz alta el resto manifiesta qué cosa eso le hace recordar.
TARJETAS CON	Los participantes deberán buscar las cualidades escritas en papeles pegados en distintas partes del salón,

CUALIDADES	y copiar aquellas con las cuales se identifiquen. Luego deberán elegir de esa lista las 10 principales y comentarla en una reunión plenaria
MI ÁRBOL, MI FRUTO	.Cada participante dibujará en una hoja un árbol con raíces, tronco, ramas, hojas y frutos. Una vez dibujado deberá de poner en las raíces las cualidades y capacidades que cree tener; en las ramas puede poner las cosas positivas que hace, y en las hojas y frutos sus éxitos y triunfos. En una puesta en común, cada participante presentará su árbol y explicará sus características.
ABANICO	Los integrantes se ubicaran en circulo, todos los participantes deben tener una hoja y un bolígrafo. Cada uno escribirá su nombre en la parte superior de un folio, y se lo pasará al compañero de su derecha. El compañero al recibirlo, deberá escribir algo bueno destacar de esa persona. Después doblará el folio de forma que a la siguiente persona que le llegue sólo pueda leer el nombre del encabezamiento. Continúa pasándose a la derecha hasta que todos los participantes hayan podido escribir en todas las hojas. En ese momento el folio deberá de llegar a su dueño original, formando un abanico donde tendrá escritas un montón de cosas agradables.
CARTAS PARA ETIQUETARSE	Hay que elaborar cartas en las cuales se deben escribir diferentes adjetivos calificativos (positivos y negativos). Es necesario elaborar por lo menos cinco tarjetas por cada. Las cartas se ponen sobre la mesa al centro del subgrupo. Un voluntario toma la primera carta, y si se siente identificado con lo que ahí aparece, se queda con ella; si no es así, la pone junto al montón y le da la oportunidad a la persona que se encuentra a su lado derecho para que tome o deje la carta. La dinámica continúa igual hasta que se terminen las cartas. En sesión plenaria cada participante muestra al grupo sus cartas y comenta por qué se siente identificado con ellas. Los demás pueden intervenir haciendo preguntas.
RASGOS EN COMÚN	Definición: Consiste en sacar el mayor número de similitudes que hay entre cada pareja. Se divide el grupo por parejas. Cada pareja debe sacar el mayor número de similitudes que hay entre ellos, como color de pelo, ropa, aficiones, familia, etc. Se comenta en el plenario final

Bibliografía

- *Brites de Vila, Gladys y Müller, Marina - 101 juegos para educadores (padres y docentes) Ed. Bonum, Bs. As., 8va. Ed. 1997.*
- *Alejandro Londoño. 112 Dinámicas. S. J. Colección Pedagogía Grupal 6*
- *Dinámicas De grupos: Material de la Serie Experiencias 5*
- *Dinámicas Grupales... Conjunto de juegos y técnicas para utilizar en el trabajo con grupos. Manual de la Cruz roja Uruguaya*
- *Dinámicas de grupo para la comunicación. Ed. Bonum, Bs. As. ; 1993*