

# ESTRATEGIAS DE DINAMIZACIÓN GRUPAL

## INTRODUCCIÓN

El presente Manual se ha elaborado a partir de la revisión bibliográfica de documentos sobre técnicas para favorecer las relaciones y trabajo de grupo. Las actividades y técnicas propuestas tienen un carácter flexible, ya que es necesario que las facilitadoras las adapten de acuerdo a las características del grupo.

Para su comprensión y estudio, las técnicas se han agrupado de la siguiente forma:

- 1. Técnicas De Presentación**
- 2. Técnicas De Distención**
- 3. Técnicas De Animación Y Concentración.**
- 4. Técnicas Para Trabajar Contenido Temático.**
  - 4.1** Técnicas de abstracción y análisis general.
  - 4.2** Técnicas de comunicación.
  - 4.3** Técnicas de dramatización
- 5. Técnicas De Cierre.**

Para empezar es fundamental crear un clima adecuado, un ambiente que favorezca el conocimiento e intercambio entre las miembros del grupo participante.

## **1.- Técnicas de presentación**

**Objetivo:** Lograr que las integrantes del grupo se conozcan a partir de sus gustos, intereses y afinidades.

### **1.1- Presentación por parejas**

#### **Procedimiento de aplicación:**

La facilitadora da la indicación de que se van a presentar por parejas (una presenta a la otra y viceversa), y que las miembros de cada una deben intercambiar determinado tipo de información que sea de interés para todas, por ejemplo, nombre, interés por la actividad a desarrollar, expectativas, etcétera

#### **Pasos a seguir**

a) Formar las parejas: La facilitadora puede coordinar la formación de las parejas a través de diversos criterios, como son: escoger personas poco conocidas; realizar una numeración 1-2 y agrupar los 1 con los 2; poner a las participantes a caminar en fila haciendo un círculo en el centro del local y dar la consigna de que, en determinado momento, tomen de la mano a la compañera más cercana; o utilizar una tarjetas en las que previamente se han escrito fragmentos de refranes populares (cada refrán se escribe en dos tarjetas, el comienzo en una de ellas y su complemento en otra), se reparten las tarjetas entre las miembros y cada una debe buscar a la persona que tiene la otra parte del refrán. Pueden utilizarse otras variantes.

b) Intercambio entre la pareja: Durante unos minutos las parejas se informan e intercambian sobre los datos personales pedidos.

c) Presentación en plenario: Cada cual presenta a su pareja, dando los datos pedidos por la facilitadora o coordinadora

#### **Utilidad:**

Sienta las bases para comenzar el trabajo grupal, en la medida que proporciona un conocimiento del grupo, de cada integrante, de su comunicación y de las relaciones interpersonales.

## **1.2 - La telaraña**

**Material:** Una bola de cordel o un ovillo de lana.

### **Procedimiento de aplicación:**

La facilitadora da la indicación de que todas las participantes se coloquen de pie, formando un círculo.

### **Pasos a seguir:**

a) La facilitadora le entrega a una de ellas la bola de cordel; esta tiene que decir su nombre, procedencia, tipo de trabajo que desempeña, interés de su participación, expectativas sobre el curso o actividad, etcétera.

b) La que tiene la bola de cordel toma la punta del mismo y lanza la bola a la otra compañera, quien a su vez debe presentarse de la misma manera. Luego, tomando el hilo, lanza la bola a otra persona del círculo.

c) La acción se repite hasta que todas las participantes quedan enlazadas en una especie de tela de araña.

d) Una vez que todas se han presentado, quien se quedó con la bola debe regresársela a aquella que se la envió, repitiendo los datos por esa persona; esta última hace lo mismo, de manera que la bola va recorriendo la misma trayectoria, pero en sentido inverso, hasta regresar a la compañera que inicialmente la lanzó.

### **Recomendación:**

La facilitadora debe advertir a las participantes la importancia de estar atentas a la presentación de cada una, pues no se sabe a quién va a lanzarse la bola y posteriormente deberá repetir los datos de la lanzadora. Debe preocuparse porque las instrucciones sean bien comprendidas por las participantes.

### **Utilidad:**

Es recomendable al iniciar el trabajo con un grupo de recién integración.

### **1.3 - Los nombres escritos**

#### **Materiales:**

Plumas o lápices.

Tarjetas.

Alfileres o cinta adhesiva.

#### **Procedimiento de aplicación:**

La facilitadora da la indicación de que todas las participantes se coloquen de pie, formando un círculo cada una debe de prenderse en el pecho una tarjeta con su nombre.

#### **Pasos a seguir:**

La facilitadora da un tiempo prudencial para que cada quien trate de memorizar el nombre de las demás compañeras.

Al terminarse el tiempo estipulado, todas se quitan la tarjeta y la hace circular hacia la derecha durante unos minutos, y se detiene el movimiento.

Como cada persona se queda con una tarjeta que no es la suya, debe buscar a la persona que le corresponda y entregársela en menos de 10 segundos.

El ejercicio continúa hasta que todas las participantes se aprendan los nombres de sus compañeras.

**Utilidad:** Es recomendable para memorizar los nombres de un grupo de reciente formación.

## **2.- Técnicas de distensión/relajación**

**Objetivo:** Permitir que las miembros del grupo liberen tensiones al enseñar a relajarse en pocos minutos. Es importante que la coordinadora, en todos los casos, utilice un tono de voz pausado, moderado, y que se tome todo su tiempo, sobre todo cuando lo aplica por primera vez. Estas técnicas también permitirán reducir los niveles de ansiedad, así como crear un ambiente de relajación en el grupo

### **2.1 Relajación profunda**

#### **Procedimientos de aplicación:**

La facilitadora le pedirá al grupo que cada una se siente en una posición cómoda, con los antebrazos apoyados en los muslos y las piernas ligeramente separadas, apoyando los pies en el suelo. Al mismo tiempo, deben cerrar los ojos y tratar de concentrarse en las palabras que dirá.

#### **Pasos a seguir:**

- a) La facilitadora comenzará a decir en un tono de voz suave y monótona y con un ritmo suave: "Aflojen los músculos del brazo izquierdo, los músculos del brazo izquierdo, comienzan a relajarse poco a poco, se tornan blandos, flojos, suaves, sueltos, relajados... poco a poco se van tornando pesados cada vez más pesados...el brazo izquierdo se torna pesado, pesa, pesa más, y más, y más".
- b) Cuando la coordinadora observe que las miembros del grupo se han concentrado y cobras, y así sucesivamente para cada pierna, el tronco, etcétera.
- c) Continúa diciendo: "Todos los músculos del cuerpo están relajados, flojos, los brazos, las piernas, el cuello, los hombros, la espalda, el tronco, el abdomen,...se sientan relajadas, tranquilas, agradablemente relajadas y tranquilas, cada vez más relajadas y tranquilas,... los brazos se van tornando caliente, cada vez más caliente, agradablemente caliente, se tornan pesado, cada vez más pesado, cada vez más pesado, esta sensación de calor y peso se va transmitiendo a las piernas, las piernas se van tornando calientes y pesadas, cada vez más calientes y pesadas, cada vez se sienten más tranquilas, más suaves, agradablemente relajadas".

d) Una vez lograda la relajación, la facilitadora dirá: "En la medida en que cuente hasta tres, sus músculos se irán recuperando poco a poco, abrirán los ojos y seguirán tranquilas y relajadas. Uno, dos y tres".

**Utilidad:**

La coordinadora puede utilizar esta técnica cuando observe que, durante la técnica, el grupo está tenso y ansioso. Puede utilizarse al inicio, durante el desarrollo o al final de la sesión, el momento preciso depende de que la facilitador haga una buena observación e interpretación de los momentos de ansiedad de los miembros del grupo en la sesión.

Esta técnica se enfatiza en el peso, el calor y en aflojar el tono muscular. Pueden utilizarse otras variantes de relajación en las que, por ejemplo, se enfatice en la ligereza y no en el peso ("Se sienten ligeras, flotan, vuelan,..."), o se pide pensar en algo agradable, o en una música suave, o en un lugar que a cada una le guste y se sienta bien y relajado. Puede utilizarse una música suave, o en un lugar que a cada uno le guste de fondo ligada a la relajación. Lo importante es que el grupo se relaje y elimine la tensión física y la ansiedad.

Otro método que pueda utilizarse (Casi siempre asociado y como complemento de otras técnicas de relajación) es el llamado de "Respiración profunda". Aquí se les orienta a las sujetas que inspiren impulsando el aire hacia abajo, en dirección al abdomen, relajando al mismo tiempo los músculos del diafragma y del estómago. Se exhala el aire lentamente y se imaginan que la tensión abandona al cuerpo a medida que sale el mismo.

La ventaja de estos métodos de relajación es que no solo enseña al grupo a relajarse ante la tensión, sino que de modo individual ayudan a las miembros a enfrentar más exitosamente momentos de tensión y estresantes.

### **3.- Técnicas De Animación Y Concentración.**

Entre todas estas técnicas, existe un objetivo que es común y general: Crear un ambiente fraterno y de confianza a través de la participación al máximo de las miembros del grupo en las actividades.

El momento de su introducción o aplicación varía en función de cómo se desarrolle la técnica en la sesión. Puede ser al inicio, donde favorece la integración; después de momentos intensos y de cansancio, para calmar los ánimos y relajar el ambiente, o para pasar de un momento a otro de la sesión, ayudando a enfocar la atención, en una nueva cuestión.

Si bien su uso es recomendable, el abuso de técnicas de animación puede afectar la seriedad de las actividades, por lo que la coordinadora debe tener siempre, claro el objetivo para el cual se utilizan estas técnicas.

#### **3.1 El correo**

##### **Pasos a seguir:**

a) Se forma un círculo con todas las sillas, una para cada participante, menos una quién se queda de pie parada en el centro del círculo e inicia el ejercicio.

b) La participante del centro dice, por ejemplo, "Traigo una carta para todas las compañeras que tienen aretes; todas las compañeras que tengan aretes deben cambiar de sitio. La que está en el centro trata de ocupar una silla. La que se queda sin sitio pasa al centro y hace lo mismo, inventando una característica nueva, por ejemplo: "Traigo una carta para todas las que tienen zapatos negros", etcétera.

##### **Recomendaciones:**

La coordinadora debe tener cuidado de que las instrucciones sean comprendidas y de que las características no se repitan.

### **3.2 La doble rueda**

#### **Materiales:**

Un radio potente o algún celular con música

#### **Pasos a seguir:**

- a) Se divide a las participantes en dos grupos
- b) Se coloca a un grupo formando un círculo tomados de los brazos, mirando hacia fuera.
- c) Se coloca el otro grupo hacia alrededor, formando un círculo, tomadas de la mano mirando hacia dentro.
- d) Se les pide que cada miembro de la rueda exterior se coloque delante de una de la rueda interior, que será su pareja, y que se fije bien en quien es pareja de cada quién.
- e) Una vez identificadas las parejas, se les pide que se vuelvan de espalda y queden nuevamente tomadas de la mano las de afuera, y las de adentro tomadas de los brazos.
- f) Se indica que se va hacer sonar una música (o el ruido de algún instrumento) y que mientras suena deberán moverse los círculos hacia su izquierda (así cada rueda girará en sentido contrario a la de la otra), y que cuando pare la música (o el ruido) deberá buscar su pareja, tomarse de las manos y sentarse en el suelo; la última pareja en hacerlo pierde y sale de la rueda. La coordinadora interrumpirá la música o el ruido en cualquier momento.
- g) Las parejas que salen va formando luego las juradas determinarán qué pareja pierde cada vez. El ejercicio continúa sucesivamente hasta que queda una pareja sola al centro, que es la ganadora.

### **3.3 Los números**

#### **Materiales:**

20 cartones del tamaño de una hoja de papel o 20 hojas de tamaño normal. Cada cartón u hoja deberá llevar un número del 0 al 9; se hace dos juegos de cada uno. El número de personas es de 20 (dos equipos de 10).

#### **Pasos a seguir:**

- a) Se le entrega a cada equipo un paquete de número de 0 al 9. Se le da a cada integrante del equipo un número.
  
- b) La coordinadora dice un número, por ejemplo, 827; las que tienen el 8, 2, y el 7 de cada equipo deberán pasar al frente y acomodarse en el orden debido, llevando el cartel con el número de manera visible. El equipo que forme primero el número se anota un punto. No se puede repetir la misma cifra en un número, por ejemplo: 882.

## **4. Técnicas Para Trabajar Contenido Temático.**

Dentro de este punto se han incluido toda una serie de técnicas que, como su nombre lo indica, permite trabajar las temáticas en las distintas sesiones por el grupo, siendo este su objetivo general. Su selección dependerá de los objetivos trazados por el grupo para la sesión en cuestión, así como de la tarea que se planteó en el encuadre.

### **4.1 Técnicas de abstracción y análisis general.**

**Objetivo:** Para el proceso de aprendizaje, la capacidad de abstracción, síntesis y análisis objetivo y subjetivo de una situación, son elementos centrales en el proceso de teorización.

Pero esta son habilidades que se desarrollan en la medida en que se practican. Por esta razón, consideramos de gran importancia la utilización de este conjunto de ejercicios, que en sí mismo aparecen como algo sencillo; pero nos permiten pasar de la simple memorización a la capacidad real de análisis. Su utilización debe tener muy presente el tipo de participante con las cuales se va a trabajar. Permiten trabajar el tema según el interés de quién las utilice: para sintetizar o resumir discusiones o promoverlas.

#### **4.1.1 Lluvia de ideas**

##### **Pasos a seguir:**

a) La coordinadora debe hacer una pregunta clara, donde exprese el objetivo que se persigue. La pregunta debe permitir que las participantes puedan responder a partir de su realidad, de su experiencia. Por ejemplo, ¿Por qué se plantea por algunas miembros que en el grupo existen problemas?

Porque cada una hace lo que quiere.

Porque son unas individualistas.

b) Cada participante debe decir una idea a la vez para poder saber lo que todas piensan acerca del tema.

En esta etapa de la lluvia de ideas no se permite discutir las ideas que van surgiendo solamente se le pide a la compañera que aclare lo que dice en caso que no se haya comprendido.

La cantidad de ideas que cada participante exprese, puede ser determinada de antemano por las coordinadoras o puede no tener límites. Todas las participantes deben decir por lo menos una idea.

c) Mientras las participantes van expresando sus ideas, la coordinadora va anotándolas en la pizarra o en el papelógrafo. Otra forma es que varias compañeras las anoten en cuadernos o papel.

**Utilidad:**

Para realizar un diagnóstico sobre lo que el grupo conoce de un tema particular, que se discutirá y profundizará en la discusión de forma colectiva.

Para elaborar las conclusiones sobre un tema que se haya discutido en la sesión, como en el trabajo general.

Permite planificar acciones concretas, así como posibilita evaluar trabajos realizados.

Es útil cuando se trabaja en pequeños grupos, preparando un tema que se va a presentar en colectivo.

Contribuye la apropiación de procedimientos organizados adecuados en el trabajo de grupo; tiene amplias posibilidades en el trabajo de facilitadora y demás miembros del colectivo de trabajo.

Permite descubrir nuevos puntos de contacto entre las miembros del grupo en sus relaciones interpersonales y su comunicación, así como establecer diferencias.

#### **4.1.2 Phillips 6 6**

##### **Pasos a seguir:**

- a) Se pide a las participantes que se dividan en grupos de seis personas. Para esto, pueden utilizar distintas vías o procedimientos.
- b) Cada grupo debe nombrar una coordinadora que dirija el trabajo y, si es necesario a una relatora
- c) Se plantea por la coordinadora una pregunta o tema de discusión sobre el que cada grupo deberá discutir y llegar a una conclusión. El tiempo para esto es de 6 minutos.

##### **Discusión:**

Una vez pasado el tiempo, se comienza por el informe de los relatos del grupo. La facilitadora centrará la discusión en los aspectos comunes y diferentes.

##### **Utilidad:**

Se puede utilizar cuando se va hacer una exposición ante un grupo grande y se requiere saber las inquietudes que se tienen sobre el tema en cuestión o para sondear el conocimiento que hay sobre el tema. Puede utilizarse también para que el grupo formule preguntas o inquietudes después de una exposición.

##### **Recomendación:**

Esta técnica puede aplicarse modificando la cantidad de personas por subgrupos y el tiempo de trabajo, pero teniendo como máximo ocho personas y un tiempo de 10 minutos. También puede entregarse una hoja a cada grupo para que escriba su conclusión, lo que permitiría ir las agrupando y ordenando en el plenario.

No debe utilizarse cuando se quiere que los mismos participantes profundicen en un tema, puesto que en el tiempo de discusión es breve. Las preguntas o temas de la discusión deben ser concretas y precisas.

### **4.1.3 Puro cuento**

#### **Materiales:**

Papel y lápiz.

#### **Pasos a seguir:**

a) La coordinadora prepara un "Cuento" o una charla, el cual contiene fallas en cuanto a la utilización de conceptos o interpretaciones del tema que se ha venido tratando.

Luego lo lee lentamente y en voz alta.

b) Todas las participantes están sentadas. Cuando encuentran algo que es falso, se levantan. La persona que coordina pregunta a las que pusieron de pie por qué creen que es falso, y también a las que se quedaron sentadas por qué creen que es verdadero.

#### **Variante:**

El texto puede sacarse en mimeógrafo y darle a cada participante una copia para que vaya subrayando los errores. Cada participante anota lo que cree que está incorrecto.

#### **Discusión:**

Luego se discute lo que se ha subrayado. Cada una debe fundamentar lo por qué cree que es incorrecto y todas opinan al respecto. Al final se obtiene una conclusión general o una nueva redacción.

#### **Utilidad:**

Es conveniente aplicarla al final de un tema para consolidar los conocimientos y para evaluar su asimilación. También como forma para motivar la profundización en la discusión del tema que se ha tratado.

## **4.2 Técnicas De Comunicación**

Las técnicas de comunicación persiguen el objetivo de que las participantes en las dinámicas valoren la importancia de este proceso para que la relaciones directas entre las personas y la sociedad en general. Estas técnicas nos dan elementos básicos para entrar a discutir y reflexionar sobre cómo se utiliza la comunicación, qué consecuencias reviste las dificultades en su de cursar, cómo lograr unidad de criterios, cómo manejarlas en sentido general, entre otros propósitos que se plantee la facilitadora. Pueden ser utilizadas con aquellos grupos que presenten dificultades en esta área.

### **4.2.1 Remover obstáculos**

#### **Materiales:**

Hoja de papel con las tareas del grupo.

Tarjetas de cartulina o papel.

#### **Pasos a seguir:**

a) Basándose en la realidad concreta de un grupo (sus problemas, planes de trabajo, integrantes, etc.), se prepara el material que apoye la identificación de los problemas.

Ejemplos: en esta hoja están las actividades y metas que nos habíamos propuesto, veamos qué hemos logrado realizar hasta ahora:

No hemos logrado realizar todas las actividades planificadas, por ejemplo, no hicimos el campismo.

La asistencia a clases ha tenido dificultades.

b) Se prepara de antemano una serie de preguntas básicas que permitan ubicar los

"Obstáculos" que ha habido para realizar el plan de trabajo o funcionamiento del grupo. Y ya sea de forma individual o en grupo (según el número de participantes y el tiempo) se deben responder de forma honesta y crítica.

Ejemplo: ¿Qué defectos personales obstaculizan el logro de las metas?, ¿Qué obstáculos vemos dentro del grupo que impiden la realización de los programas que tenemos?

c) Los grupos o personas escriben en las tarjetas sus opiniones (una opinión por tarjeta), ejemplo, un defecto personal, siendo honesta, es que soy un poco indisciplinada.

d). Se hace una clasificación de las tarjetas empezando por la primera pregunta y así sucesivamente.

e). Una vez clasificada una pregunta, se ve cuál es el obstáculo central, lo mismo se hace con el siguiente ejemplo: El obstáculo central que encontramos en los defectos personales es la irresponsabilidad.

f) Luego de la clasificación se pasa, utilizando la misma mecánica, a sugerir posibles soluciones a los obstáculos centrales.

Ejemplo: ¿Qué podríamos frente al problema de la falta de responsabilidad?

**Discusión:**

Es importante que la facilitadora fomente la discusión, aclaración y sustentación de las propuestas y problemas que se plantean.

**Utilidad:**

Esta técnica resulta muy útil para diagnosticar el nivel de desarrollo de un grupo, de acuerdo con la profundidad del análisis que se realice y las posibles soluciones que se plantean.

Pone al descubierto el proceso de comunicación existente en el grupo, el estilo de comunicación.

#### **4.2.2 Yo lo miro así**

##### **Materiales:**

Un libro u otro objeto que reúna características semejantes para el desarrollo del ejercicio.

##### **Pasos a seguir:**

a) Se piden tres voluntarias que salgan del sitio donde están reunidas, y se le pide que hagan una descripción objetiva de un libro. Cada una va a describir sólo una parte, sin ponerse de acuerdo entre ellas de cómo lo van hacer.

No pueden decirse para qué sirve, ni qué se piensa de él, ni ninguna otra valoración personal, se debe hacer solamente una descripción objetiva.

b) En un segundo momento, uno por uno debe pasar al plenario a describir la parte que le tocó del objeto. Al plenario se le debe haber dicho que debe "Adivinar" a qué objeto se están refiriendo las compañeras. Deben explicar qué cosas les hizo pensar en el objeto que digan.

##### **Discusión:**

El análisis debe girar alrededor del hecho de que a una misma cosa o hecho se le pueden dar diferentes interpretaciones, en función del punto de vista que se diga, así mismo, debe quedar clara la idea de cómo el conocimiento parcial lleva a elaborar ideas equivocadas, lo cual sucede muy a menudo en la vida cotidiana, en las noticias, comentarios, chismes, etc.

##### **Utilidad:**

Puede aplicarse cuando se desea que el grupo analice aspectos que inciden en los problemas de comunicación y para hacerlo consiente de la necesidad de dar la información completa.

### **4.2.3 Rompecabezas**

#### **Materiales:**

Cartón o cartulina para elaborar cinco rompecabezas iguales que formen cada uno un cuadrado. En cada caso, las piezas que forman el cuadrado son de diferentes formas de modo tal que cada rompecabezas tiene piezas distintas, tres piezas cada rompecabezas.

#### **Pasos a seguir:**

a) Se preparan cinco sobres donde, en cada uno, están mezcladas las piezas que conforman los cinco rompecabezas.

b) Se piden cinco voluntarias que se sientan en círculo alrededor de una mesa o en el suelo.

En el centro se colocan los cinco sobres, cada uno deberá tomar uno de los sobres y deberá completar un cuadrado.

c) Se dan las diferentes explicaciones a las cinco voluntarias:

Ninguna miembro del grupo puede hablar.

No se pueden pedir piezas ni hacer gestos solicitándolos.

Lo único que es permitido es dar y recibir pieza de las demás participantes.

d) Quien coordina indica que se abran los sobres que tienen un tiempo límite de 5 minutos para armar el cuadro, y que las piezas están mezcladas. El resto de las participantes observa y anota todo aquello que sucede.

e) La dinámica termina cuando dos o tres participantes hayan completado su cuadrado, o cuando se hayan acabado el tiempo que se había establecido.

#### **Discusión:**

La discusión se inicia preguntándoles a las compañeras qué realizaron, cómo se sintieron, qué dificultades tuvieron. Es a partir de cómo de desarrollo la dinámica, que se hace la reflexión sobre el papel de la comunicación; el aporte personal y el apoyo mutuo, las actitudes dentro de un campo de trabajo.

Esta reflexión se realiza partiendo de las inquietudes y contexto particular de cada grupo.

Ejemplo: ¿Cómo se sentían cuando no les entregaban una pieza?

Me enojaba, porque él tenía la pieza que yo necesitaba.

**Recomendación:**

Si se quiere hacer participar a una mayor cantidad de compañeras se preparan varios juegos de rompecabezas, según el número de equipos que se quiera formar.

**4.3 Técnicas De Dramatización**

Las técnicas de dramatización le permite a la facilitadora trabajar diferentes temas a través de una expresión escenificada, con la utilización del lenguaje verbal, corporal, gestual y facial; de esta manera las participantes representan hechos, situaciones de la vida, actitudes, conductas propias o de otras personas, permitiendo la visión de los problemas desde otro punto de vista, en la medida en que la persona se inserta de manera activa en la reanimación de momentos vitales a partir de los cuales pueden organizar sus ideas y reevaluar la situación.

**4.3.1 El sociodrama**

El sociodrama es una representación de algún hecho o situación de la vida real que después será analizado por el grupo. En esta representación se utilizan gestos, acciones y palabras, pero no se necesitan otros recursos especiales como un texto escrito, ropa especial, y mucho tiempo para prepararlo.

**Pasos a seguir:**

- a) Selección del tema: las miembros del grupo escogen un tema que les interesen analizar; este también puede ser sugerido por la facilitadora de acuerdo algún objetivo específico que se haya trazado de antemano. Lo importante es que quede claro y preciso cuál es el tema que se va a presentar y por qué se va hacer en ese momento.
- b) Conversación sobre el tema: aquí las miembros del grupo, dialogan un rato sobre lo que conocen del tema, cómo lo valoran, cómo lo han vivenciado, qué reflexionado sobre el tema en cuestión.
- c) Elaboración de la historia o argumentos: el grupo, llegando este momento, debe ordenar los hechos y situaciones que se han planteado en relación con el tema, para elaborar una historia o argumento que se va dramatizar. El grupo también puede dramatizar algún hecho o

situación concreta descrita por alguna participante, por lo que no sería entonces necesario una historia, solamente ajustar el argumento. En este paso se debe precisar:

¿Cómo realizar la situación, con qué orden va a dramatizar los distintos hechos?

Definir las participantes de la historia.

Distribuir a quien le toca representar cada participante.

Aclarar en qué momento tiene que actuar cada una. En ocasiones, solo parte del grupo interviene en la dramatización y el resto observa. Debe aclararse que la elaboración puede realizarse con todo el grupo o con quienes realizaran la misma.

- d) Dramatización: ya en este momento se pasa a realizar la dramatización para lo cual es importante tener en cuenta algunos requisitos: personajes reales, actuar con responsabilidad, identificándose respectivamente con ellas, utilizar también gestos y movimientos, hablar con lentitud. Se pueden utilizar algunos objetos que ayuden en la representación, por ejemplo, pañuelos, libros, letreros, carteras, etc. El resto del grupo debe intervenir durante la representación de las escenas, tratando de mantenerse atentas y calladas.

### **Discusión:**

Después de que concluya la dramatización, las miembros del grupo, tanto aquellas que actuaron como las que observaron, cometerán sobre lo presentado, que situaron, que ideas o recuerdos vinieron a sus mentes, así el grupo analiza el tema que se presentará, tratando de llegar a conclusiones.

### **Utilidad:**

Esta técnica puede resultar útil cuando al inicio de un tema deseamos saber el conocimiento que tiene los miembros del grupo sobre el mismo. Desde el punto de vista didáctico puede ser una herramienta importante para profundizar en el conocimiento de determinados contenidos, para sintetizar los conocimientos y llegar a conclusiones.

La facilitadora puede emplearlas en aras del que el grupo gane en claridad sobre aspectos sobre los cuales no hay unidad de criterios entre sus miembros; en la dramatización, tanto el espectador como el que actúa, vivencia el hecho o situación que se discute desde las posturas diferentes a

las de la vida real, como observador, como participante, en el rol de la otra, lo que propiciará empatía grupal.

#### **4.3.2 La Pantomima**

##### **Procedimiento de aplicación:**

La pantomima es una actuación sin palabras, o sea, muda. El mensaje se transmite con el movimiento del cuerpo y los gestos de la cara. Es conveniente utilizarla cuando hay mucho ruido y es difícil que las voces se han escuchadas por todos en el grupo, o por alguna miembro teme expresarse verbalmente.

##### **Pasos a seguir:**

Se siguen los mismos pasos que en el sociodrama; pero aquí la dramatización se realiza sin palabras, por lo que es necesario escoger con mucho cuidado las actitudes o reacciones que puedan transmitir mejor el mensaje, así como utilizar expresiones, gestos o movimientos conocidos por todos y exagerarlos un poco al hacerlos. En el caso de aquellas personas que nunca han hecho pantomima, es recomendable antes de empezar hacerlo, que ensayen con ejercicio la expresión corporal.

##### **Utilidad:**

Su principal utilización viene dada por la importancia de desarrollar, por ejemplo, en las futuras profesoras, la comunicación no verbal, es decir, a través de gestos, mímica, expresiones corporales. La limitación de la técnica radica en que no permite la expresión de las ideas de los personajes; pero es muy útil para presentar hechos, situaciones, actitudes y estados efectivos.

### **4.3.3 Las estatuas**

#### **Pasos a seguir:**

a) Se le da la instrucción al grupo de que debe elaborar una figura que exprese determinada idea, concepto, sentimiento, etc. Dichas figuras se creará utilizando a una o varias personas que son colocadas en determinada posición, sin movimientos y sin palabras; pero con un nivel de expresión que transmita el mensaje.

b) La facilitadora puede designar una o dos miembros del grupo para que organicen la estatua. Todas las miembros pueden discutir durante algunos minutos y ponerse de acuerdo en las posiciones que cada una debe asumir para formar la estatua que decidieron previamente.

También la facilitadora puede formar varios equipos y darles a cada uno la tarea de formar una estatua sobre un mismo tema, lo que permitirá contrastar imágenes y puntos de vista diferentes a diferencia de las técnicas anteriores, las estatuas no necesitan preparación anterior para realizarse, lo único que se necesita es tener elegido el tema.

#### **Discusión:**

Después de formada la estatua se discutirá en el ceño del grupo sobre el mensaje transmitido, la impresión que las miembros tienen sobre el mismo, si están de acuerdo con él, por qué están o no de acuerdo con la figura formada, si durante su elaboración se hicieron cambios, ¿Por qué se hicieron?, si estuvieron de acuerdo o no con lo mismo, qué relación tiene la idea expresada con la realidad del grupo en cuestión, entre otros aspectos que deberán ser aclarados en la medida en que surjan. Veamos un ejemplo: En una reunión de la colectiva estudiantil se discute sobre las actitudes de algunas estudiantes que afectan la dinámica del trabajo grupal. La facilitadora guía, decide utilizar la técnica de las estatuas para facilitar el análisis del tema, y para ello sigue los siguientes pasos:

1. Designa a una estudiante que le pide que elabore una estatua (junto con otras estudiantes). Que expresen su idea sobre el individualismo.
2. La estudiante llama a algunas miembros del grupo y las coloca en las posiciones que ella cree representan mejor su idea del individualismo y explica el por qué los puso así.
3. La facilitadora pide a las otras estudiantes que opinen y si alguien quisiera cambiar o añadir algo a la figura.

4. Otras estudiantes hacen distintos cambios a la figura original, cambia algunas posiciones de las estatuas, añaden o quitan algunas, eliminan o ponen determinados gestos, siempre explicando por qué lo hacen así, hasta que todas están de acuerdo con la idea que esta expresada en las estatuas.
5. La facilitadora sugiere iniciar la discusión.

**Utilidad:**

A través de la técnica la facilitadora puede conocer que ideas o imagen tiene el grupo sobre el tema, antes de comenzar a trabajarlo, y después de concluirlo, también permite comprobar si realmente el grupo asimilo correctamente la información que sobre dicho tema se debatió, por ejemplo, si una facilitador comienza a trabajar en el grupo la comunicación desea conocer qué valoración tiene el mismo sobre este aspecto, puede emplear esta técnica para lograr este propósito; luego, posteriormente, si ha realizado un trabajo con el grupo para cambiar de terminados prejuicios y valoraciones de partida, puede introducir las estatuas para comprobar si realmente en el grupo se ha logrado estos cambios y se ha asimilado la información transmitida.

Mediante esta técnica las miembros del grupo pueden conocer las opiniones y puntos de vista de cada una de ellas sobre determinados aspectos de la realidad, lo cual contribuye al mejoramiento de las relaciones interpersonales y de la comunicación.

## **5. Técnicas de Cierre:**

Por lo general, cuando se realiza cualquier actividad, un aspecto importante se refiere al momento en que evalúa si los fines que se trazaron previamente se cumplieron. De ahí que los objetivos generales de este grupo de técnicas sean:

Permitir que el grupo valore hasta qué puntos los objetivos que se trazaron se cumplieron, así como el desarrollo del propio proceso grupal.

Brindarle a la facilitadora un medio de comprobar cuanto ha avanzado el grupo en la consecución de la tarea; así como valorar todo aquello que pueda a ver influido en el avance o retroceso del grupo, incluido su propio desempeño del rol de coordinadora o facilitadora.

Algunas de estas técnicas pueden utilizarse tanto al final de la sesión, como al terminar una serie de sesiones que tienen una continuidad. Otras son más recomendables para evaluar el conjunto de sesiones que han trabajado con el grupo.

Por lo general, una característica distintiva de este grupo de técnicas es que no te acostumbras a realizar una discusión sobre sus resultados, aunque no es algo necesariamente alegatorio.

También en este punto se hará referencia a algunas de las técnicas ya vistas que, aunque su objetivo específico está dirigido a otro aspecto, con algunas modificaciones se pueden utilizar también para el cierre. Es este caso, no se explicara en detalle la técnica, sino solamente como puede utilizarse para este momento que se está tratando.

## 5.1 Mirada Retrospectiva

### ¿Qué es?

Es una técnica de evaluación de una experiencia vivida.

### ¿Para qué Sirve?

Para que cada participante de un grupo exprese los aspectos positivos y negativos de una experiencia.

### ¿Cómo se hace?

#### **1er. Momento**

La facilitadora presentará a las participantes las siguientes interrogantes, para ser respondidos individualmente:

¿Me gusto?

¿No me Gusto?

¿Qué Aprendí?

¿Qué otras cosas me gustaría aprender?

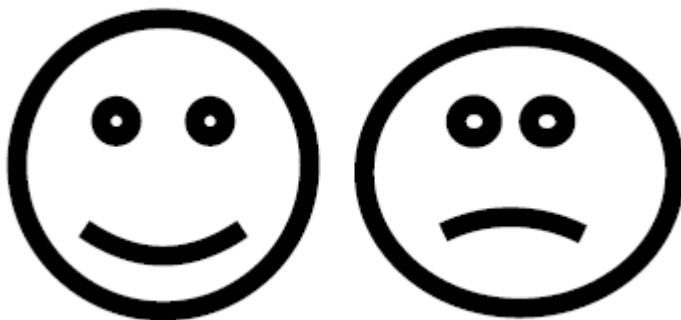
¿Cómo la pasé?

¿Cómo me sentí?

Otras preguntas...

#### **2do. Momento**

Se formaran grupos de 4 a 6 integrantes. A nivel grupal, cada participante comentara las respuestas y, entre todas producirán un afiche que dé cuenta de los aspectos positivos y negativos de la experiencia vivida.



#### **3er. Momento**

Cada grupo expondrá su producción y la capacitadora dará su opinión respecto de la experiencia.

## **5.2 (PNI Positivo, negativo e interesante)**

### **Materiales:**

Una hoja de papel pequeña para cada una de las miembros.

### **Procedimiento de aplicación:**

Por lo general se aplica al final de una sesión, aunque puede utilizarse al final de toda una etapa de trabajo del grupo.

### **Pasos a seguir:**

- a) Se le entrega una hoja de papel a cada miembro del grupo por la facilitadora
- b) Se les orienta que cada una, de forma individual, sin consultar con nadie, escriba lo que ha encontrado de positivo, negativo e interesante en la sesión o grupos de sesiones.
- c) Una vez que han llenado las hojas, esta se recogen.

Para esta técnica existen varias variantes:

#### **Variante I:**

Se les pide que piensen en los aspectos positivos de la sesión. A través de una ronda, cada una expresa su criterio; la coordinadora lo refleja todo en la pizarra o en papelógrafo. A continuación se pide su criterio sobre los aspectos negativos y se procede igual. Se finaliza con lo interesante.

#### **Variante II:**

Se les pide que piensen en los aspectos positivos de la sesión y una vez que se hace el análisis individual, se organizan en equipos en donde se resumirá el trabajo de cada una. Después se expone y refleja en la pizarra o en un cartel.

## **5.3 El espacio catártico**

### **Materiales:**

Tres sillas o, en su defecto, cualquiera cosa que establezca tres espacios.

### **Procedimiento de aplicación:**

Esta técnica es recomendable para ser utilizada en la sesión final después de que el grupo haya hecho una evaluación del trabajo realizado, del cumplimiento de los objetivos etc.

**Pasos a seguir:**

a) La coordinadora coloca las sillas una al lado de la otra. Y le plantea al grupo que cada una debe sentarse sucesivamente en cada silla y expresar sus vivencias. En la primera silla se expresa "Cómo llegue", en la del medio se refiere a: "Cómo me sentí durante la sesión" y la tercera silla es: "Cómo me voy ". Si no se poseen sillas o no hay suficientes pueden sustituirse por tres círculos en el suelo, con el mismo significado. Puede aplicarse cualquiera otra variante, en función de las posibilidades.

b) Cada una va pasando por el espacio catártico y expresando sus vivencias.

**Utilidad:**

Sirve para hacer explícito los sentimientos y emociones que han experimentado y experimenta las participantes provocados por la actividad grupal. Le permite a la coordinadora valorar el impacto del trabajo grupal en cada una de sus miembros