

Y SI FUERA CONMIGO



OBJETIVOS

Un desafío para profundizar en tus conocimientos sobre las personas que te rodean. En esta actividad te invitamos a “sentir con la otra persona”, con el objetivo de reflexionar sobre las dificultades que tienen los demás y lo que sentirías si estuvieras en su lugar.



MATERIAL

- Folios
- Bolígrafos



DURACIÓN

60 minutos



PREPARACIÓN

Crear grupos heterogéneos de 7 a 9 personas.

PASO 1 - El dinamizador pide a cada joven que tome un folio y escriba un problema que tenga en su vida actualmente, después doblará el papel. Se explica, al mismo tiempo, que los problemas serán leídos por otra persona, aunque serán anónimos.

PASO 2 - Se invita a los jóvenes a dividirse en grupos. Se coloca en el centro del grupo una bolsa en la que se introducen todos los “problemas” de ese grupo. Se mezclan bien y una persona del grupo saca un folio. Si ese es su problema lo vuelve a poner en la bolsa y saca otro.

PASO 3 - Lee en voz alta la pregunta o comentario escrita. Después cada joven del grupo debe reflexionar y compartir sobre:

- Si fuera yo ¿Qué sentiría en esa situación?
- Si fuera yo ¿Qué pasaría por mi mente?
- Si fuera yo ¿Qué es lo que más me molestaría de esta situación? ¿Qué cosas no podría solucionar solo?
- Si fuera yo ¿qué soluciones buscaría?

Después de que todos hayan compartido, se puede hacer una segunda ronda de compartir en la que, voluntariamente, cualquiera puede comentar sobre lo que escuchó de los demás.

PASO 4 - Concluye la dinámica en grupo grande con una reflexión conjunta guiada por las pistas de reflexión.

Y SI FUERA CONMIGO

PISTAS PARA REFLEXIÓN Y COMPARTIR

- Qué paso durante la dinámica?
- ¿Cómo te sentiste al escuchar a otra persona hablar sobre tu problema?
- ¿Sentiste que la persona te entendió?
- ¿Qué fue lo mas difícil de este ejercicio?
- ¿Qué hace que sea difícil comprender los problemas de otras personas?