

TÉCNICAS DE DINÁMICA DE GRUPOS

TÉCNICAS PARA FAVORECER LA COMUNICACIÓN EN LAS FASES INICIALES DEL GRUPO

1- EL BALÓN DE NOMBRES

El objetivo de esta técnica es conocer los nombres de los demás. Pueden participar entre 15 y 50 personas de cualquier edad. Según el tamaño del grupo, la duración puede oscilar entre 10 y 20 minutos.

Desarrollo: Se reúne el grupo en círculo, preferentemente de pie. El animador lanza el balón a una persona, que al recibirlo dice su nombre y lo lanza, a su vez, a otra persona cuyo nombre desconozca. Ésta, dice su nombre y lo lanza otra vez a otra persona de quien ignore el nombre. Se prosigue de este modo hasta que todos los miembros del grupo hayan dicho su nombre.

El material necesario es un balón.

2- FRASES INCOMPLETAS

Objetivo: Dar a conocer aspectos y opiniones personales entre los miembros del grupo.

Pueden participar entre 20 y 100 personas, en subgrupos de 6 u 8. Es una técnica recomendada para adolescentes y adultos.

La duración de la misma comprende 5 min. De explicación y 20 de desarrollo.

Desarrollo: Se forman pequeños grupos de 6-8 personas. Se dictan las siguientes frases incompletas y se pide que cada persona las complete según su opinión:

Me encanta.....	No puedo
Algunas veces deseo	Necesito saber
Estoy orgulloso de	Me gusta
Tengo miedo de	Ante los demás
Algo bueno ocurrido hace poco es	

Material: papel y bolígrafo.

Variantes: Las frases pueden modificarse en función del objetivo a trabajar, pudiéndose cubrir una gran gama expresando las frases adecuadas.

Observaciones: Frecuentemente algunos grupos se alargan mucho. No hay que temer cortarles antes de que acaben todas las frases, pues el conocimiento interpersonal no se agota en una sesión.

3- LA PLÁSTICA DEL GRUPO

Objetivo: Presentación de la idea de grupo de forma no verbal y sin consenso previo. El número de participantes oscila en subgrupos de 6-8 personas de cualquier edad.

Duración: 20 minutos de presentación y realización, y otros 20 de evaluación.

Desarrollo: A cada subgrupo se le da un paquete de plastilina de diferente color que el resto de los grupos, y se le pide que la divida en porciones individuales. Se pide a cada persona que modele un hombre que pueda representar su situación actual. Cuando todos han terminado, se pide al grupo que, sin hablar, realicen una composición plástica con las figuras de cada uno, expresando la idea de grupo que el conjunto posea. Después se organiza una exposición con todas las composiciones. Cada grupo explica la suya al gran grupo.

Material: Plastilina.

4- CADENA DE NOMBRES

Objetivo: Recordar los nombres e identificarlos con los rostros. El número de participantes es entre 20 y 40.

Desarrollo: Un miembro del grupo empieza diciendo en voz alta su nombre; su compañero de la derecha cita el nombre que acaba de oír y el suyo propio y así sucesivamente.

5- PALABRAS-CLAVE

Objetivo: Conocer las expectativas de un grupo frente a una tarea que comienza.

A partir de 15 participantes, con una duración de 15 a 30 minutos (dependiendo del tamaño del grupo).

Desarrollo: Se invita a los miembros del grupo a que salgan a la pizarra de uno en uno y escriban una palabra que exprese sus expectativas frente a la tarea que comienza. Se les invita a subrayar aquellas que coinciden con las suyas o tachar aquellas que se alejen. El animador hace un resumen de las expectativas y se comenta en grupo.

Material: Pizarra o papel continuo. Tiza o bolígrafos.

6- TARJETA DE VISITA O DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN

Objetivo: Conocer algunas características de los miembros del grupo de forma rápida y ágil.

A partir de 15 participantes. Duración aproximada de 30 minutos.

Desarrollo: Se invita a los participantes a escribir su tarjeta de visita con los siguientes datos:

UNA CUALIDAD PERSONAL

UN HOBBY

NOMBRE

¿QUÉ HARÍAS CON

UN VIAJE

5000 PTAS.?

(LUGAR DE

TRABAJO)

Todos los participantes se pasean por la sala con su tarjeta sobre el pecho.

Material: Bolígrafo y papel.

Variantes: El contenido de la tarjeta y la forma de ponerla en común se modificarán a juicio del animador.

7- PROYECTOS ARTÍSTICOS

Objetivo: Dar a conocer a los demás su opinión sobre sí mismo o sobre algo que se

esté trabajando.

El número de participantes es indiferente, y la edad también. La duración oscila los 45 minutos.

Desarrollo: Se invita a los participantes a construir uno de los proyectos siguientes y a explicarlo a los demás o a todo el grupo:

- a) Una “marca de fábrica” sobre el propio grupo a través de un dibujo en colores.
- b) Un escudo de armas donde se describan aspectos personales.
- c) Otro cualquiera según lo que se desee explicar.

Material: Papel, rotuladores, ceras, papel de colores,...

8- CÍRCULOS DOBLES

Objetivo: Comunicar rápidamente al grupo la opinión de cada uno de sus miembros sobre un tema previamente marcado.

Número de participantes de 15 a 100, en varios subgrupos.

Duración aproximada de un minuto por cada uno de los componentes del subgrupo.

Desarrollo: Se divide a los participantes en dos círculos concéntricos que se miran. Cada uno debe estar frente a una persona. Se les pide que se digan los nombres si no se co-nocen. Se plantea una pregunta:

- ¿Qué comprarías con 500 ptas.?
- ¿Qué asignatura prefieres?
- Di algo de ti mismo que te gustaría cambiar.

Cuando todos han acabado el círculo exterior corre un lugar y se forman nuevas pare-jas.

Variantes: Puede ser utilizada para poner en común otras técnicas utilizadas.

9- ELECCIÓN FORZOSA - ELECCIÓN CONTINUA

Objetivo: Informar a los miembros del grupo de aspectos personales sin necesidad de comunicarlos verbalmente.

De 15 a 40 participantes, a partir de los 10 años. Duración sobre los 30 min.

Desarrollo: Se pide a los participantes que se agrupen en el centro de la sala y se les indica que se les van a plantear opciones contrarias y que deberán elegir necesariamente una de las dos, trasladándose al extremo de la sala que indique esa opción. Deberán fijarse también en la posición de los demás. Cada cuatro o cinco preguntas, se deja un tiempo para que los que lo deseen expresen el porqué de sus opciones o pregunten a los demás.

Las preguntas pueden ser de diferente nivel de compromiso, por ejemplo:
¿Prefieres el campo o la playa para tus vacaciones? ¿Estarías más a gusto en una sala 10 grados más cálida o más fría? ¿Un concierto o un partido de basket? ¿Te consideras líder o seguidor? ¿Vivir en la ciudad o en una masía? ¿Elegirías ser diputado o Director del Corte Inglés?,...

10- COMUNICACIÓN DE ESPALDAS

Objetivos: Conocerse. Fomentar una mayor comprensión del otro. Descubrir ciertas limitaciones y condicionamientos en la comunicación.

Pueden participar todos los miembros del grupo.

Duración: 35 minutos.

Desarrollo: Por parejas, se sienten en el suelo colocándose, espalda con espalda, de manera que las cabezas queden juntas por la parte de atrás. Las parejas deben estar suficientemente separadas unas de otras, a fin de que puedan hablar sin molestarse entre sí. Cada pareja ha de iniciar una conversación sobre un tema libre durante 15 minutos. Se puede acompañar este momento de conversación con una música de ambiente. Todos juntos hacen el feed-back, observando como por ejemplo facilidad o dificultad para comunicarse, cómo captaron a la otra persona dentro de esta modalidad de diálogo,...