

**HUELLAS EN EL FACEBOOK
¡APROVECHANDO LAS REDES SOCIALES!**

- Puedes crear un grupo en el Facebook, con el nombre de la Etapa y el Lugar Huellas de procedencia. Por ejemplo: Huellas Blancas/El Nula
- Publica todas las actividades que realices como Huellas Blancas, la idea es usar el espacio para avisar, recordar y comunicar a todos lo que hacen. No olviden montar sus fotos y vídeos.
- Atención Asesor: Puedes aprovechar cada encuentro para que los chicos comenten las experiencias vividas a través de los compromisos realizados durante la semana.

Recursos Alternativos

A continuación se presentan algunos recursos que te sugerimos para el desarrollo de los encuentros Huellas. Se les denomina Alternativos porque pueden ser usados a conveniencia del Asesor, además, se incluyen ideas para desarrollar y propiciar el uso de las tecnologías dentro de nuestro grupo juvenil. Se dividen así mismo en Lecturas Complementarias, En las Redes Sociales, Dinámicas y Técnicas participativas, Vídeos y Canciones.

Lecturas Complementarias, son cuentos, artículos y otros textos que se refieran al tema central de la bitácora.

En el Facebook, se proponen diferentes ideas para que los Huellista y Asesores puedan participar de la red social de manera activa presentando sus aportes a través de fotos, notas, discusiones, foros y la creación de aplicaciones interactivas.

Dinámicas y Técnicas participativas, para que los huellistas reflexionen, dialoguen y compartan las experiencias a partir de su propia realidad y mantengan interés en los temas propuestos.

Canciones y Vídeos, podrás tener una lista de canciones y vídeos disponibles que puedes usar además de los ya expuestos en el tema. Te especificamos los link (direcciones electrónicas) para que puedas ubicarlos directamente.

TEMA: La Comunicación

Lecturas Complementarias

- Título: Cuento que fomenta el amor filial
Autor: Maén Puerta
Enlace: <http://www.guiainfantil.com/1238/cuento-sobre-el-amor-filial-de-sonrisa-en-sonrisa.html>
- Título: La Comunicación En La Familia
Autor: Maén Puerta
Enlace: <http://www.guiainfantil.com/educacion/familia/comfamilia.htm>
- Título: El Puente
Autor: José Ignacio Angós

En el Facebook

Pisando Tierra:

- **Estableciendo alianzas.** Anima a los Huellistas a busca a tus amigos en las redes sociales (Facebook, My Space, Twitter y otras), si no tienes cuenta en una ábrela, registra tus datos y comienza a explorar la página.
- Creación del Grupo, escojan a algún Huellista que maneje muy bien el Facebook para que abra el grupo de su Etapa. Recuerda que éste debe llevar el nombre de la Etapa y el Lugar Huellas de procedencia. Por ejemplo: Huellas Blancas/Jacob Pérez Carballo.

Abriendo Horizontes:

- Presenta en el *Grupo* creado la actividad “Una Buena Comunicación al Estilo Huellas Blancas”, a través de una nota. No olviden etiquetar a todos para que puedan comentar y participar.
- El Asesor puede publicar una nota con el material “Cómo el Huellista puede comunicarse con sus padres” para que los huellistas puedan comentar sus apreciaciones y opiniones.
- Invitar a los Huellistas a buscar vídeos con canciones que traten la comunicación y la amistad en Youtube. Por ejemplo: El Vídeo de Amigos de Alex Campos.

Novedad:

- Comentar en su muro o en el muro del Grupo “Cómo has visto reflejado a Dios”, tomando en cuenta la canción Ayer te vi de Jesús Adrian Romero.

Las Palabras No Bastan:

- Motiva a los Huellistas a publicar en el grupo una Imagen, foto ó símbolo que exprese “Lo que quiero comunicarle a Dios o a Jesús” No olviden colocar el título a la imagen.

Vídeos

Lista de vídeos que puedes usar para este tema:

- **Título:** Alex Campos: Sueño de Morir
Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=759mkLBqezI&feature=related>
Descripción:

Canciones

Lista de canciones que puedes usar para este tema:

- **Amigos – Alex Campos**
- **Abriendo Caminos – Diego Torres y Juan Luis Guerra**
- **Amigos – Laura Paussini**
- **Háblame – Mariana Vega**
- **Vamos a Vivir – Isa TKM**

Trucos para facilitar la comunicación en la Familia

Maén Puerta

Si es importante el diálogo en las relaciones interpersonales, lo es aún más la comunicación en la familia. La comunicación está guiada por los sentimientos y por la información que transmitimos y comprendemos. La comunicación nos sirve para establecer contacto con las personas, para dar o recibir información, para expresar o comprender lo que pensamos, para transmitir nuestros sentimientos, comulgar algún pensamiento, idea, experiencia, o información con el otro, y nos unimos o vinculamos por el afecto.

Cuando existe la comunicación en una familia, seguramente se puede afirmar que existe un compañerismo, una complicidad, y un ambiente de unión y afecto en la casa. Habrá sobretodo un respeto mutuo y unos valores más asentados. Sin embargo, crear este clima de comunicación en la familia, no es así una tarea tan fácil. Hay que ayudar a los hijos con prácticas, es decir, que los padres introduzcan mecanismos que faciliten la comunicación.

Pequeños consejos para mejorar la comunicación entre padres e hijos.

- Al dar una información, busca que siempre sea de una forma positiva.
- Obedecer a la regla de que "todo lo que se dice, se cumple".
- Empatizar o ponernos en el lugar del otro.
- Dar mensajes consistentes y no contradictorios.
- Escuchar con atención e interés.
- Crear un clima emocional que facilite la comunicación.
- Pedir el parecer y la opinión a los demás.
- Expresar y compartir sentimientos.
- Ser claros a la hora de pedir algo.

Puerta, M (2008). Trucos para facilitar la comunicación en la Familia.

El Amor Filial

Maén Puerta

Una mañana, Patricia se despertó asustada por un sueño que había tenido. Soñó que a todas las personas que conocía se les había borrado la sonrisa. Estaba rodeada de gente muy triste, con caras alargadas, con el ceño fruncido, con rostros llenos de amargura, cosa que no le agradó nada.

Hasta su mamá, que era muy alegre y siempre tenía un chiste para compartir, sólo gritaba y mostraba mal humor. De igual manera su padre y hermano; para no hablar de la maestra, que tenía un rostro de estatua, y sus compañeros de clase, quienes ni con una broma reían. Esto angustió mucho a Patricia, ya que siempre pensaba que la sonrisa era la forma natural de comunicarse para entender al amigo, al hermano y a los padres. Esto lo pensaba debido a que sus mejores ratos los había vivido cuando todos los miembros de la familia se reían.

Pero llegó al punto de que el susto invadió todo su cuerpo y dijo: "Menos mal que sólo fue un sueño", al momento en que su mamá llegó a la cama con el desayuno y una tremenda sonrisa, dándole un beso y diciéndole que el día hay que empezarlo feliz.

Dinámicas y Técnicas Participativas

Para este tema se recomiendan las siguientes dinámicas

1. La Telaraña

OBJETIVOS

Presentación e Integración

MATERIALES

Una bola de cordel, o estambre.

LUGAR

Un espacio amplio.

INSTRUCCIONES

Los participantes se colocan de pie formando un círculo y se le entrega a uno de ellos la bola de estambre; el cual tiene que decir su nombre, procedencia, edad y película favorita, entre otros que el Asesor considere. Luego, éste toma la punta del cordel y lanza la bola a otro compañero, quién a su vez debe presentarse de la misma manera. La acción se repite hasta que todos los participantes quedan enlazados en una especie de telaraña.

Una vez que todos se han presentado, quién se quedo con la bola debe regresarla al que se la envió, repitiendo los datos dados por su compañero. Este a su vez, hace lo mismo de tal forma que la bola va recorriendo la misma trayectoria pero en sentido inverso, hasta que regresa al compañero que inicialmente lanzó. Hay que advertir a los participantes la importancia de estar atentos a la presentación de cada uno, pues no se sabe a quién va a lanzarse la bola y posteriormente deberá repetir los datos del lanzador.

2. **COMUNI – K – 2: Socializando**¹

OBJETIVOS	Comunicación: Que los participantes hagan conscientes sus propios comportamientos verbales y experimenten las diferencias entre la comunicación verbal y la comunicación no verbal.
MATERIALES	Ninguno
LUGAR	Un espacio amplio.
INSTRUCCIONES	<ul style="list-style-type: none"> - El facilitador le pide a los participantes que <i>socialicen</i> (<i>conversen e interactúen unos con otros</i>) por 15-20 minutos. Durante este periodo el facilitador monitorea las conversaciones y le pide a los participantes que cambien de vez en cuando sus acciones y conversaciones. - Pasados los 20 minutos, el facilitador pide a los participantes que formen un círculo. Se le indica a cada participante que debe saludar a todos los demás miembros del grupo, dándole un abrazo a cada uno. - Se pide a los participantes que formen parejas. Se les indica que deben comunicarse usando patrones de comunicación no verbales, tales como contacto visual, gestos físicos, muecas, etc. (no pueden hablar). - Luego de 5 minutos se pide a los participantes que cambien de parejas y se repite el paso anterior varias veces (cada participante debe comunicarse no verbalmente con, al menos, otros tres miembros del grupo) - Se dan unos minutos para que los participantes mediten acerca de su experiencia.
REFLEXIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Se reúne al grupo para discutir con base en las siguientes preguntas: ¿qué aprendieron acerca de sus habilidades sociales y su comunicación verbal?, ¿cómo interpretan la palabra socialización?, ¿qué aprendieron acerca de la habilidad de socializar no verbalmente?, ¿cómo se eligieron los patrones de comunicación?, ¿cómo se sintieron con el contacto físico?, ¿Por qué creen que se sintieron de esa manera?, ¿cuál fue la reacción al tener que cambiar de pareja y socializar con otra persona?, ¿consideran que la experiencia fue gratificante?, ¿por qué?.
VARIACIONES	<ul style="list-style-type: none"> - Luego de la ronda de socialización no verbal, se puede pedir a los participantes que expliquen al grupo, sin hablar, sus patrones de comunicación. Luego de esta explicación se les pide que los expongan verbalmente. Se discute sobre la diferencia entre las explicaciones no verbales y verbales. La socialización no verbal puede darse primero en parejas y luego en tríadas. Durante el procesamiento el facilitador ayuda a los participantes a determinar si la adición de una tercera persona facilitó u obstaculizó la comunicación.

¹ *Kenneth, M y Kenneth, C. en The Encyclopedia of Group Activities: 150 Practical Designs for Successful Facilitating (1989), page. 165-166, San Diego, CA: University Associates. Adaptación: Susana Ortega Moncada. Edición: Lic. Sandra Benaim de Katz. www.proyectoarmonia.com y UCAB, 2003.*

3. Grietas de Comunicación²

<p>OBJETIVOS</p>	<p>Comunicación: practicar comunicación efectiva y barreras en la comunicación.</p>
<p>LUGAR</p>	<p>Cerrado, aula.</p>
<p>MATERIALES INSTRUCCIONES</p>	<p>2 Folios, marcadores.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explíquelo a los participantes: <i>“Vamos a establecer ciertas normas grupales para comunicarnos. No queremos herir los sentimientos de las personas y no queremos comunicarnos de una forma que nos incite a pelear. ¿Qué deberíamos hacer para tener una comunicación efectiva y respetuosa?”</i> - Coloque en un folio el título: “Ayudantes de la comunicación” o “El Poder de la Comunicación Efectiva”. Escriba las sugerencias de los niños sobre conductas para una comunicación positiva. Cuando un niño formule algo en negativo, como “no burlarse de otros”, pídale que aguanten esa sugerencia por el momento. Por ahora ninguna de las sugerencias debe empezar por la palabra “no”. - Titule otro folio “Grietas (Barreras) en la comunicación”. Discuta lo que son las grietas (o las barreras) y porqué las personas quieren evitarlas. Pregúntele a los niños: ¿Qué formas de comunicación son como grietas y deberíamos evitarlas en clase? ¿Qué cosas decimos o usamos para comunicarnos y que hacen que las personas se sientan mal o se molesten?. Escriba las ideas de los niños para la comunicación negativa. - Coloque los dos folios donde todos puedan verlos. Haga que los niños que no formaron parte de la discusión den su opinión y añádalas a la lista.
<p>REFLEXIÓN</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexione con el grupo: - ¿Cómo ha ayudado al grupo el seguir las sugerencias de comunicación efectiva? - ¿Cómo podemos ayudar a otros a seguir estas ideas?. - ¿Qué grietas se nos presentan en nuestra vida diaria como grupo? ¿Cómo podemos mejorarlas?

² Kreidler, William y Furlong, Lisa (1995). *Adventures in Peacemaking*. Hamilton MA: Project Adventure, inc. Pág. 105. Traducido y Adaptado por: Lic. Marlene Konietzny. Edición: Lic. Sandra Benaim de Katz. www.proyectoarmonia.com y UCAB, 2004.

TEMA: Trabajo en Equipo

Lecturas Complementarias

- **Título:** El Gran Equipo.
Autor: Pedro Pablo Sacrista.
Link: <http://cuentosparadormir.com/infantiles/cuento/el-gran-partido>
- **Título:** Mi vieja máquina de escribir y el trabajo en equipo.
Autor: ALC Gestión Empresarial
Link: <http://alcgestionempresarial.wordpress.com/category/cuentosmetaforas-y-fabulas/>

En el Facebook

Pisando Tierra

- Publica las fotos de los disfraces en su *Grupo*.
- Envía a Galeriahuellas@gmail.com las imágenes que desees. Especifica: actividad realizada, etapa, participantes, lugar Huellas, nombre del Asesor/Guía y una breve descripción de lo realizado, para ser publicado en nuestro Blog y Página Web.

Abriendo Horizontes

- Invita a los Huellistas a publicar el poema o canción "*Lo que estoy dispuesto a hacer para que el trabajo en equipo sea posible*" en la página principal de su red social, a través de una nota. Recuerda Etiquetar a todos los Huellista de tu etapa.
- Aprovecha el *Grupo* y ponte de acuerdo con los Huellistas para organizar el compartir del próximo encuentro. Para esto será preciso avisar durante el encuentro, la idea de ponerse de acuerdo a través de sus redes sociales o chat personal, para que todos tengan la oportunidad de revisar el *Grupo* o su página de inicio.

Novedad

- Pídele a los Huellistas que comenten en el *Grupo* las escenas de la película que le gustaron más, y en qué forma fueron impactados. Recuerda ser el primero en participar para darle un modelo de cómo participar.
- Ubica en *Youtube* las escenas que te gusten de la película y publica el enlace en tu muro.

Las Palabras no Bastan

- Publica en el *Grupo* las fotos de la actividad sugerida para este encuentro. Recuerda enviarlas al correo de Huellas (arriba señalado) para publicarlas en el blog de nuestro movimiento.

Vídeos

Título: Trabajo en Equipo

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=d0boxDJ3gqE>

Descripción:

Título: Trabajo en Equipo – El espíritu del Delfín

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=JDnMt8K11GU&feature=related>

Descripción:

Título: Actitud y Trabajo en equipo

Enlace: http://www.youtube.com/watch?v=es53gj_AxLU&feature=related

Descripción:

Canciones

- **Cuentas conmigo** – Jesús Adrian Romero
- **Abriendo Caminos** – Diego Torres
- **Las Avispas** – Juan Luís Guerra
- **Ya no estamos solos** – Eros Ramazotti y Ricky Marti

Dinámicas y Técnicas Participativas

1. Silla Cooperativa

OBJETIVOS	Cooperación y Trabajo en Equipo
LUGAR	Amplio y abierto.
MATERIALES	Ninguno
INSTRUCCIONES	<ul style="list-style-type: none">- Presente la actividad como un reto al grupo, que sólo será exitoso si cada participante presta suficiente atención y colabora.- Pídale que formen un círculo parándose unos al lado de otros, hombro con hombro. Pídale que giren a su izquierda, de forma tal que den la cara a la espalda de la persona que tenían al lado. Todos deben dar pasos hacia el centro del círculo hasta quedar parados de manera que la punta de los dedos de los pies, toque el talón de la persona que está adelante y con las manos en los hombros de esa persona. Se debe asegurar que el círculo sea lo más redondo posible, no ovalado, no cuadrado o con otra forma.- A la cuenta de tres, todo el mundo debe doblar sus rodillas y sentarse en las piernas de la persona que está detrás. Anime al grupo a poner todo su peso sobre la persona que lo sostiene, en lugar de luchar por lograr equilibrio al estar en la posición de sentado. El círculo no funcionará si los participantes no confían en que la persona que tienen detrás soportará su peso.- Para un reto extra, observe cuánto tiempo pueden aguantar la posición, o trate de dar pasos pequeños y sincronizados alrededor del círculo.
REFLEXIÓN	Al finalizar la actividad haga las siguientes preguntas de reflexión: ¿Cuál fue la parte más difícil de la actividad? ¿Confiraron en la persona que tenían detrás al dejarse caer? ¿Cómo podría el grupo mejorar la ejecución?

TIPS

Esta actividad es apropiada para grupo que ya hayan trabajado juntos. La actividad será más efectiva si los miembros del grupo del grupo tienen más o menos las mismas edades y tamaños similares.

2. DE PELOTAS A PALABRAS

CATEGORÍA

Cooperación y trabajo en equipo: iniciativa, académico, recreativo, mezclador, recreación, juego, competencia ligera.

**LUGAR
MATERIALES**

Abierto, amplio

5-8 hula-hulas (o tripas, o marcas), muchas pelotas de ping-pong, tenis o de plástico (40 a 50) , marcadas con una letra (ejemplo)



INSTRUCCIONES

- Preparación: calcule el numero de letras que incluirá por tipo con el juego de SCRABBLE (u otro equivalente).
- Distribuya al grupo en cuatro a seis subgrupos mas pequeños, procurando que no estén los mejores amigos, ni tampoco dividirlos por sexo.
- Uno de los hula-hula es el del facilitador, los demás los va a situar en esquinas o alrededor de éste, a unos 7-8 mts, tomando como centro el h-h del facilitador. En el hula-hula del facilitador se colocan todas las pelotas marcadas con las letras.
- Sitúe a los participantes dentro de los demás hula-hulas y diga que sólo uno de los participantes de cada grupo puede permanecer fuera y puede correr al hula-hula del centro para recoger las pelotas de una en una. Al agarrarla debe correr de vuelta a su grupo y depositarla dentro del hula-hula de su grupo.
- Se cambia con otro miembro de ese grupo que correrá al hula-hula del centro O al de otro grupo para tomar las pelotas ya que una vez depositada la pelota dentro del hula-hula no puede ser protegida de los jugadores del otro grupo. Esta carrera para buscar las pelotas se para cuando uno de los equipos logra la meta (una palabra con sentido de por lo menos cinco letras) en ese momento gritan “DE PELOTAS A PALABRAS”. Pueden haber más de cinco pelotas en el hula-hula pero cinco de ellas deben formar una palabra con sentido.
- Para hacer otra ronda se devuelven todas las pelotas al hula-hula del centro.

TIPS

- Este juego es muy divertido, pero a veces se torna algo “caótico” porque se permite “robar” pelotas de otros grupos. Por ello es que este juego es mejor para grupos



que ya han trabajado juntos algo de confianza y ciertos principios del AVVAL como jugar limpio, jugar con seguridad, y jugar con todo.

TEMA: SOMOS HUELLAS BLANCAS

Lecturas Complementarias

Título: El cuento de las Herramientas

Autor: Juan Mateo

Extraído de “Cuentos que mi jefe nunca me contó”

Link: www.bamah.org/merkaz/jomer_on_line/sucot_herramientas.doc

En el Facebook

Vídeos

- **Título:** Actitud y Trabajo en equipo
Link: <http://www.youtube.com/watch?v=-Bo6x0FhjbE>
- **Título:** Todos somos un equipo
Link: <http://www.youtube.com/watch?v=-Bo6x0FhjbE>
- **Título:** Escribe el Futuro
Link: <http://www.youtube.com/watch?v=LtXZQF60TN8&feature=popular>

Canciones

- Amigos – Alex Campos
- Abriendo Caminos – Diego Torres y Juan Luis Guerra
- Cuentas conmigo – Jesús Adrian Romero
- Ya no estamos solos – Eros Ramazotti y Ricky Marti

Dinámicas y Técnicas Participativas

1. Círculo de la Confianza³

CATEGORÍA	Confianza: honestidad, cooperación
LUGAR	Abierto, espacioso
MATERIALES	Cuerdas o cintas, marcas
INSTRUCCIONES	<ul style="list-style-type: none"> - Cree un gran círculo con una cinta o cuerda, o marque los lugares donde estarán parados los niños. Todos los participantes toman un lugar alrededor del círculo mirando al centro. - Demuestre la posición que tienen que tomar, de “<i>Parachoques o Frenos arriba</i>”: Brazos hacia arriba y estirados, codos ligeramente torcidos, las palmas de las manos hacia la cara y a su altura, como un freno . - A la orden de ¡COMIENCEN!, el reto para cada uno en el grupo es cruzar el círculo sin tocar a nadie, sin ir en línea recta, es decir, no pueden caminar derecho o en línea recta hacia el otro extremo. - Todos los niños deben terminar en otro sitio, en el lado opuesto del círculo, o cerca de donde él comenzó, pero no pueden tomar el camino recto para hacerlo. - Verifique el número de toques que se dan entre el grupo. No asigne consecuencias por los toques, sino que los puede usar de “base” para que el grupo mejore su marca o su puntaje (por supuesto, a menor puntaje, mejor el trabajo del grupo). - Haga 2 a 4 intentos.
REFLEXIÓN	¿Cómo fue nuestro desempeño en la actividad? ¿Logramos los objetivos? ¿Cómo lo logramos? ¿Se puede disminuir los errores y superar la calidad en la actividad? ¿Hemos sido HONESTOS al reportar el número de toques? ¿Cómo podemos ser honestos en ésta actividad? ¿Cómo mejorar la honestidad en otras actividades como ésta?

³ Traducido y adaptado por Natasha Nascimento, Arianna Mestre y Anabella Rojas de McPhee Bower, Nancy (1995) *Adventure Play*. pag. 117. New York: Simon and Schuster. Edición y Supervisión: Sandra Benaim de Katz, www.proyectoarmonia.com (2004)

2. La Estrella de la Confianza⁴

OBJETIVOS	Confianza: cooperación, trabajo en equipo, final, cierre,
LUGAR	Amplio, abierto o cerrado.
MATERIALES	Ninguno
INSTRUCCIONES	<p>Explíquelo al grupo: <i>“Hay ocasiones en que necesitamos depender de las personas con las que estamos en un grupo y saber que podemos trabajar bien con ellos. Veamos que tan bien puede trabajar este grupo junto y hacer juntos una hermosa Estrella de la Confianza”</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Pídale a los participantes que se tomen de las manos y formen un círculo (sus pies deben estar alineados y formar un círculo); luego, que caminen hacia atrás hasta que sientan que los brazos se estiran. Pídeles que se enumeren contando en voz alta (1-2-1-2, 1-2, etc). - Aliente al grupo a <i>moverse lentamente, pidiéndole a todos los “Número UNO” que se inclinen hacia el centro del círculo mientras que los “Número DOS” se inclinan hacia fuera, sin doblar la cintura.</i> Cada persona debe tener los pies alineados con los hombros y manteniendo entre todos con los pies la forma circular inicial. - Para que la actividad tenga éxito, es importante que los miembros del grupo no doblen la cintura. Si los miembros del grupo cooperan unos con otros, cada persona puede ejercer una buena cantidad de fuerza sobre los compañeros que lo soportan y alcanzar una inclinación hacia delante o hacia atrás marcada. Lleva varios intentos llegar a este punto y requiere mucha confianza y cooperación. - Después de practicar y perfeccionar, pídale a los pares e impares que intenten invertir la posición Los “Número UNO” pasan ahora a inclinarse hacia atrás, mientras los “Número DOS” se inclinan hacia delante. Esto no es tan fácil de hacer como parece y puede requerir varios intentos. Aún si el grupo no lo logra, es buen ejercicio para reírse y divertirse un rato.
REFLEXIÓN	<p>Al terminar la actividad haga estas preguntas de reflexión: ¿Cómo consideran que fue el trabajo de este equipo? ¿Sentían que podían depender en las personas que tenían a los lados? ¿Cómo considera que es la confianza en este grupo? ¿Cómo funcionó la actividad? ¿Cómo podemos mejorarla?</p> <p>Si el grupo no tiene cuidado unos con otros (halando mucho o empujando), detenga la actividad inmediatamente. Pida que se sienten en círculo y utilice este “momento de oro” para enseñanza: ¿qué necesitamos hacer para que esta actividad funcione?</p>

⁴ Kreidler, William y Furlong, Lisa (1995). *Adventures in Peacemaking*. Hamilton MA: Project Adventure, inc. Pág. 58. Traducido y adaptado por: Gabriela Gómez Rocas y Marlene Konietzny. Edición: Lic. Sandra Benaim de Katz. www.proyectoarmonia.com (2003)

3. Nariz con Nariz⁵

OBJETIVOS	<i>Confianza: integración, trabajo en equipo, comunicación verbal y no verbal.</i>
LUGAR	Abierto o cerrado, suficientemente amplio y demarcado.
EQUIPO	Un par (2) de bandanas, vendas o pañuelos para tapan los ojos.
INSTRUCCIONES	<ul style="list-style-type: none"> - Coloque a los participantes en un círculo amplio tomados de las manos. - Los participantes tomarán turnos de dos en dos para pasar al centro del círculo. A los integrantes que se encuentran dentro del círculo se le vendarán los ojos y se les colocará a unos 2 mts de distancia uno del otro. - El resto de los integrantes del grupo debe organizarse para dar instrucciones orales de modo que los participantes que se encuentran en el centro del círculo caminen y se acerquen, hasta que rocen sus narices, es decir, que se encuentren “nariz con nariz”, sin golpearse, pisarse, ni hacerse daño. - Una vez logrado el objetivo que estén parados frente a frente, o “nariz con nariz” se procede a repetir el ejercicio con otras parejas.
REFLEXIONES	<ul style="list-style-type: none"> - Fomente los siguientes temas de discusión entre los participantes: nivel de comodidad estando ciegos, recibiendo instrucciones de todo el grupo, estando tan cerca, solo a una “nariz” del compañero. Nivel de seguridad logrado en el grupo. - Reflexionar sobre cómo se organizaron los participantes para dar las instrucciones, para cuidar a los compañeros. Analizar también cómo se sintieron en los dos roles que les tocó desempeñar: al seguir y dar instrucciones verbales, determinar los sentimientos de los participantes como guías a lograr un objetivo (que los que están en medio se toquen la nariz) y qué estrategias generan para poder ser escuchados, y para tener éxito en la actividad. También puede compararse la ejecución y experticia del grupo a medida que aumenta el número de parejas que entran a tocarse “nariz con nariz”.
TIPS	<ul style="list-style-type: none"> - Debido a la cercanía que se logra entre los participantes ciegos, respete si cualquier pareja o persona decide que no puede acercarse más de “x” centímetros, o si no se siente cómoda con la actividad.

⁵ Tomado por: Lisett Acosta de www.pjcweb.org *Dinámicas de confianza, de la colección de Dinámicas Parroquia de San Miguel Arcángel, Pastoral Juvenil, Pág. 36.* Editado y Adaptado por Sandra Benaim de Katz (2005) para www.proyectoarmonia.com y UCAB.

TEMA: ¿Quién soy yo? ¿Cómo soy yo?

Lecturas Complementarias

Título: ¿Único y Especial?

Autor: Jeffrey Andrews

Link: <http://www.estudialabiblia.com/inicio/44-articulos/95-unico.html>

- Título: ¿Quién eres?

Autor: Jorge Bucay

Link: <http://hoyquierocontarte.blogspot.com/2008/04/quin-eres-jorge-bucay.html>

- Título: ¿Quién eres tú para mí?

Autor: José Planas

Link: <http://www.justcoaching.net/quien-ti-70141>

En el Facebook

Pisando Tierra:

Abriendo Horizontes:

Novedad:

Las Palabras No Bastan:

Vídeos

Lista de vídeos que puedes usar para este tema:

- Título: ¿Quién soy yo? – Marcos Vidal

Link: <http://www.youtube.com/watch?v=-QSoBulmyf4>

Canciones

Lo que soy – Demi Lovato

Quién soy yo – Marcos Vidal

Dinámicas y Técnicas Participativas

Para este tema se recomiendan las siguientes dinámicas
Identidad Personal

OBJETIVOS	<p>Facilitar a los participantes el "probar" una nueva personalidad.</p> <p>Explorar las influencias de una nueva identidad en las conductas de los otros.</p> <p>Explorar la relación entre honestidad y confianza.</p>
# PARTICIPANTES	<p>Dividido en subgrupos de 4 a 6 participantes</p>
LUGAR	<p>Un salón amplio y bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan trabajar en subgrupos.</p>
MATERIALES	<p>Versión A para la mitad de los participantes.</p> <p>Versión B para la otra mitad de participantes.</p>
INSTRUCCIONES	<p>I. El instructor les dice a los miembros del subgrupo que gran parte del tiempo que pasen juntos, estarán conociéndose entre sí y que para hacerlo más fácil se dividirán en subgrupos más pequeños. Les dice que deben evitar estar en un subgrupo en el cual haya personas que ya conozcan. Si esto no es posible, deben pensar como si no conocieran a nadie en el subgrupo.</p> <p>II. Se forman los subgrupos y el instructor distribuye una copia de la Hoja de Instrucciones. El número de personas que reciben la forma A debe ser aproximadamente igual a la que recibe la forma B.</p> <p>III. Se dan instrucciones para que lean la Hoja. Se les dice que tienen unos veinte minutos para conocerse entre ellos, que cada persona debe hablar por unos dos minutos para decir quién es y también que pueden hacer comentarios al terminar todos.</p> <p>IV. El instructor avisa que el tiempo terminó y anuncia una pausa de quince minutos durante los cuales los participantes son libres de salir si así lo quieren. Se les anima a continuar conociéndose. Este paso es importante para darles oportunidad de interactuar con identidad presentada, ya sea genuina o falsa.</p> <p>V. Se vuelve a formar el subgrupo completo y se les pide que identifiquen a los miembros que presentaron una identidad falsa. Cuando todos han sido "nombrados", los que presentaron la falsa identidad se dan a conocer.</p> <p>VI. El instructor lleva a cabo una discusión sobre todo el ejercicio, puede incluir preguntas como:</p> <p>a) ¿Cuáles son los sentimientos de las personas que se presentaron honestamente, acerca de los otros participantes</p>

- que sospechaban que eran falsos?
- b) ¿Aquellos que tenían identidades "falsas" asumieron también que los demás estaban mintiendo?
 - c) ¿Influyó esto en su conducta?
 - d) ¿Alguien halló que la gente se relacionaba con su nueva identidad de manera diferente a como se relaciona generalmente con él?
 - e) ¿Será difícil para aquellos a los que se les pidió decir historias falsas el conocer o confiar en las "falsas" personas que hallará en el futuro?
 - f) ¿Encontraron fácil o difícil el mentir?
 - g) ¿Qué aprendió cada miembro de sí mismo en esta actividad?
 - h) ¿Es necesario o importante que la gente sea honesta consigo misma? ¿Es una virtud el ser honesto con uno mismo?
- VII. El instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

HOJA DE TRABAJO
HOJA DE INSTRUCCIONES DE IDENTIDAD
PERSONAL (A)

Para que los miembros del grupo se conozcan entre sí, cada uno debe hablar primero brevemente sobre sí mismo al grupo. Después de que cada persona ha hecho esto, los demás integrantes son libres de hablar o comentar sobre ellos. Por ejemplo, usted quiere hacerle a alguien una pregunta sobre una experiencia que tuvo o decir una propia. Recuerde, los objetivos son obtener información sobre los demás en el grupo y dar información sobre usted mismo. Lo que diga al principio sobre usted al grupo debe ser información básica como día de nacimiento, ocupación, gustos, etc., o puede ser más específico y decir algo como: su signo astrológico, su color favorito, tamaño del pie, su fantasía preferida, etc. En pocas palabras, le puede decir a los miembros del grupo cualquier cosa que crea ayudará a que lo conozcan mejor. Tendrán quince minutos para conocerse entre sí. Luego puede tomarse una pausa, durante la cual puede seguir actuando informalmente con los miembros de su grupo.

Algunos estarán presentando una imagen falsa de ellos mismo. Debe ver si puede identificar si la historia de la persona es verdadera o falsa pero no lo "trate" con ninguna persona solo con este propósito. La atmósfera del grupo debe permanecer adecuada para conocerse. Si usted sabe que una persona está presentando una falsa imagen de sí, no lo revele a los demás.

No comparta estas instrucciones con nadie.

HOJA DE INSTRUCCIONES DE IDENTIDAD PERSONAL (B)

Para que los miembros del grupo se conozcan entre sí, cada uno debe hablar brevemente de sí mismo al grupo. Después de que cada persona ha hecho uso de la palabra, debe intentar conocer más a la gente de su grupo y ellas a usted. Su tarea, sin embargo, es la de NO decir la verdad sobre usted mismo. Mantenga su nombre verdadero pero construya una nueva identidad completamente falsa. Así, puede hablar sobre cosas como: su día de nacimiento, ocupación. Gustos, etc., o sobre cosas más específicas como: el signo astrológico, color favorito, tamaño del pie, su fantasía favorita, etc., pero lo que diga debe ser falso. Trate de hacer su historia o sus "actos" creíbles y consistentes. (Después de esta actividad, el grupo tomará un descanso. Continúe manteniendo esta nueva "identidad" durante este período mientras interactúa informalmente con los miembros de su grupo.

No toda la gente recibirá esta información. Es muy importante que de ninguna manera de señales de que no está diciendo la verdad o de que ha recibido estas instrucciones. Trate de ver cómo puede actuar. Si localiza en el grupo alguien que también está representando una identidad diferente, no lo revele a nadie.

No comparta con nadie estas instrucciones.

NOMBRE	EJERCICIO DE IMAGINACIÓN: EL ROSAL
OBJETIVOS	El objetivo de este ejercicio es posibilitar una forma novedosa de conocerse a sí misma.
LUGAR	Un salón amplio y bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan trabajar
MATERIALES	Sillas, papelógrafo
INSTRUCCIONES	<p>Primer momento: Relajación (5 min)</p> <p>- Siéntense relajadas y cierren los ojos. Centren la atención en su cuerpo. Acomódense en el asiento hasta que sientan que están bien apoyadas y cómodas.</p> <p>- Tomen aire por la nariz y bótenlo por la boca con fuerza. Repitan esto varias veces sintiendo como el aire, al penetrar hincha los pulmones...y luego lo botan por la boca sintiendo su paso por la garganta y el interior de las mejillas.</p>

- Vayan soltando, relajando todos los músculos de su cuerpo. Comiencen por la cabeza: la

frente...las mejillas...la boca; bajen por el cuello...los hombros...el pecho...la espalda...los

brazos...las manos. Suéltelos...relájelos. sigan descendiendo...suelten la guatita...los

glúteos...lo muslos...las piernas...los pies. Sientan todo su cuerpo descansar, suelto,

relajado. Sientan el peso de su cuerpo.

Segundo momento: Imaginería (10 min)

- Imaginen ahora un rosal...mírenlo atentamente...¿cómo es?... miren su tallo...sus hojas...sus flores...examinen su tamaño...su color...su aroma...¿en qué estación del año esta?...¿cómo es el entorno que lo rodea?...¿cómo es la tierra en que esta plantado?...¿en qué lugar esta el rosal?...¿qué hay alrededor del rosa?...¿cómo es la luminosidad...tiene poca o mucha luz?...miren cada detalle del rosal y de todo lo que lo rodea...¿qué sienten ustedes al mirarlo?...¿qué sentimientos les inspira ese rosal?...miren el rosal por última vez....caminen alejándose de el hasta que desaparece...su mente vuelve a estar en blanco...respiren profundo y boten el aire por la boca...vuelvan lentamente a esta sala...tomen conciencia de su cuerpo...escuchen los sonidos de su alrededor...abran lentamente sus ojos.

Tercer momento: Conversación en pareja (15 min)

- Para trabajar esta imaginería, escojan a la compañera del lado derecho. Por turno cuéntese la experiencia que vivieron, haciendo un relato detallado de lo que vieron paso a paso en la imaginería. Por ej.: Vi un rosal pequeño en medio del jardín.

- En seguida, hagan el mismo relato, pero identificándose con el rosal que imaginaron. Para esto hagan el relato en primera persona y en tiempo presente. Ej.: Soy un rosal, me encuentro al medio del jardín, mis flores son rojas, etc.

La compañera va ayudando a que se cumpla esta instrucción, corrigiendo cada vez que quien habla se sale de la 1ª persona, invitándola a decirlo nuevamente. Ej.: se ven otras plantas...veo otras plantas...

Cuarto momento: Compartir con todo el grupo (10 min)

- A continuación, la monitora les pide ubicarse en circulo y comentar algunas experiencias en relación a:

- ¿Cómo se sintieron con el ejercicio?

- ¿Qué les pasó al relatarlo en 1ª persona?

Este ejercicio ¿les ayudó a prender algo nuevo de ustedes mismas(os).

La Participación es libre y no es necesario –ni deseable por el tiempo, que todas(os) hablen.

3. ¿Cómo me veo? ¿Cómo me ven?

LUGAR	Salón común
MATERIALES	Hojas de trabajo, lápiz
INSTRUCCIONES	<ul style="list-style-type: none"> - Se explica que en esta actividad podrán resumir todo lo que han visto y aprendido de sí mismas y recibirán también las opiniones del resto de las participantes. - Si las componentes del grupo son más de 10, se divide el grupo en dos subgrupos. A cada participante le entrega una hoja para el juego. En esta hoja dice por un lado: - COMO ME VEO y por el reverso COMO ME VEN. - Invita a las participantes a reflexionar sobre todo lo que aprendieron a cerca de sí mismas en los ejercicios y juegos que realizaron durante la sesión y, en base a eso, escribir en la hoja COMO ME VEO, las principales cualidades (bondades o defectos) que cada una ve en sí misma. (10 minutos) - A continuación les pides que den vuelta la hoja, escriban su nombre y se las pasen a su compañera del lado derecho. (Todo el grupo cumple esta instrucción al mismo tiempo, de modo que, cada una entrega un papel y recibe otro). - Quien recibe la hoja, mira el nombre de la compañera a la que pertenece, la ubica (al menos de cara si no la conoce) y escribe una cualidad que ve en esa persona. Si no la conoce, igual escribe una cualidad que, por su apariencia, imagina que tiene. Es importante indicar, que no hay que leer lo que otras personas ya han escrito para no influenciarse por las demás opiniones. - Las hojas van recorriendo hasta que llegan nuevamente a sus dueñas. - Cuando todas han recibido su hoja de vuelta, se inicia una segunda ronda donde, por turno, cada participante: - Lee al grupo en voz alta el listado de cualidades del COMO ME VEO y COMO ME VEN. - Expresa como se siente al respecto. - El grupo puede aportar comentando las coincidencias o diferencias de apreciación que hay entre estas dos visiones (la de sí misma, expresada en el COMO ME VEO y la del resto del grupo, en el COMO ME VEN). - Al terminar la ronda, se reúnen los dos grupos y la monitora cierra la sesión recordando que para conocernos mejor a nosotros mismos necesitamos la ayuda de otros –que son como espejos, donde podemos ver otros aspectos de nosotros mismos.

TEMA: En Medio Del Mundo

Lecturas Complementarias

Título: La Violencia en Venezuela es una Endemia.

Autor: Daniela Vera Alam, Luisángela Giménez Díaz y Leidy Boscán

Link:

http://boletin.uc.edu.ve/index.php?option=com_content&view=article&id=25968:la-violencia-en-venezuela-es-una-endemia&catid=16:entrevistas&Itemid=6

- **Título:** La Violencia Intrafamiliar es un Virus Social.

Autor: Jeylú Pereda

Link:http://www.radiofeyalegrianoticias.net/index.php?option=com_content&view=article&id=3349:violencia-intrafamiliar-un-virus-social&catid=46:salud&Itemid=71

Presentación de Power Point

- **Título:** Imágenes fuertes de anuncios por grandes causas.

Link:<http://nutecinformatica.com/amigos/wp-content/uploads/2010/04/ANUNCIOS-POR-GRANDES-CAUSAS.pps>.

En el Facebook

Pisando Tierra:

Abriendo Horizontes:

Novedad:

Las Palabras No Bastan:

Vídeos

Lista de vídeos que puedes usar para este tema:

- Título: Creando conciencia

Link: <http://www.youtube.com/watch?v=L-SAy2FA6bw&feature=related>

- Título: Salvemos al Mundo

Link: <http://www.youtube.com/watch?v=K1NIUkhwB2g&feature=related>

Canciones

Caracas Loca – El Prieto

El Secuestro – El Pietro

Mi tierra – Juanes

No dudaría – Rosario

El costo de la vida – Juan Luís Guerra

Es tiempo de Cambiar - Juanes

Dinámicas y Técnicas Participativas

Para este tema se recomiendan las siguientes dinámicas para reforzar los conocimientos y experiencias vividas.

NOMBRE	LOS COMERCIALES
OBJETIVOS	Reforzar los conocimientos adquiridos
LUGAR	Aula Normal Un salón amplio y bien iluminado, acondicionado para que los participantes puedan formar subgrupos.
# PARTICIPANTES	Divididos en subgrupos de 6 participantes.
MATERIALES	Fácil Adquisición - Tarjetas para anotar en ellas las explicaciones teóricas o definiciones. - Alfileres para colocar en la solapa la tarjeta a cada uno de los participantes.
INSTRUCCIONES	I. El Facilitador selecciona algunas explicaciones teóricas o definiciones del Tema que desea reforzar. Cada explicación o definición la divide en seis partes, y cada una de ellas la escribe en una tarjeta. El número de explicaciones o definiciones debe corresponder al número de subgrupos que se quieren formar. Es opcional que el Facilitador coloque en un lugar visible de la sala una hoja de rotafolio con la lista de las explicaciones o definiciones que se están empleando. II. El Facilitador invita a los participantes a elegir una tarjeta y prenderla en su solapa. III. Luego organiza una ronda. Mientras ésta va girando, el Facilitador inesperadamente hará una señal. En ese momento los participantes deben formar las explicaciones o definiciones y, de esta manera, los subgrupos de trabajo. IV. El Facilitador explica a los participantes que la próxima actividad comprende que cada subgrupo prepare un comercial en donde "vendan" la explicación o concepto del encuentro, como por ejemplo, la realidad social de Venezuela ó de la comunidad cercana al colegio o parroquia del Lugar Huellas . El comercial debe contar con una canción "pegajosa" que haga referencia a la explicación o definición que les tocó. V. Cada subgrupo trabaja en elaborar su comercial. VI. El Facilitador reúne al grupo en sesión plenaria y los subgrupos presentan sus comerciales. VII. Se premia al mejor comercial. VIII. El Facilitador guía un proceso para reforzar el aprendizaje.

3. Terminemos la Historia

OBJETIVOS	Sensibilizar a los participantes sobre las alternativas futuras para su grupo y las condiciones que deben presentarse para convertirlas en realidad
LUGAR	Aula Normal Un salón amplio y bien iluminado, acondicionado para que los participantes trabajen en subgrupos.
# PARTICIPANTES	Ilimitado - Dividido en subgrupos de 4 a 6 participantes.
MATERIALES	Una historia que el Facilitador preparara con anticipación. Esta historia debe ser elaborada sobre los antecedentes del grupo hasta la fecha actual, de forma tal que el final de la historia tenga que ver con el futuro inmediato del grupo.
INSTRUCCIONES	<ol style="list-style-type: none">I. El Facilitador divide al grupo en subgrupos de 4 a 5 participantes.II. El Facilitador explica a los subgrupos, que él comenzará una historia la cual no tendrá final. Cada subgrupo intentará terminar la historia, el subgrupo que realice el mejor final, será el ganador.III. Para hacer más emocionante el ejercicio, se puede repetir varias veces y en cada ocasión se proponen alternativas nuevas, por ejemplo:<ul style="list-style-type: none">- Terminar la historia con un final feliz.- Terminar la historia con un final como lo promete Jesús.- Terminar la historia con un final trágico.- Terminar la historia con un final absurdo.IV. Cada uno de los subgrupos presenta ante el grupo los finales de su historia. El grupo juzgará cuál es el final ganador.V. El Facilitador divide de nuevo a los participantes en subgrupo y les solicita identifiquen los requerimientos para que este final se convierta o no en realidad.VI. El Facilitador reúne a los subgrupos en sesión plenaria y solicita que un representante de cada subgrupo exponga las conclusiones obtenidas.V. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en el proceso del grupo.

TEMA: MI FE

Lecturas Complementarias

- **Título:** La fe es...
Autor: Desconocido
Link: <http://www.motivaciones.org/ctoselafees.htm>

- **Título:** La fe, manantial de curación
Autor: Padre Eusebio Gómez Navarro OCD
Link: <http://www.eusebiogomeznavarro.org/eusebiogomezlafemanatialdecuracion.htm>

- **Título:** La Fe es el Eje
Autor: Zenaida Bacardí de Argamasilla
Link: <http://www.autorescatolicos.org/zanaidaramlafeseleje.htm>

En el Facebook

Pisando Tierra:

Abriendo Horizontes:

Novedad:

Las Palabras No Bastan:

Vídeos

Lista de vídeos que puedes usar para este tema:

- **Título:** Te Amo más que a mí misma vida
Link: http://www.youtube.com/watch?v=YFwhF725198&playnext_from=TL&videos=IAD-Ne5zzU&feature=grec

Canciones

Ayer te vi – Jesús Adrian Romero

Fe – René González
Tengo Fe – Roberto Orellana
Nada es imposible para ti – Hermana Glenda

Dinámicas y Técnicas Participativas

Para este tema se recomiendan las siguientes dinámicas para reforzar los conocimientos y experiencias vividas.

1.- Poemas con Creatividad

OBJETIVOS	Permitir experimentar las condiciones de interacción necesarias para la solución creativa del problema.
LUGAR	Amplio Espacio Un salón suficientemente amplio e iluminado para que los miembros de cada subgrupo interactúen sin molestar a otros.
MATERIALES	Papel y lápiz para cada participante. Papel periódico y marcadores de punta fina, para cada grupo (rotafolio).
INSTRUCCIONES	<p>I. El Facilitador informa al grupo entero que serán divididos en subgrupos después de que individualmente hayan anotado un número de respuestas. A estos subgrupos escogidos al azar, se les pedirá componer un poema con las palabras anotadas por sus miembros.</p> <p>II. Se distribuye papel y lápiz a cada participante y, el Facilitador da órdenes a cada miembro de poner por escrito un ejemplo de los siguientes términos. (El Facilitador puede dar una definición o un ejemplo de cada término):</p> <ul style="list-style-type: none">- Amor- Jesús, María, Madre, Padre, Dios.- Curación, comparación.- Transformar, sanar, alegrar.- Donde, ya que, hasta que.- Muchos, aquí, pronto, tarde, alrededor, a ciegas <p>III. El Facilitador divide al grupo total, al azar, en subgrupos de seis a ocho miembros cada uno.</p> <p>IV. El Facilitador notifica a cada subgrupo que componga un poema utilizando las palabras en listadas por sus miembros. También notifica las reglas para la composición del poema:</p> <ol style="list-style-type: none">a) Todos los poemas tendrán un tema.b) Cada subgrupo compondrá un poema utilizando sólo las palabras previamente anotadas por los miembros. No podrán emplearse palabras adicionales.c) El poema debe constar de por lo menos el 75% de las palabras anotadas por los miembros de cada subgrupo.

- d) Las palabras no pueden ser repetidas a menos que hayan sido anotadas por más de un miembro.
 - e) Las palabras pueden ser cambiadas del plural al singular y viceversa y el tiempo de los verbos también.
 - f) Los subgrupos tendrán veinte minutos para componer y escribir sus poemas en papel para periódico (Hoja de rotafolio).
 - g) Un miembro de cada subgrupo es seleccionado para leer el poema de su grupo. Después de leer cada poema, se pega de manera que todos los miembros puedan verlo.
 - h) Después de la presentación de los poemas, el Facilitador lleva a todos los participantes a una discusión de los temas y significados de los poemas dirige una discusión de las dinámicas de subgrupos y qué miembros trabajaron o no trabajaron juntos creativamente.
- V. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.