

# TOOL KIT



## LLUVIA DE IDEAS

---

### Aviso legal:

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella

# PROPÓSITO

## META

---

### **Objetivos**

para estimular la generación de ideas, reuniendo el mayor número posible de ellas.

para encontrar una conclusión para un problema concreto reuniendo una lista de ideas aportadas espontáneamente por sus miembros.

reducir las inhibiciones sociales entre los miembros del grupo, aumentar la creatividad general del grupo.

La lluvia de ideas es una forma estupenda de generar un montón de ideas que no podrías generar simplemente sentándote con un bolígrafo y un papel. La intención de la lluvia de ideas es aprovechar el pensamiento colectivo del grupo, comprometiéndose con los demás, escuchando y construyendo sobre otras ideas.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

La lluvia de ideas es un método de colaboración muy conocido, es una situación en la que un grupo de personas se reúne para generar nuevas ideas y soluciones en torno a un ámbito específico de interés, eliminando las inhibiciones. Las personas son capaces de pensar con mayor libertad y sugieren tantas ideas nuevas y espontáneas como sea posible. Todas las ideas se anotan sin críticas y, tras la sesión de lluvia de ideas, se evalúan.

La realización de una lluvia de ideas también crea un segmento de tiempo distinto en el que los participantes activan intencionadamente la parte generativa de su cerebro y desactivan la parte evaluativa. La lluvia de ideas es la forma de ideación que más se practica.

Este método combina un enfoque relajado e informal para la resolución de problemas con el pensamiento lateral. Para aprovechar al máximo tu sesión de lluvia de ideas, elige un lugar cómodo para sentarte y pensar. Minimiza las distracciones para poder centrarte en el problema que tienes entre manos y considera la posibilidad de utilizar mapas mentales para ordenar y desarrollar las ideas.

# INSTRUCCIONES

En inglés, *la "lluvia de ideas"*, se llama "brainstorming" que significa algo como "tormenta de cerebro". Así que puedes imaginarte lo divertido que sería: una lluvia de colores de las cosas que se te ocurren, por muy locas que sean.

Cuatro reglas

- *Apuesta por la cantidad:* Esta regla es una forma de potenciar la producción divergente, que tiene como objetivo facilitar la solución de los problemas mediante la máxima *cantidad genera calidad*. El supuesto es que cuanto mayor sea el número de ideas generadas, mayor será la posibilidad de producir una solución radical y eficaz.
- *Retener las críticas:* En la lluvia de ideas, las críticas a las ideas generadas deben quedar "en suspenso". En su lugar, los participantes deben centrarse en ampliar o añadir ideas, reservando las críticas para una "fase crítica" posterior del proceso. Al suspender el juicio, los participantes se sentirán libres para generar ideas inusuales.
- *Son bienvenidas las ideas descabelladas:* Para conseguir una buena lista larga de sugerencias, se fomentan las ideas descabelladas. Pueden generarse mirando desde nuevas perspectivas y suspendiendo las suposiciones. Estas nuevas formas de pensar pueden dar mejores soluciones.
- *Combina y mejora las ideas:* Como sugiere el lema "1+1=3". Se cree que estimula la construcción de

# ISTRUCCIONES

---

Hay dos tipos de lluvia de ideas.

- Lluvia de ideas estructurada: Los miembros del grupo se sientan en un círculo. El líder facilita la lluvia de ideas. La persona facilitadora escribirá sus ideas de forma rotativa en la pizarra. Este ejercicio se realizará en un orden determinado hasta que cada persona aporte una idea. Si un miembro no está preparado con su idea puede pasar, después puede aportar una idea o pasar de nuevo.
- Lluvia de ideas no estructurada: Los miembros del grupo pueden sentarse en círculo o en un aula en cualquier forma de disposición. No hay un orden de respuesta. La persona facilitadora motivará a todos para que aporten su idea.

Cada paso es importante en el proceso de lluvia de ideas, la ignorancia de un paso tendrá un resultado incompleto o una desventaja. Omitir los pasos en la sesión de lluvia de ideas puede ser un error costoso y un gasto de tiempo. Si todos los pasos se llevan a cabo correctamente, es muy potente para encontrar una solución mejor.

# INSTRUCCIONES

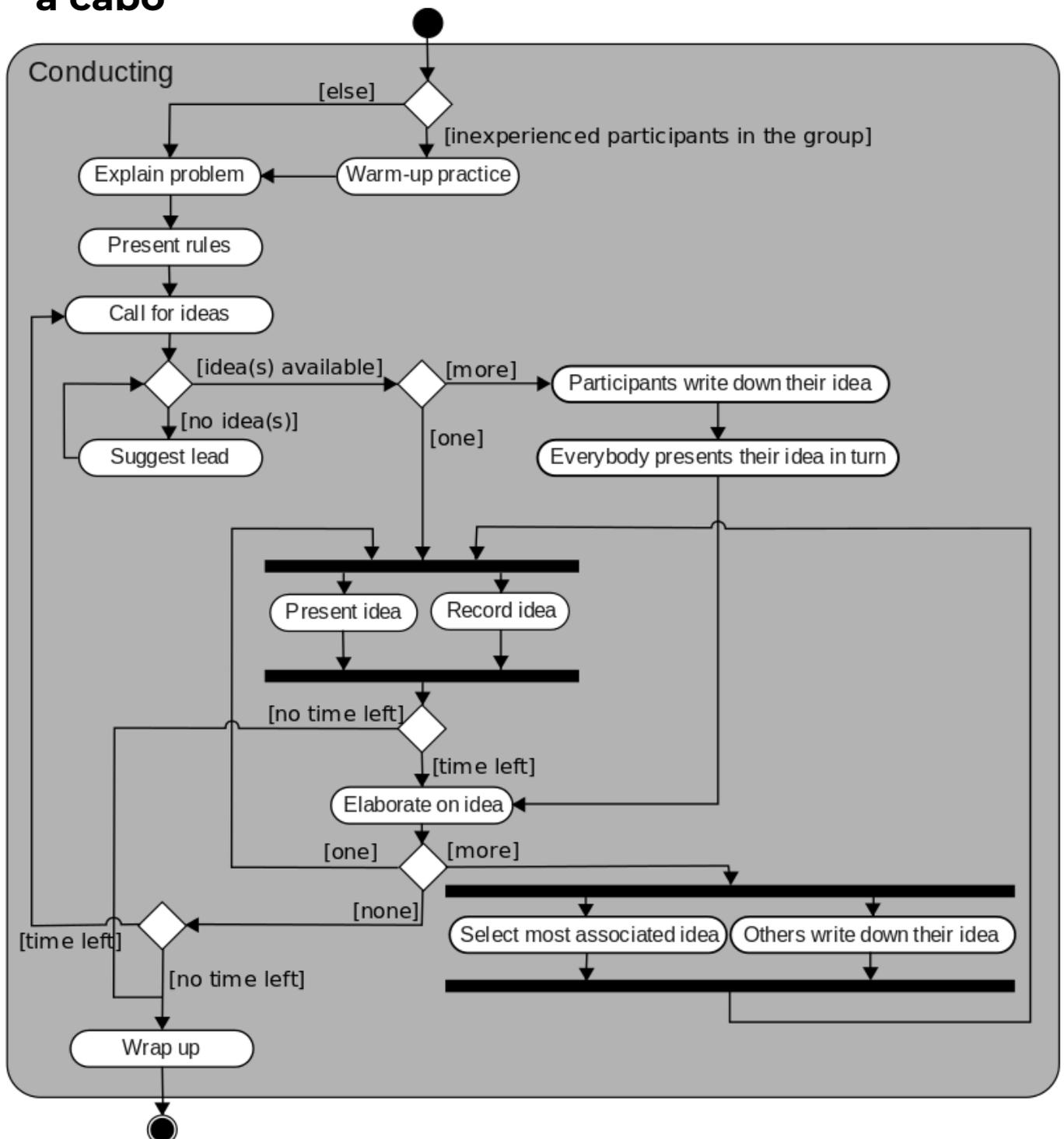
---

Pasos de la lluvia de ideas:

1. Seleccionar el grupo: la persona facilitadora debe seleccionar a los miembros no menos de 5 ni más de 20.
2. Especifica los objetivos: La persona facilitadora debe establecer los objetivos y definir por qué quiere hacer una lluvia de ideas. Averiguará si todos los miembros están interesados y contentos con la pregunta central seleccionada. Permite que la gente haga ruido, grite, se ría y disfrute.
3. Define las funciones: la persona facilitadora debe decidir el papel de líder, de registrador, etc.
4. Explica las reglas: la persona facilitadora debe explicar las reglas a todos antes de que comience el debate. Todos deben tener clara la pregunta.
5. Inicia el debate: comienza a hacer rondas de debate, deben hacer algunas rondas y producir ideas.
6. Registra las ideas: Las ideas deben registrarse y ordenarse.
7. Anima las ideas: espera las ideas, no tengas prisa, los participantes deben tener tiempo suficiente para pensar y presentar la mejor idea. La persona facilitadora debe animar a los miembros a presentar ideas y apreciar todas las

# INSTRUCCIONES

## Actividad de lluvia de ideas que se lleva a cabo



# EJEMPLO



## 1. Asociaciones de ideas

Este juego es muy sencillo. Sólo tienes que establecer un orden determinado de personas que tendrán que decir lo primero que se les ocurra por turno. Es conveniente establecer un temporizador para que la gente se sienta presionada a responder rápidamente y no piense demasiado sus respuestas.

Nathalie: Si digo árbol, ¿en qué estás pensando?

Sophie: ¡Ladra! ¡Y tú Jean!

Jean: Abedul. ¡Trabaja!

Nathalie: Un sacapuntas

Jean: ¡Una mina! ¡Una riqueza de ideas!

Resultado: Las ideas se anotan en forma de palabras clave, conceptos o nube de ideas.

Consejo: Se recomienda encarecidamente a la persona facilitadora de la sesión que recoja algunas de las cosas que se han dicho por el camino.



## 2. Juego de roles (ponte en la piel de ...)

El juego de roles consiste en dar a un miembro del equipo un papel para que haga preguntas. Así, puedes pedir a un miembro que se ponga en la piel de un cliente, un empleado, un proveedor, un competidor... e incluso un producto. Es muy útil cuando se busca un concepto de campaña publicitaria o un punto de vista diferente sobre un tema recurrente.

Por ejemplo

Jean-Guy: Soy una botella de Ketchup

Nathalie: ¿Con qué sueñas?

Jean-Guy: ¡Para casarme con un perrito caliente!

Sophie: ¡Aquí, te pones roja de repente!

Jean-Guy: ¡Soy un ketchup picante, ya lo sabrás!

Resultado: Surgirán ideas en forma de frases, oraciones o ideas.

Consejo: Para tener éxito, el actor debe ponerse en la piel del personaje (tono de voz, vocabulario, método de pensamiento, etc.) y limitar al máximo la mala conducta.



## 2a) Variante : En el psicólogo

Una variación de este juego consiste en nombrar a un miembro como "psicólogo". Cada uno de los demás miembros tendrá un papel asignado (producto, cliente, proveedor, etc.) Los miembros tienen un tiempo determinado para escribir su problema y sus síntomas en un papel. A continuación, cada miembro expone su problema abiertamente y el terapeuta intenta responder a él.

Consejo: El psicólogo puede asumir el papel de portavoz de la empresa en cierto modo, pero también puede elegir deliberadamente otro punto de vista (lo que puede animar las discusiones y abrir ideas).



## 2b) Variante : PSICOANÁLISIS DE OBJETOS

El "brainstormer" se encarga de traer objetos físicos. Cada miembro tendrá que psicoanalizar el objeto, tratando de adoptar un punto de vista diferente, que sus compañeros de equipo aún no han adoptado.

Por ejemplo

Anfitrión: Aquí tienes un tomate

Jean-Guy: Tengo fobia a los tomates. Están llenos de OMG.

Nathalie: Tomates. Es la Toscana. Es Italia y el vino tinto. Son los recuerdos de mi infancia.

Sophie: ¡Es el alter ego de la manzana!

Bastien: Yo SOY el tomate y me gusta que esté relajado. ¡No me gusta tener prisa!

Anfitrión: Ah, sí, ¿y qué harías tú si fueras un zumo?

Consejo: Realiza un psicoanálisis obligándote a llevar unas gafas diferentes. Te obligará a llevar tu pensamiento más allá del objeto físico y a tener ideas mucho más ricas.



### 3. ¿QUÉ PASARÍA SI?

La idea de este juego es plantear preguntas amplias y abiertas que empiecen por "qué pasaría si". A continuación, la persona facilitadora deja que cada participante responda a sus ideas de forma completa y se reserva el derecho a hacerles preguntas.

Por ejemplo

Anfitrión: ¿Y si... tu producto fuera un color

Nathalie: Seríamos de color amarillo crema. Como el helado

Anfitrión: ¿Y si... fueras un helado?

Sophie: Seríamos un banana split, doble chocolate con caramelo

Anfitrión: ¿Y si... tu boca estuviera llena de caries?

Jean-Guy: Yo no iría al dentista. Odio a los dentistas.

Anfitrión: ¿Y si no hubiera más dentistas?

Resultado: Esta actividad da lugar a reflexiones más profundas sobre cuestiones de fondo o muy complejas. Evidentemente, esto puede aportar una marcada perspectiva creativa si se plantean preguntas como "¿Qué pasaría si... no hubiera más teléfonos móviles?"

Consejo: Se recomienda encarecidamente que la



## 4. Sprint de iteración

Una fórmula muy eficaz es hacer SPRINTS CREATIVOS en equipos de unos 5 minutos y tomar un periodo de descanso de 3 minutos. Esto permite que el equipo se concentre rápidamente en las ideas y luego se tome un descanso para reponer fuerzas. Aquí tienes algunas ideas para juegos iterativos de lluvia de ideas basados en este concepto:

### Escalera de mano

Cada persona escribe sus ideas a solas en un papel durante 3 minutos.

A continuación, formamos un grupo de 2 personas que se turnarán para leer lo que tienen en su hoja y añadir notas a sus hojas.

A continuación, integramos a una persona más que se une al grupo y que habla ANTES que los demás. A continuación, los demás miembros se turnan para presentar sus notas, seguidas de un breve debate en el que los miembros intercambian comentarios, añadiendo sus observaciones y haciéndose preguntas.

Entonces, integramos a una persona más... ¡así va la lluvia de ideas!

### Pasar a la izquierda

Cada persona escribe por su cuenta en un papel durante 3 minutos. Una vez que el cronómetro se ha



## 5. 6 sombreros, 6 posturas: las reglas de este juego colaborativo.

El principio de los sombreros es sencillo: cada sombrero corresponde a una postura, que todos los miembros del equipo deben adoptar al mismo tiempo.

Descubre los 6 colores existentes, el significado asociado, así como una ilustración concreta de las ideas que se pueden generar. Tomemos el ejemplo de un equipo que tiene que trabajar sobre la pregunta "¿Cómo podemos mejorar nuestra oferta para satisfacer mejor a nuestros clientes? "

**Blanco:** los hechos. Cuando el equipo piensa con el sombrero blanco, sólo formula hechos, sin ningún comentario o interpretación. Por ejemplo: "Los resultados de nuestra última encuesta de satisfacción nos dicen que el 68% de los clientes dicen estar satisfechos con nuestros servicios. "

**Verde:** creatividad y nuevas ideas. Cuando piensan con el sombrero verde, los miembros del equipo tienen libertad para hacer cualquier sugerencia que se les ocurra. Por ejemplo: "Creemos un chatbox para responder a las peticiones de nuestros clientes las 24 horas del día. "O" Creemos un club de embajadores para nuestros clientes VIP.



**"Negro:** los riesgos y debilidades de una idea. El sombrero negro es una oportunidad para que los miembros del equipo piensen de la forma más pesimista. Por ejemplo: "No somos suficientes para trabajar en la oferta". O "Falta de tiempo".

**Amarillo:** las esperanzas y los beneficios. Esta vez el equipo adopta una postura decididamente positiva. Por ejemplo: "¡Con el CRM por fin tendremos datos para avanzar!". "Creo que podemos apuntar a +20 puntos de satisfacción".

**Rojo:** emociones. Con el sombrero rojo, el equipo expresa sus sentimientos, sean cuales sean, sin tener que justificarlos. Por ejemplo: "Soy escéptico sobre nuestra capacidad para cambiar las ofertas", "¡Estoy muy orgulloso de formar parte del equipo encargado de esta reflexión!

**" Azul:** el sombrero azul tiene la particularidad de guiar a todos los demás. Simboliza dar un paso atrás, organizar el pensamiento. Cuando se piensa con el sombrero azul, el equipo propone soluciones, organiza su aplicación. Por ejemplo: "Dividamos las ideas en grupos de 3 o 4 personas para avanzar. "," ¡Trabajemos en modo de prueba y aprendizaje, hagamos una primera prueba y veamos! "



Recuerda: el sombrero nunca corresponde a una persona, sino siempre a una postura. Por tanto, el ejercicio consiste en que todos los miembros del equipo adopten el mismo sombrero (la misma postura) al mismo tiempo. En el transcurso de la reflexión, el equipo debe cambiar de sombrero, hasta que haya cubierto los aspectos a tratar.

Para preparar adecuadamente una sesión de lluvia de ideas basada en el método de los 6 sombreros, el equipo debe tener en cuenta una sencilla regla: ¡todos deben participar en el juego! Cuando llega el momento de razonar con el sombrero verde, por ejemplo, todo el equipo hace sus propuestas, intentando dejar de lado las ideas que corresponden a otro color. Así, las ideas deben poder expresarse libremente, debiendo tener todos en cuenta que, llegado el momento, es con otro sombrero, con otro punto de vista, con el que podrán expresarse.

**<https://www.mindtools.com/downloads/lbr5283hs/BrainstormingToolkit.pdf> :**

# PROS



Este método:

- fomenta la creatividad, la imaginación y crea el máximo de ideas en menos tiempo de los miembros participantes. Ayuda a registrar el máximo de ideas y puede dar un número de opciones.
- permite encontrar la solución y la idea que el grupo probablemente no habría tenido de otro modo.
- fomenta la camaradería y refuerza el espíritu de equipo
- fomenta el sentido de propiedad: Los miembros del grupo participan activamente en el proceso de brain storming y se sienten parte del proyecto
- Implica a todos los miembros del grupo; es importante que cada participante produzca su propia idea sobre un problema concreto, no critica ni evalúa, por lo que anima a los miembros a producir ideas que se tengan en cuenta
- permite cooperar entre personas muy diferentes
- da lugar a reflexiones más profundas sobre cuestiones de fondo o muy complejas.
- proporciona información a otras herramientas: los resultados de la lluvia de ideas también se utilizan en otras herramientas, bases de datos, normalización, etc. Las ideas generadas pueden utilizarse en otros lugares.
- es barato y fácil de preparar, aplicar y comprender, por

# CONTRAS



Los principales escollos son:

- Lleva tiempo El proceso de lluvia de ideas puede llevar tiempo. Pueden pasar horas, o incluso días, antes de llegar a una solución.
- Ideas utópicas: a veces las ideas sugeridas son inviables.
- riesgo de crear demasiadas ideas que van en todas las direcciones y, en última instancia, será difícil analizarlas y elegir la más adecuada
- Wiseacres : Los compañeros pueden negarse a tener en cuenta las ideas de los demás o a dar la voz a los demás. Promueve las peleas y las discusiones.
- Se necesita un facilitador: La lluvia de ideas requiere un líder o persona facilitadora que tome el control de la sesión y se asegure de que llega a una conclusión satisfactoria.

# CONTRAS



Además :

- Este método no da suficientes herramientas para analizar y clasificar las ideas
- No siempre es eficaz. La lluvia de ideas depende de varios factores, y se vuelve ineficaz si uno o dos de estos factores no están presentes.
  - Por ejemplo, si uno o varios de los participantes en la lluvia de ideas tienen poca capacidad de comunicación, les resultará difícil expresar sus ideas o escuchar lo que tienen que decir los demás. Esto puede hacer descarrilar las discusiones y dificultar que el grupo produzca buenas ideas. Del mismo modo, si la lluvia de ideas se lleva a cabo en una organización que tiene una estructura autoritaria, sería básicamente inútil, ya que todo el mundo se limita a esperar que su jefe le dicte de qué van a hablar.
- No siempre es la opción más adecuada para todo el mundo. Algunas personas tienen pánico a la idea de hablar delante de un grupo, pero pueden aportar excelentes ideas en reuniones individuales. Para estas personas, la lluvia de

# TIPS



Lo más importante es crear un entorno de lluvia de ideas que sea solidario y alentador, porque quieres permitir que todos los participantes utilicen su creatividad al máximo.

- La lluvia de ideas está pensada como una forma de creatividad que hace hincapié en la libertad, pero aún así debes tener una estructura básica para tus sesiones de lluvia de ideas.
- La clave es haber formulado la pregunta correcta o haber planteado el problema de forma que al menos algunos de los resultados de la lluvia de ideas sean aprovechables.

Además:

- Escribe claramente lo que es una lluvia de ideas. Utilizar una pregunta "Cómo podríamos" (HMW) es una buena manera de enmarcar una lluvia de ideas
- Sé visible: utiliza rotuladores de colores para escribir en Post-its y colócalos en la pared, o dibuja tu idea.
- Ten reglas lúdicas: Criticar o debatir ideas puede minar rápidamente la energía de una sesión.
- Los espacios creativos no juzgan. Dejan que las ideas fluyan, para que las personas puedan apoyarse unas en otras y fomentar las grandes ideas
- Invierte energía en un periodo corto de tiempo, como 15 o 30 minutos de alto compromiso. Ponte delante de una pizarra o alrededor de una mesa, pero adopta una postura activa de pie o sentada.



- Aspira a conseguir el mayor número posible de ideas nuevas, cuantas más ideas, mejor.
- Fomenta las ideas extrañas, descabelladas y salvajes. No hay idea mala. No critiques las opiniones de los demás y no dudes en exponer tus ideas, aunque no te parezcan muy buenas. Puede que otra persona encuentre algo que tú no hayas visto y sea capaz de explotar tu idea. Ninguna idea es demasiado grande ni demasiado loca. Siempre es mejor reducir un plan poco realista que intentar agrandar algo.
- Ninguna idea es definitiva en este momento. Las mejores ideas surgen cuando las personas colaboran para aportar, mejorar y perfeccionar un primer concepto. Mientras no sea así, hay que tener en cuenta todas las opiniones.
- Aborda la ideación creativa teniendo en cuenta estos elementos, y ayudarás a mantener una cierta orientación sin impedir que surjan ideas.
- Escuchad al otro y elaborad las ideas del otro. No te obsesiones con tus propias ideas. Estáis aquí para idear juntos. Cuando todos los miembros del equipo hayan presentado sus ideas, podéis seleccionar las mejores, que podréis seguir construyendo y elaborando en otras sesiones de ideación. Hay varios métodos que puedes utilizar, como la "Votación de Post-it", las "Cuatro categorías", la "Selección de bingo", los "Seis sombreros para pensar" y la "Matriz de cómo ahora".

Parair más allá:

<https://public.media.interaction>

# FUENTE

## RECURSOS

---

- <https://en.wikipedia.org/wiki/Brainstorming>
- <http://www.free-management-ebooks.com/dldebk/dlth-5brainstorming.htm>
- <https://fr.semrush.com/blog/brainstorming/>
- <http://www.free-managementebooks.com/news/brainstorming/>
- <https://www.masterclass.com/articles/how-to-brainstorm-story-ideas#7-tips-for-brainstorming-book-ideas>
- <https://trainingmethodbrainstorming.weebly.com/pros-and-cons.html>
- <https://lucidspark.com/blog/benefits-of-group-brainstorming>
- <https://klaxoon.com/communaute/brainstorming-testez-la-methode-des-6-chapeaux>
- <https://www.adviz.ca/stratemark/conseils/idees-activites-et-brainstorming-en-equipe/>

# PARTNERS



Faculty of  
Mathematics  
and Informatics



# TOOL KIT

---



## ESCRITURA CREATIVA

---

### Disclaimer:

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use that may be made of the information contained therein

# PROPÓSITO

## OBJETIVO

---

El propósito es expresar, ya sean pensamientos, experiencias o

emociones. En lugar de limitarse a dar información o incitar al lector

a realizar una acción beneficiosa para el escritor, la escritura creativa se escribe

- para entretener o educar a alguien
- para dar a conocer algo o a alguien
- para expresar simplemente las ideas y opiniones de uno.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

La escritura creativa es cualquier forma de escritura que se realiza con la creatividad de la mente: escritura de ficción, escritura de poesía, escritura creativa de no ficción y más. Es cualquier tipo de escritura que no sea técnica, periodística o académica.

La escritura creativa es también una gran herramienta de aprendizaje, un medio para explorar el mundo que nos rodea y desafiar las suposiciones. Los ejercicios y talleres de escritura creativa ofrecen mucho más que el entrenamiento de las habilidades de escritura. En la vida profesional, la escritura creativa puede ayudarte a encontrar nuevas formas de

presentar los conocimientos y la experiencia a diversos grupos de destinatarios, y a mejorar su capacidad de persuasión. Para los educadores, la escritura creativa es una forma estupenda de ampliar el plan de estudios y plantear a los alumnos retos nuevos y diferentes. La escritura creativa potencia nuestra imaginación y la comprensión de estrategias que nos ayudan a crear ideas originales y nuevas soluciones a los retos que se nos plantean.

Pensando en el crecimiento personal, la escritura creativa también nos proporciona un medio para sentirnos más cómodos compartiendo nuestros propios pensamientos, para conocernos mejor a nosotros mismos, para explorar nuestros propios puntos fuertes (y las áreas que podemos necesitar mejorar), cómo entrar en contacto con los sentimientos, así como para mejorar la confianza en uno mismo y la autoestima. Escribir puede ayudarnos a encontrar el autoperdón y la curación.

# EJEMPLO



## 1. Escritura libre

La escritura libre es una técnica que se basa en escribir continuamente durante un

período de tiempo, sin prestar demasiada atención a cosas como

la ortografía, las reglas gramaticales o la técnica.

**Objetivo :** El objetivo principal de la escritura libre no es producir un texto perfecto, sino romper los bloqueos. También es un ejercicio para desarrollar las capacidades de la lengua materna o extranjera de los alumnos, así como la creatividad.

**Instrucción :** Es un excelente ejercicio de escritura para desenterrar nuevos recuerdos. También es el más sencillo. Busca un asiento cómodo. Y luego empieza a escribir sobre algo, y no dejes de hacerlo antes de que se acabe el tiempo. No hay que limitarse a revisar los pensamientos ni a anular las palabras. Al contrario, intenta escribir más rápido de lo que piensas.

Si te detienes, anota los pensamientos que tengas entonces, y luego síguelos a donde te lleven también.



Tiempo : Entre 7 y 10 minutos

Variante 1: Añade algunas imágenes mientras escribes para estimular la historia o cambiar la dirección de la escritura

Variante 2: Pon algo de música, toca algo con los ojos cerrados para estimular la historia

Variante 3: Llena tu cuerpo de palabras creando una coreografía y luego empieza a escribir

Variante 4: Empieza a escribir con la frase : Camino dentro de mí...

Ejemplo de escritura espontánea

Diciembre es una vieja canción nostálgica

con acentos antiguos en delicada monotonía.

que se ilumina y contempla las almas cansadas con lágrimas de felicidad.

Y cada nota conduce a la cadencia de visiones místicas.

¿Puedes sentir la belleza de las estrellas del cielo brillar

con millones de sueños de terciopelo fluyendo dentro de ti?

Consejos : No te juzgues a ti mismo, déjate llevar. Escribe sin preocuparte por lo que puedan pensar los demás. Cuenta tu verdad en el papel, aunque decidas no compartirla con los demás en el grupo. No taches ni revises sobre la marcha, sigue



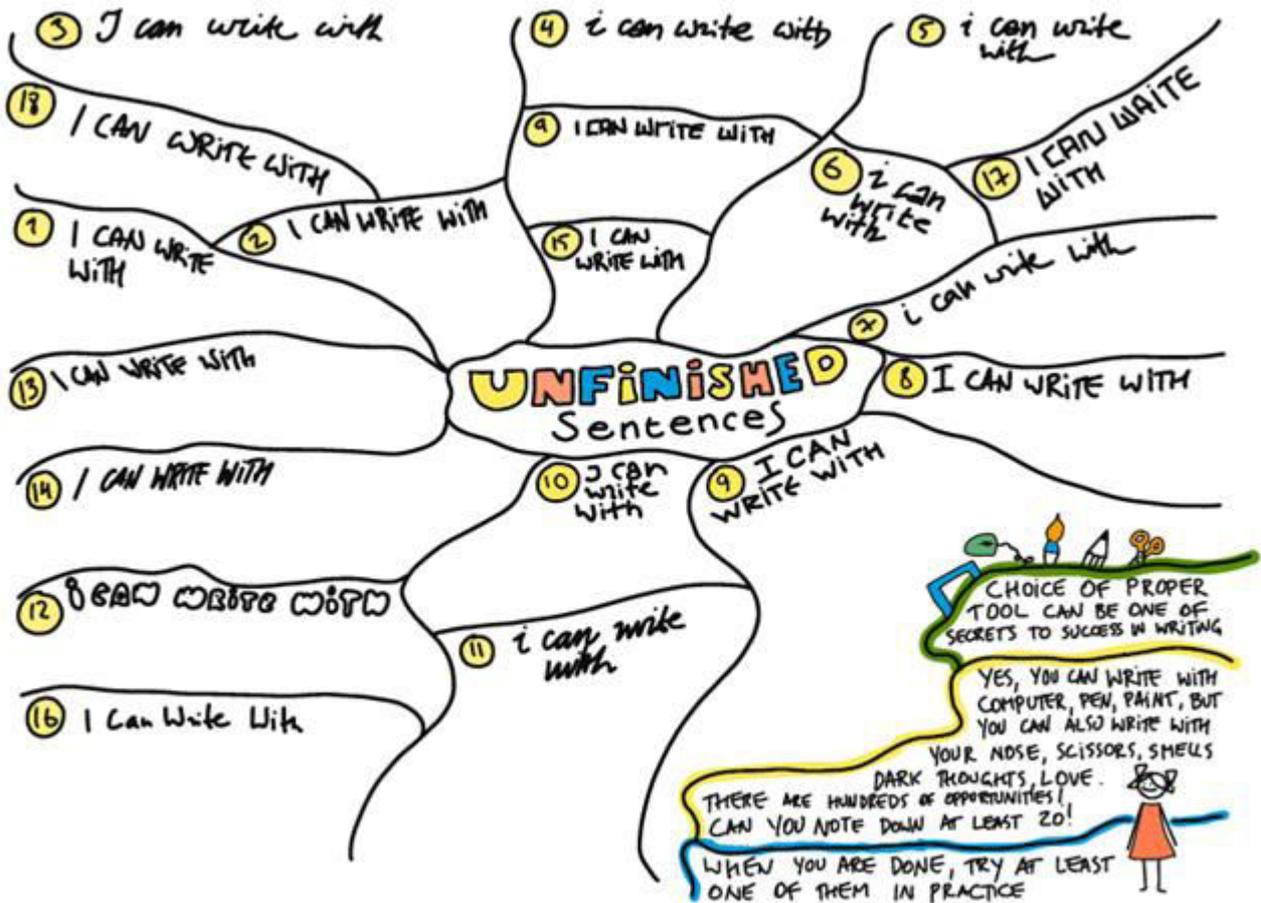
## 2. Utiliza un incipit creativo.

La parte difícil de la escritura es empezar, y las sugerencias de escritura creativa lo hacen por ti. Un incipit de escritura creativa es una técnica sencilla o unas cuantas palabras o frases que puedes utilizar como punto de partida para tu escritura creativa. Una vez que hayas empezado a escribir y hayas utilizado el estímulo para inspirarte, podrás seguir escribiendo. Estos breves ejercicios de escritura pueden

ser suficientes para las actividades de aprendizaje que tienen como objetivo desarrollar las capacidades de la lengua materna o extranjera de los alumnos, así como la creatividad.



Tiempo : El tiempo máximo para cada uno de los incipit es de 5 minutos



IF COLORS WERE HUMANS...

IMAGINE IF ALL COLORS TURNED INTO HUMANS. WHOM WOULD THEY BECOME? CHOOSE ONE COLOR FROM THIS PALETTE AND DESCRIBE ITS PERSONALITY!

**FANTASY TRIP**

IMAGINE A TRIP THAT YOU WOULD LIKE TO MAKE, ANY KIND OF TRIP THAT NO HUMAN DID BEFORE!

NOTE DOWN 5 LANDMARKS YOU WOULD LIKE TO VISIT DURING THIS TRIP!



### 3. Buscando metáforas

#### Objetivo

Desarrollar la capacidad de los alumnos para detectar y forzar las conexiones, y utilizar la expresión metafórica. El ejercicio también puede utilizarse para explorar y obtener nuevos conocimientos sobre un tema elegido.

#### Preparación y materiales

Necesitarás tarjetas de papel de dos colores diferentes para crear dos conjuntos de palabras. Un conjunto de palabras (diferentes objetos) se escribirá en un juego de tarjetas y el otro conjunto de palabras (diversas actividades o conceptos) se escribirá en tarjetas de otro color. Prepara al menos 10 tarjetas de cada color. Puedes elegir objetos y actividades al azar o dirigir la atención de los participantes hacia un tema determinado. Estas serán las palabras que las participantes combinarán durante la tarea.

**Tiempo:** 20 minutos, incluido el tiempo para compartir las metáforas.



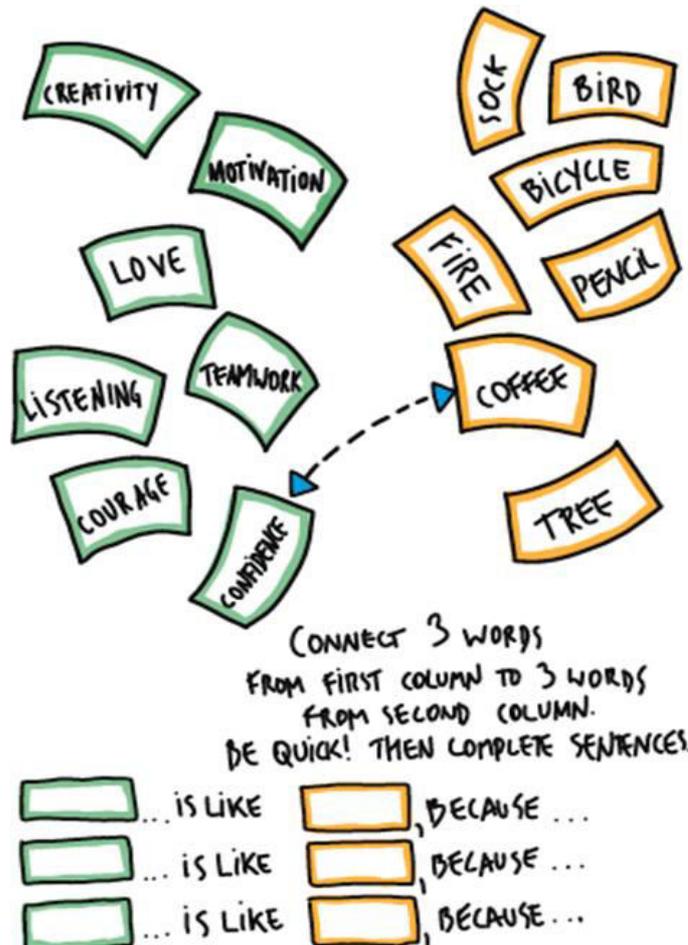
## Instrucciones

Pide a un voluntario del grupo que elija dos tarjetas -una de cada conjunto- sin mirar las palabras. Pide a todo el grupo que encuentre una conexión entre estas dos palabras y escriba nuevas metáforas utilizando la siguiente construcción

"[ACCIÓN] es como [NOMBRE] porque...".

por ejemplo: "LA ESCRITURA es como el CIELO porque esconde mucho más de lo que podemos imaginar".

Consejos : Deja a los participantes la libertad de modificar los conceptos seleccionados.





## 4. Rompecabezas de palabras

### Objetivo

Aumentar la capacidad de escritura de los participantes en una lengua extranjera y ampliar su vocabulario. Tareas como ésta también ayudan a practicar la creación de conexiones, que es una de las principales estrategias de pensamiento creativo.

### Preparación y materiales

Antes de la sesión, prepara una lista de palabras (plantillas) que los participantes tendrán que utilizar en sus escritos. Cada participante debe recibir una lista de palabras. Selecciona las palabras en función del nivel de conocimientos de los participantes. Si los participantes están estudiando algún tema en particular, las palabras pueden reflejar el área de sus estudios. También se puede ajustar el número de palabras.

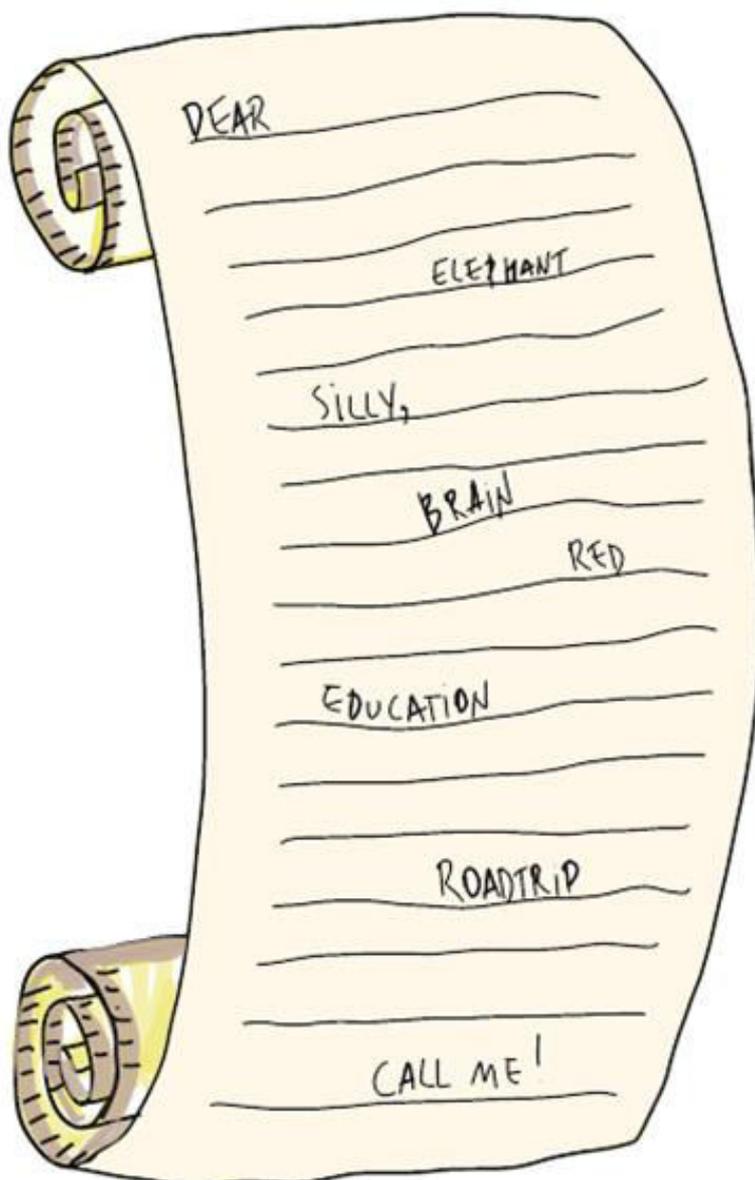
### Tiempo

El tiempo puede ajustarse. La actividad puede tener un límite de tiempo corto y servir de calentamiento para otros ejercicios, o los participantes pueden disponer de más tiempo para escribir sus historias.



## Instrucciones

Distribuye copias de las plantillas. Pide a los participantes que escriban un texto e incluyan todas las palabras dadas sin cambiar su lugar en la hoja. Después de escribir, los participantes pueden compartir sus historias para reflejar cómo las mismas palabras pueden conducir a resultados diferentes.





## 5. Carta a mi hija

### Objetivo

Practicar la reflexión y aprender a aprender

### Preparación y materiales

Papel para escribir cartas, bolígrafos, sobres. Dependiendo de la experiencia del grupo, puede ser necesario explicar el término "reflexión".

**Tiempo:** 30 minutos.

### Instrucciones

Sin duda, la mayoría de los jóvenes reciben muchas instrucciones y consejos en la escuela, en casa y en los medios de comunicación. ¿Qué pasaría si los desafiáramos y los pusiéramos en el papel de asesores? Utiliza este ejercicio al final de alguna experiencia de aprendizaje importante, como un intercambio internacional o un curso de formación. Pide a cada participante que escriba una carta a su hija o hijo, la que podría tener en el futuro. Pídeles que piensen en algunas lecciones importantes de la vida que hayan experimentado y que se refieran a ellas en la carta. Las cartas pueden permanecer en el anonimato y ser intercambiadas entre los miembros del grupo, para que puedan echar un vistazo, pero asegúrate de que todas las cartas vuelvan a casa con sus autores. Si tienes la oportunidad, puedes recopilarlas y enviarlas a los participantes varios años después.



## 6. Héroes y antihéroes

### Objetivo

Aprender a aprender y conocerse mejor a sí mismo. Proporcionar a los participantes un marco creativo para la autorreflexión y la identificación de sus puntos fuertes, capacidades, habilidades y talentos. Este ejercicio también puede servir como análisis de necesidades que puede utilizarse como base para establecer otros objetivos de aprendizaje y desarrollar un plan de aprendizaje personal.

### Preparación y materiales

Puede ser útil que, antes de este ejercicio de escritura, los participantes hagan un análisis DAFO personal. Necesitará bolígrafo y papel para cada persona. En una variación de este ejercicio, también necesitarás un trípode, una cámara y alguien que ayude a los participantes a hacer fotos.

**Tiempo:** 60 minutos.



## Instrucciones

Explica a los participantes que el objetivo de este ejercicio es aumentar su autoconciencia. Los participantes deben trabajar solos y su tarea es crear un nuevo superhéroe, describirlo y escribir una historia sobre algún acontecimiento en el que el superhéroe demuestre sus poderes. El elemento esencial de la actividad es que el superhéroe debe ser los propios participantes y los poderes del superhéroe deben basarse en las habilidades y talentos reales de los participantes. Invita a los participantes a imaginar que se publica un artículo en el periódico sobre el evento mencionado. Sugiera un título para su artículo, como "El mundo busca un héroe misterioso".

Después de escribir sus historias de superhéroes, divide a los participantes en grupos de 2 ó 3 personas y pídeles que compartan sus historias dentro de estos pequeños grupos. Si los participantes se conocen bien, también pueden darse feedback entre ellos sobre las habilidades, puntos fuertes y capacidades enumeradas para apoyar el desarrollo personal de cada uno.

Para concluir esta actividad, puedes pedir a los participantes que hagan una lluvia de ideas y creen un plan de aprendizaje que tenga como objetivo desarrollar sus puntos fuertes y eliminar sus puntos débiles.



## 7. Alphapoems

### Objetivo

El ejercicio fomenta el pensamiento creativo y la capacidad de establecer conexiones entre diferentes conceptos y acciones, pero si se utiliza como se describe aquí, el objetivo principal de la tarea sería mejorar la cooperación entre las personas de un grupo o equipo. Tómallo como un ejemplo de cómo los ejercicios de escritura creativa podrían adaptarse a las necesidades de la creación de equipos.

### Preparación y materiales

Prepara dos hojas de rotafolio con todas las letras del alfabeto escritas, una debajo de otra. Puede que sólo necesites dos, pero también es posible que un grupo necesite más. También necesitarás algunos rotuladores.

**Tiempo:** 60 minutos.



## Instrucciones

La idea de un alfapoema es sencilla. El grupo tiene que escribir un poema juntos, cada línea comenzando con otra letra del alfabeto, de la A a la Z. Dé a los participantes un límite de tiempo desafiante, por ejemplo, un grupo de 20 personas podría tener 3 minutos para crear un poema. Deja un tiempo de hasta 10 minutos para que el grupo se ponga de acuerdo en una estrategia sobre cómo van a resolver este reto. Después, ¡a por ello! Si el grupo tiene éxito, invítales a leer el poema. Si los participantes no lo consiguen, invítelos a revisar su cooperación y a intentarlo de nuevo. Si el segundo intento falla, y si el grupo quiere revisar su enfoque y cooperación para intentarlo una vez más, ¡hazlo! No temas el fracaso si el grupo así lo decide.

## ALPHA POEM

A...	I N...
B...	I O...
C...	I P...
D...	I Q...
E...	I R...
F...	I S...
G...	I T...
H...	I U...
I...	I V...
J...	I W...
K...	I X...
L...	I Y...
M...	I Z...



## 8. Todas estamos hechas de historias

### Objetivo

Mejorar la conciencia de las participantes y empoderarlas a través de la escritura de historias sobre ellas mismas.

### Preparación y materiales

Tiene que haber mucho apoyo personal y apertura dentro de un grupo para ofrecer a las participantes este poderoso ejercicio. Asegúrate de que haya un entorno seguro, suficiente apoyo y también el ambiente adecuado para una profunda autorreflexión y análisis en el grupo. Este ejercicio también es bastante complejo y requiere una buena capacidad de autorreflexión y observación, por lo que es más adecuado para alumnado experimentado.

**Duración:** 90 minutos.



## Instrucciones

Todas las personas estamos hechas de historias, algunas de las cuales sirven para nuestro desarrollo mientras que otras nos obstaculizan. El destino y el futuro de nuestro mundo dependen de las historias en las que creemos. Pide a tus participantes que recuerden la principal historia que se cuentan a sí mismos (a sí mismos o a otras personas) y que la pongan por escrito. Diles que no habrá obligación de compartirla antes de que empiecen a escribir. Deja unos 30 minutos para la autorreflexión y la escritura. A continuación, dales otros 30 minutos para que escriban las respuestas a las siguientes preguntas.

- ¿Eres un heroína, un villano o una víctima en esta historia?
- Describe cómo te influye esta historia que cuentas sobre ti mismo: ¿te inspira y te fortalece, o te restringe, te hace sentir mal y pierdes la confianza en ti mismo?
- ¿Hay algunas historias en las que crees que te están frenando?
- ¿Cómo podrías reescribir esas historias que te frenan como otras más alentadoras?

Piensa. ¿Qué has aprendido de tus fracasos y errores? ¿Te han ayudado las críticas y las actitudes negativas de los demás en

¿Las críticas y las actitudes negativas de los demás te han ayudado a mejorar? ¿Los malos acontecimientos te han hecho más fuerte? ¿Cómo pueden tus experiencias dolorosas ayudar a empoderar e inspirar a otros a mejorar?



## 9. 100 + 1 Características de una persona emprendedora

### Objetivo

La creación de personajes es un elemento importante de la escritura creativa. En este ejercicio, se utilizan preguntas comunes sobre la creación de personajes para facilitar la reflexión sobre las cualidades que uno necesita para convertirse en un empresario de éxito.

### Preparación y materiales

Papel de rotafolio y rotuladores, papel y bolígrafos. Dibuja en el papelógrafo su versión de la plantilla de construcción del carácter o

demuéstrela en la pantalla.

### Construir un personaje desde cero

Decide si quieres que tu empresario sea mujer u hombre y qué edad tiene.

**Verdades y mentiras** Escribe diez afirmaciones "objetivas" sobre tu personaje: lo que se te ocurra primero, por ejemplo, que trabajan mucho, que son amables, etc. Escribe diez "mentiras": afirmaciones que creas que no pueden ser ciertas, por ejemplo, que odian estar con otras personas.



## Historia de fondo

Nombre: Hijos.

Edad: Opiniones políticas.

Apariencia y estilo: Aficiones.

Salud: Temperamento.

Actitud ante la religión: Cómo le ven los demás.

Educación: Opinión de sí mismo.

Habilidades especiales: Rasgos importantes.

Estado civil.

## Relación

¿De qué manera se comportaría tu personaje de forma diferente al interactuar con

padres

enemigos

hombres

amantes

mujeres

su equipo

amigos

competidores



## Preguntas adicionales

- ¿Qué hábitos les ayudan a tener éxito?
- ¿Cómo definen el éxito?
- Si se les pregunta por su mayor sueño, ¿qué diría su personaje diría?
- ¿Cuál es un sueño secreto que no te contarían?
- ¿Cómo afrontan el fracaso?
- ¿Qué hace que la gente les siga y les apoye?
- ¿Cómo se comportan en la escuela?

**Tiempo:** 90 minutos

## Instrucciones

Los participantes trabajan en pequeños grupos. El objetivo del ejercicio es comprender qué hábitos y cualidades debemos tratar de desarrollar en nosotros mismos para convertirnos en empresarios de éxito. Pídeles que creen un perfil de un buen empresario utilizando la plantilla proporcionada. Una vez completado el perfil general, invite a los alumnos a inventar diferentes citas sobre y en torno al espíritu empresarial que este empresario de éxito podría haber dicho a los medios de comunicación, a su equipo, a un grupo de jóvenes, a un niño y a un perro. Invite a los participantes a compartir

las citas que más les hayan gustado.

**Opción:** posibilidad de interrogar a la persona que es un modelo para ellos



## 10. Proverbios culturales

### Objetivo

Estimular la conciencia y la expresión cultural. Reflexionar sobre los distintos elementos de las culturas y comprender mejor las diferencias y similitudes entre el patrimonio cultural de los distintos países. Este ejercicio es más adecuado para grupos interculturales.

### Preparación y materiales

Prepara varios proverbios culturales como ejemplo y anótalos en un rotafolio.

### Ejemplos

Coge sólo lo que necesites y deja la tierra como la encontraste  
.

Proverbio de los nativos americanos que refleja la importancia de la tierra

La esperanza es lo último que muere

Las mañanas son más sabias que las tardes

**Tiempo:** Al menos 45 minutos.



## Instrucciones

En la apertura del ejercicio, presente varios proverbios culturales y pida a los participantes que compartan ejemplos de sus propios países. Mientras comparten, los participantes también pueden decir si los mismos (o un equivalente de) los proverbios de ejemplo se pueden encontrar también en sus propios idiomas. A continuación, pida a cada persona que elija uno de estos proverbios y conceda 20 minutos para escribir una historia sobre el proverbio seleccionado. Los participantes pueden escribir sobre las situaciones en las que se utilizan estos proverbios, sus experiencias personales cuando este proverbio resultó ser cierto o no, o también pueden escribir una historia que explique el papel del proverbio en su país, o imaginar el origen de este proverbio. Una vez terminadas las historias, invita a los participantes a compartir sus textos

# PROS



La escritura creativa ayuda

- a perfeccionar tus habilidades como escritor
- a romper el bloqueo del escritor
- a mejorar la comunicación en la lengua materna
- a desarrollar las habilidades en lenguas extranjeras
- a mejorar su creatividad y espontaneidad
- a aprender a aprender y desarrollar el sentido de la iniciativa
- a acumular la competencia social y civil
- a estimular la conciencia y la expresión cultural .
- a conocerse mejor a sí mismo
- a escribir para reflexionar y evaluar creativamente las actividades de aprendizaje

# CONTRAS



- No te convierte en escritor
- Puede crear falsas esperanzas. Cualquiera puede pensar en ser escritor sin tener contratiempos hacia su escritura
- No significa que te vayan a publicar
- no aprendes a escribir la forma específica de la literatura o el texto periodístico, la regla de la escritura académica
  - si no prestas atención a tu proceso de escritura, te arriesgas a no progresar en la escritura

# TIPS



## Algunos consejos útiles .

- Lleva un diario para anotar y jugar con tus ideas a medida que vayan surgiendo.
- Dedica un tiempo específico cada día (incluso 5 minutos) a escribir.
- Utiliza un temporizador para ayudarte a mantener el hábito de la escritura diaria.
- También puedes establecer objetivos de recuento de palabras, si te resulta más motivador que los límites de tiempo.
- Lee todo lo que puedas sobre el tipo de contenido que quieres escribir.
- Publica tu trabajo (en un blog) y recibe comentarios de los demás.

# TIPS



## Algunos consejos para facilitar las sesiones de escritura creativa

- Concéntrate en crear un entorno de aprendizaje seguro y establece reglas claras que lo protejan. Asegúrate de que el ambiente o la fase de desarrollo del grupo son adecuados para la actividad.
- Asegúrate de que el lugar donde trabajas es cómodo. Que tenga suficiente luz y que los participantes puedan sentirse cómodos allí mientras escriben.
- Adapta tu método a las necesidades de tus participantes, siendo sensible a cómo las diferencias de edad, experiencia, capacidad y antecedentes culturales entre las personas del grupo afectan a la forma en que se involucran en los ejercicios.
- Ten claro el objetivo de las actividades. No todos los ejercicios de escritura tienen objetivos importantes. Algunos están ahí para promover la diversión, el juego y romper los bloqueos del pensamiento creativo, para explorar ideas o personajes.

# TIPS



- **Atrévete a ser auténtico y vulnerable.** Compartir tus historias personales, incluidas las que la gente suele decidir guardar para sí misma, también animará a las personas de tu entorno a compartir más sus emociones y experiencias.
- **Anima a compartir textos escritos.** Es una gran oportunidad para aprender del trabajo de los demás.
- **Céntrate en el proceso y no en el resultado.**
- **Hazlo lúdico.** Una de las características clave de la escritura creativa es la voluntad de jugar con el lenguaje. La diversión y el juego ayudan a que las ideas creativas brillen. Incluye actividades y juegos para crear un ambiente informal y relajado.
- **Sé flexible.** La escritura creativa debe ser un ejercicio fluido. Es importante ser flexible con los requisitos y las expectativas.

# FUENTES

## RECURSOS

---

- [https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox\\_tool\\_download-file-1429/CW-cookbook-web.pdf](https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-1429/CW-cookbook-web.pdf)
- <https://www.tckpublishing.com/what-is-creative-writing/>
- 
- [https://en.wikipedia.org/wiki/Creative\\_writing](https://en.wikipedia.org/wiki/Creative_writing)
- 
- <https://authority.pub/creative-writing-examples/>
- 
- <https://themodernetiquette.com/2021/12/22/december-passacaglia/>

# FUENTES

## RECURSOS



### Libros

- Amberg, J., Larson, M. (1996), **Creative Writing Handbook**. US: Good Year Books.
- Benke, K. (2010), **Rip the Page! Adventures in Creative Writing**. Roost Books.
- Bolton, G. Field, V., Thompson, K. (2006), **Writing Works: A Resource Handbook for Therapeutic Writing Workshops and Activities**. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Deutsch, L. (2014), **Writing from the Senses: 60 Exercises to Ignite Creativity and Revitalize Your Writing**. Boston: Shambhala Publications Inc. Donovan, M. (2012), **101 Creative Writing Exercises**.
- Dowrick, S. (2009), **Creative Journal Writing: The Art and Heart of Reflection**. Los Angeles: Penguin Putnam Inc.
- Kaufman, S. B., Kaufman, J. C. (2009), **The Psychology of Creative Writing**. New York: Cambridge University Press.
- Morley, D. (2007), **The Cambridge Introduction to Creative Writing**. New York: Cambridge University Press.
- Stockton, H. (2014), **Teaching Creative Writing : Ideas, Exercises, Resources and Lesson Plans for Teachers of Creative-writing Classes**. London: Little, Brown Book Group.

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT

---



CROSSWORD LABS

---

## Disclaimer:

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use that may be made of the information contained therein

# PROPÓSITO

## OBJETIVO

---

Es una herramienta sencilla y rápida para construir, imprimir, compartir y resolver crucigramas en línea. Puedes involucrar a tu grupo proporcionándoles una herramienta para crear su propio crucigrama, o puedes aumentar sus conocimientos y concienciación sobre un tema.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

Es uno de los mayores repositorios de crucigramas en Internet - con más de 1 millón de crucigramas hechos. Crossword Labs es un creador de crucigramas.

# EJEMPLO



Rápido, sencillo y gratuito: puedes crear tu propio crucigrama o encontrar uno ya preparado.

Puedes compartir la URL de tu crucigrama y resolverlo en línea.

Funciona en tabletas y teléfonos.

También puede imprimir/exportar su crucigrama a PDF o Microsoft Word, o descargar su crucigrama como imagen

# PROS



Funciona en cualquier dispositivo.

Sin anuncios, sin marcas de agua y sin necesidad de registrarse.

Es gratuito

# CONTRAS



The interface is available only in English.

You can create a crossword only when online.

# FUENTES

## RECURSOS

- <https://www.albertopiccini.it/2019/06/05/crossword-labs-una-web-app-con-cui-costruire-parole-crociate-personalizzate/>
- [Free, Online Crossword Puzzle Maker - Crossword Labs](#)

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT



## DEBRIEFING

---

### Disclaimer:

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use that may be made of the information contained therein

# PROPÓSITO

## OBJETIVO

---

El debriefing es una experiencia que permite a los participantes conectar las actividades y las lecciones que han aprendido en una actividad, experiencia o programa, con el mundo exterior.

¿Cuándo se realiza el debriefing?

El debriefing puede tener lugar al final de cualquier actividad o experiencia, incluso al final de un segmento de una experiencia, o al final de una serie de actividades. No hay un momento perfecto para el debriefing, ni una pauta establecida sobre la duración de cada debriefing. Se puede utilizar una variedad de estrategias de debriefing, así como utilizar actividades que den a los participantes el conocimiento y el poder de tomar la iniciativa en su proceso de debriefing.

(<http://experience.jumpfoundation.org/what-is-debriefing-and-why-should-we-debrief/>)

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

### Pasos del debriefing

Las actividades experienciales ofrecen muchos puntos de discusión. Sin embargo, es importante recordar que si los informes posteriores a la actividad no están bien estructurados, pueden no ser eficaces y las oportunidades de aprendizaje pueden no aparecer.

Para maximizar los beneficios de las actividades experienciales y permitir el aprendizaje y el desarrollo de los participantes a través del proceso, es útil seguir un modelo de tres pasos para formular preguntas de informe: ¿Qué? ¿Y qué? ¿Y ahora qué?

#### 1. El qué

Propósito: Revisar la actividad para recopilar datos de lo ocurrido

Explicación: La intención es extraer la mayor cantidad de información posible del grupo para referirse a ella más adelante en el debate. A partir de esta base de lo sucedido, el facilitador puede guiar el debate hacia una mayor comprensión de la experiencia y ayudar a extraer el aprendizaje de la misma.

Ejemplos de preguntas: ¿Qué ocurrió? ¿Qué ocurrió durante la actividad? ¿Qué observaste?

# ISTRUCCIONES ● ● ●

---

## 2.El ¿Entonces Qué?

Propósito: Observar los detalles e interpretar los datos para extraer el significado de la actividad con el fin de obtener una visión

Explicación: Pasando de lo descriptivo y observable a lo interpretativo, la intención es extraer más significado de lo que ocurrió, y/o de cómo ocurrió, así como "desentrañar" los niveles más sutiles de lo que ocurrió.

Ejemplos de preguntas ¿Cómo fue vuestra comunicación? ¿Qué contribuyó al éxito de tu equipo? ¿Qué papel desempeñaste en el grupo durante la actividad?

## 3.El ¿ahora qué?

Propósito: Puente de la experiencia reciente a la experiencia futura

Explicación: Para que lo que acaba de ocurrir tenga importancia o impacto, las preguntas del "ahora qué" hacen que los participantes piensen en el futuro y posiblemente apliquen lo que han aprendido. También puede ser conveniente que los participantes consideren lo que acaba de ocurrir en un nivel metafórico y extraigan un significado o una visión de esa manera.

(<http://experience.jumpfoundation.org/what-is-debriefing-and-why-should-we-debrief/>)

# EJEMPLO



Ejemplo extra: la actividad y las preguntas de la sesión informativa "¿Qué ves?" (mira otra hoja)

Esquema de un debriefing estructurado típico  
(<https://wattsyourpathway.co.uk/debriefing-research/>)

1. Presentaciones Quién eres tú; quiénes son ellos  
Propósito del debriefing - confidencial, dura 2-3 horas  
Detalles generales - dónde, cuánto tiempo, cuándo se  
regresa Visión general - ¿cómo fue?
2. 2. Identificar qué fue lo más preocupante Identificar los  
3 acontecimientos/temas que fueron más estresantes,  
molestos o problemáticos: las peores partes (por  
ejemplo, un incidente; una visión perturbadora; una  
relación/dificultad de comunicación; dificultades en el  
trabajo/agencia; exceso de trabajo; aburrimiento;  
cultura/condiciones de vida; estar lejos de los amigos/la  
familia; un problema de salud)
3. 3. Hechos, pensamientos y sentimientos Ve pasando  
por cada acontecimiento/problema: pregunta por los  
hechos, luego por los pensamientos y después por los  
sentimientos. ¡NO TE APURES!
4. 4. ¿Hay algún otro aspecto del que quieras hablar?
5. 5. Síntomas



¿Experimentaste síntomas relacionados con el estrés en algún momento mientras estabas en el extranjero?

¿Y ahora? - Hazles pasar por el folleto para que indiquen los síntomas típicos

6. Normalizar y enseñar

- Los síntomas son normales dadas las circunstancias: no estás exagerando

- ¿Qué métodos puedes utilizar para reducir el estrés?

- ¿Qué apoyo tienes a tu disposición/con quién puedes hablar?

7. ¿Algo que haya sido positivo?

¿Hubo algo bueno / significativo en tu tiempo en el extranjero? ¿Qué fue lo mejor? ¿Qué aprendiste? ¿Te alegras de haber ido?

8. Regreso a "casa"

¿Cómo ha sido el regreso "a casa"? Habla del choque cultural inverso normal y de la adaptación

9. El futuro

- Pregunta sobre los planes de futuro

- Indícales dónde pueden obtener más ayuda si lo desean (ofréctete a remitirles, si procede)

- Pregúntales si tienen alguna pregunta, otras cosas que quieran decir

- Ofrece una reunión de seguimiento, si procede. Si no, acuerda un seguimiento por teléfono o correo electrónico (2-3 semanas después) para ver cómo están

10. Cierre

Resume la sesión, pregunta cómo se sienten ahora.

# PROS



¿Cuáles son los beneficios del Debriefing?

David Kolb, teórico de la educación estadounidense y uno de los precursores de la filosofía de la educación experiencial, creía que para aprender realmente de la experiencia debe haber tiempo para la reflexión.

El debriefing es un componente central del Ciclo de Aprendizaje Experiencial de Kolb. Al reflexionar y reconocer los conocimientos, las habilidades y las actitudes utilizadas en una experiencia, **los participantes desarrollan una conciencia y una visión personales y toman conciencia de los recursos internos a los que pueden acceder en futuras experiencias.**

(<http://experience.jumpfoundation.org/what-is-debriefing-and-why-should-we-debrief>)

# CONTRAS



El debriefing es una parte importante del aprendizaje. La parte del debriefing debe manejarse con cuidado y una buena preparación, de lo contrario se corre el riesgo de no concluir el ciclo de aprendizaje e incluso de causar algún daño. Por ejemplo, no es apropiado culpar, ya que no es constructivo y puede provocar resentimiento y rencor. También puede ser muy emotivo y, si no estás preparado para abrir la "caja de Pandora", ten cuidado con cómo manejarlo después.

# TIPS



Prepara la actividad y unas cuantas preguntas extra en la parte de la información. Cuida el tiempo. Prepárate para seguir la corriente y sé flexible, pero no demasiado, y sigue las preguntas del debriefing

# FUENTES

## RECURSOS

---

1. "What Is Debriefing and How Is It Done?":

<http://experience.jumpfoundation.org/what-is-debriefing-and-why-should-we-debrief/>

2. Appendix 1: Outline of a typical structured debrief:

<https://wattsyourpathway.co.uk/debriefing-research/>

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT

---



## HERRAMIENTA DIGITAL INTERACTIVA- KAHOOT

---

### Disclaimer:

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use that may be made of the information contained therein

# PROPÓSITO

## OBJETIVO

---

Crear y utilizar una herramienta digital interactiva, basada en el juego, con propósitos educativos. ¡Kahoot! es una extraordinaria herramienta de aprendizaje que motiva a los alumnos a aprender mediante juegos interactivos. Aumenta el compromiso de los alumnos. Es una herramienta fácil de usar y también apta para móviles y tabletas. Posee una interfaz fácil de usar en la que profesores y alumnos pueden crear juegos y pruebas en pocos minutos.

# DESCRIPTION

## INSTRUCTION

---

Kahoot! es una plataforma de aprendizaje basada en juegos, que se utiliza como tecnología educativa en colegios y otras instituciones educativas. Sus juegos de aprendizaje, "kahoots", son cuestionarios de opción múltiple generados por el usuario a los que se puede acceder a través de un navegador web (<https://kahoot.com/>) o de la aplicación Kahoot. Kahoot! puede utilizarse para repasar los conocimientos de los alumnos, para la evaluación formativa o como descanso de las actividades tradicionales del aula. Kahoot! también incluye

# EXAMPLE



"Ejemplo de cuestionario Kahoot desde el punto de vista del instructor y del alumno":

[https://www.youtube.com/watch?v=YtH4kYacFs4&ab\\_channel=DanielKopsas](https://www.youtube.com/watch?v=YtH4kYacFs4&ab_channel=DanielKopsas)

¿Qué tipo de preguntas puedes hacer en Kahoot?

- Cuestionario.
- Verdadero o falso.
- Respuesta tipo (característica Premium)
- Rompecabezas (característica Premium)
- Encuesta (característica Premium)
- Nube de palabras (función Premium)
- Tormenta de ideas (característica Premium)
- Abierto (característica Premium)

# PROS



- La primera y principal ventaja de Kahoot es que ofrece un gran compromiso por parte de los alumnos. Les gusta porque es un tipo de cuestionario visualizado y único.
- Como el nivel de interés de los alumnos es alto, los profesores pueden evaluar fácilmente el nivel de comprensión a través de cuestionarios y encuestas.
- Kahoot ha tenido mucho éxito a la hora de reducir la monotonía y el aburrimiento.
- Es una plataforma energética y animada.
- Puede utilizarse como herramienta de evaluación para los profesores.
- Kahoot ha conseguido crear un ambiente positivo entre los alumnos creando motivación.
- Ha aumentado el rendimiento de los alumnos gracias a un aumento de la asistencia de los mismos.
- Ha reducido eficazmente los niveles de frustración de los alumnos y el estrés por el miedo a las evaluaciones formativas en el método tradicional. ([https://www.techprevue.com/kahoot/#Advantages\\_of\\_Kahoot](https://www.techprevue.com/kahoot/#Advantages_of_Kahoot))

# CONTRAS



- Una de las desventajas importantes de Kahoot es que el seguimiento del nivel de progreso del alumno es un proceso complejo.
- Debido a que hay varios jugadores conectados a la misma plataforma, debe haber una fuerte conexión WiFi. De lo contrario, no funcionaría.
- A veces, la música de fondo puede distraer y estresar, lo que en última instancia hace que el alumno se desvíe de su objetivo.
- Al estar conectados varios jugadores, el nivel de competencia puede aumentar, lo que provoca estrés y enfado entre los chicos.
- A veces, la disponibilidad de aparatos también puede ser un problema.

([https://www.techprevue.com/kahoot/#Advantages\\_of\\_Kahoot](https://www.techprevue.com/kahoot/#Advantages_of_Kahoot))

# TIPS



La versión básica de Kahoot es gratuita. Si quieres optar por una función Premium con más opciones mejoradas, tendrás que pagar una cierta cantidad de dinero.

# FUENTES

## RECURSOS

1. Kahoot! <https://en.wikipedia.org/wiki/Kahoot>
2. Kahoot! <https://kahoot.com/>
3. “Kahoot What Is It: Features, Advantages, Disadvantages, and FAQs”:  
[https://www.techprevue.com/kahoot/#Advantages\\_of\\_Kahoot](https://www.techprevue.com/kahoot/#Advantages_of_Kahoot)
4. “Kahoot quiz example from instructor and student point of view”:  
[https://www.youtube.com/watch?v=YtH4kYacFs4&ab\\_channel=DanielKopsas](https://www.youtube.com/watch?v=YtH4kYacFs4&ab_channel=DanielKopsas)

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT



## JUEGOS DE ACTIVACIÓN

---

### AVISO LEGAL

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella

# PROPÓSITO

## OBJETIVO

---

Un juego de activación es una actividad que puede realizarse al principio de una sesión de formación. El objetivo de esta actividad es (re)dinamizar a los participantes y motivarlos para que participen activamente en el resto de la sesión. Además, un juego de activación puede ser una gran oportunidad para ayudar a los participantes a conocerse, relajarse y ayudar al formador a introducir el tema de la formación de una manera más natural.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

Los juegos de activación suelen tener como objetivo energizar a los participantes en dos niveles: física y mentalmente. Por lo tanto, los juegos de activación pueden ser elegidos para estas funciones específicas. Por ejemplo, al principio de la formación, cuando todo el mundo está todavía relativamente ligero, se puede elegir un dinamizador físico, para aportar algo de energía al grupo y que la gente se conozca. La creación de una relación entre los participantes es siempre necesaria para un programa de formación de calidad. Cuando el tema de la formación es un reto mental, el formador puede utilizar un juegos de activación que estimule a los participantes mentalmente, introduzca el tema y les motive a ofrecer su punto de vista sobre el mismo, de modo que aumente el compromiso. Además, el formador debe tener muy en cuenta el factor tiempo. Por ejemplo, si la formación incluye una pausa para el almuerzo, sería prudente evitar los juegos de activación muy físicos después de la pausa para el almuerzo, y elegir en cambio los mentales.

# EJEMPLO



Piedra, papel o tijera - El mayor aficionado (~10 minutos):

Fuerte juego de activación con elementos de juego, que se disfruta universalmente, la gente se aprende los nombres de los demás

Instrucciones: Los participantes están de pie en la sala, y se enfrentan en un juego tradicional de piedra, papel y tijera. La diferencia es que el perdedor sigue al ganador coreando su nombre, hasta que al final sólo quedan dos personas enfrentadas, con un ejército detrás de cada una de ellas, coreando su nombre.

Consejo: Es bueno hacer una introducción para emocionar a los participantes, como por ejemplo: "¿Te gustaría caminar por la calle con gente coreando tu nombre como tus mayores fans?"



## Elefante, kebab, tostadora, canguro de vómito:

juego de activación con elementos de juego, que se disfruta universalmente.

Instrucciones: Los participantes se colocan en un círculo y se les muestran 4 miniposturas que tienen que hacer con las personas sentadas a su izquierda y a su derecha. La persona que se encuentra en el centro del círculo elige a una persona y ésta, junto con sus vecinos, tiene que hacer la pose que le indica la persona del centro. La persona más lenta en hacer la postura, se coloca en el centro.

Consejo: Intenta mantener un ritmo alto, para que sea más difícil adoptar la postura correcta a tiempo.

## Ensalada de frutas (~10 minutos):

Fuerte juego de activación con elementos de juego, que se disfruta universalmente.



Instrucciones: Los participantes se dividen en grupos al azar (el tamaño y el número de grupos no importa), y se les indica que elijan una fruta que represente a su grupo. A continuación, todos se sientan en posiciones aleatorias en sillas dispuestas en círculo. El instructor da las instrucciones: La persona del centro anuncia Me gustaría comer (nombre de una de las frutas elegidas por los grupos), y entonces todos los miembros de ese grupo tienen que levantarse y buscar otra silla. El instructor se convierte inmediatamente en un miembro del primer grupo. Luego, la persona que queda de pie anuncia qué fruta le gustaría comer, y se puede elegir más de una fruta. De nuevo, todo el mundo tiene que ponerse de pie y correr a buscar una silla para sentarse. Cuando se pide una ensalada de frutas, todos los participantes tienen que ponerse de pie y buscar otro lugar para sentarse.

Consejos: Cuidado, la gente puede caerse de las sillas, asegúrate de que hay suficiente espacio para que la gente corra y que no hay objetos en medio que hagan tropezar a la gente.

Charadas (pantomima) "¿Qué haces ahí?" (~10 minutos):

Buen juego de activación para estimular mentalmente a los participantes.



Instrucciones: Los participantes se colocan en fila, y el instructor se sitúa frente a ellos de cara a las instrucciones: La persona que está frente al grupo finge estar haciendo una actividad (por ejemplo, cepillarse los dientes). La persona que está al frente de la fila, pregunta "¿Qué estás haciendo (nombre)?" y la persona que hace la farsa responde otra cosa (por ejemplo, conducir mi coche). A continuación, va al final de la fila y la siguiente persona tiene que hacer lo que el anterior ha dicho, mientras hace otra cosa.

Consejos: El grupo tiene que tratar de encontrar actividades divertidas, de lo contrario la actividad puede ser un poco sosa, por lo que alguien del grupo puede ser un colaborador del instructor, para provocar algunas actividades divertidas y provocativas para hacerlo más interesante.



## Dos verdades, una mentira (~15 minutos):

juego de activación que se realiza normalmente al principio de la formación para romper el hielo entre los participantes, hacerles reír y que se conozcan. Se puede utilizar para dinamizar el grupo, y para romper estereotipos.

Instrucciones: Se les da a los participantes tres notas post-it, y se les pide que escriban en cada una de ellas dos cosas sobre sí mismos que sean verdaderas y una que sea mentira. Se les da instrucciones para que escriban cosas que parezcan creíbles. Se les da de 10 a 15 minutos en el espacio para que pregunten a los demás participantes sobre sus historias y adivinen cuál de las tres afirmaciones no es cierta. Al final, si hay tiempo, se puede hacer un debriefing del ejercicio con preguntas como ¿Cómo te has sentido durante este ejercicio? ¿Alguien adivinó una cosa concreta del otro que fuera constantemente errónea?

Consejos: Puedes hacer algunas bromas en los post-its para que la gente se sienta más cómoda



## Juego de nombres (~15 minutos):

La gente puede empezar a aprender los nombres de sus copartícipes y aprender algo sobre los demás.

Instrucciones: Este juego se desarrolla al principio de un entrenamiento, cuando un grupo no está familiarizado con los nombres del resto de los participantes. El juego se organiza en 4 fases:

- a) Fase 1- El facilitador sostiene una pelota y explica el juego. Cada persona que recibe la pelota debe decir su nombre y algo interesante sobre sí misma (según el contexto del proyecto, puede ser el origen de su nombre, una pasión suya, etc.). La pelota debe lanzarse a alguien que no sea del mismo grupo
- b) Fase 2: Ahora que todos los participantes han dicho sus nombres y una información sobre sí mismos, deben lanzar la pelota a alguien y decir su nombre y la historia.
- c) Fase 3: El facilitador señala a una persona, y ésta debe sentarse en sus rodillas. Los dos que están sentados a su lado deben decir tan rápido como puedan, el nombre del otro. El que pierda, se queda en el centro y elige a la siguiente persona
- d) Una persona valiente debe decir al final todos los nombres del círculo



### Presentarse mutuamente (~20 minutos):

Conocer más a fondo a los demás participantes, habilidades de presentación, conectar con los demás.

Descripción: Se mezcla a los participantes haciendo parejas con personas que no se conocen. Luego les das 5 minutos para que hablen un poco de sí mismos, de las cosas que les gustan, de las que no les gustan, de sus aficiones, de sus profesiones. A continuación, se vuelve al círculo y cada participante debe presentar brevemente no a sí mismo, sino a la otra persona que acaba de conocer y compartir información sobre sí mismo

### El poder de las fotografías (~15 minutos):

En lugar de utilizar una presentación en power point y hacer que los participantes no se involucren, les das la oportunidad de participar activamente y co-crear conocimiento.



Descripción: De acuerdo con el tema de una formación, seleccionas e imprimes fotos y las colocas en una formación aleatoria. Pides a los participantes que seleccionen una y digan su opinión sobre lo que creen que representan estas fotos. A continuación, puedes hacerles más preguntas como, por ejemplo, si relacionan esta foto con alguna de sus experiencias/contexto/interés, etc. Por último, les explicas lo que representa esta foto y empiezas a presentar el tema de esta forma interactiva.

### Declaraciones (~10 minutos):

Introducir un tema al tiempo que se dinamiza y fomenta la conversación entre los participantes.

Descripción: El facilitador prepara algunas afirmaciones que están relacionadas con el tema de la asignatura. A continuación, pide a los participantes que den un paso adelante si se relacionan con esta afirmación. Quien quiera, puede decir algunas cosas sobre cómo se relaciona con esta afirmación. Con este ejercicio facilitamos que los participantes comprendan cuántas cosas tienen en común.



## Póngase en juego (~15 minutos):

Permitir la interacción sobre temas específicos de interés y facilitar que la gente participe activamente.

Descripción: Hay una afirmación que provoca controversia (ejemplo) "Siento que el dinero trae la felicidad"). Entonces se crean dos extremos. Estoy totalmente de acuerdo, estoy totalmente en desacuerdo. En los siguientes pasos pides a los participantes que se sitúen en la línea entre estos dos extremos y expliquen su posición.

# PROS



- Dinamizar el grupo
- Comprometerse fomentando la participación
- Crear interés por los temas de formación
- Los participantes se conocen entre sí
- Se crea un clima de confianza
- La interacción lúdica fomenta el compromiso y la retención de la información

# CONTRAS



- En los grupos grandes, el facilitador tiene que ejercer un gran control porque el tiempo y los temas se le pueden ir de las manos.

# TIPS



- Cuando el facilitador dirige una actividad de animación, debe haber un equilibrio entre la relajación y la diversión de los participantes y el mantenimiento del tema.
- Aunque los juegos de activación son ejercicios y actividades bastante sencillos, el facilitador debe dedicar tiempo a prepararlos y practicarlos.
- Conocer la "onda" del grupo de participantes puede ayudar a elegir las actividades más adecuadas para ellos.
- No tengas miedo de sacar a los participantes de su zona de confort.

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT

---



## TEATRO-FORO EN EL AULA

---

### Disclaimer:

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use that may be made of the information contained therein

# PROPÓSITO

## OBJETIVO

---

El objetivo del Teatro-Foro es facilitar el diálogo generativo entre los alumnos, fomentando la aparición de búsquedas creativas y colectivas de soluciones sobre el tema estudiado.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

### 1. PREPARACIÓN (Antes de la sesión)

En función del tema que se vaya a tratar con el grupo, la persona facilitadora escribe una historia relacionada con el tema.

# ISTRUCCIONES ● ● ●

---

Es necesario que la historia siga estas características:

- Debe representar una situación lo más cercana posible a las experiencias reales del grupo.
- Debe representar un conflicto claro
- Debe ser corto, no más de 10 líneas.
- Que los personajes puedan diferenciarse entre, al menos, Perpetrador (que tiene el poder y ejerce la violencia), Oprimido (que recibe la violencia) y Testigo (que observa sin intervenir).
- Que queden claros los ROLES (¿quién es?), los DESEOS (¿qué quiere?) y los MIEDOS (¿a qué teme?) de cada personaje.
- La persona oprimida pierde el conflicto en la parte final de la escena.

# INSTRUCTION

---

## 2. DESARROLLO (50')

- Una vez con el grupo, la persona facilitadora pide voluntarios para representar la historia previamente escrita. Se da a los voluntarios la historia y se les da 5 minutos para que se la aprendan y la ensayen, posiblemente fuera del aula.
- Mientras tanto, la persona facilitadora explica al grupo que verán una breve obra de teatro dos veces y que, la segunda vez, tendrán la posibilidad de detener la acción y sustituir a uno de los actores o actrices para intentar cambiar el final de la historia. Para detener la obra, tendrán que aplaudir y gritar ¡STOP! cada vez que piensen que algo podría decirse o hacerse de forma diferente.
- La persona facilitadora ensaya el uso de la regla STOP! con el público, probándola colectivamente
- .
- Se invita al grupo de voluntarios a representar la escena ante el público de la clase por primera vez..

# ISTRUCCIONES ● ● ●

---

- At the end of the scene, the audience is asked about the theme of the play, to make sure that everyone is clear about the facts seen.
- The use of STOP is reminded again.
- The scene is repeated a second time, this time inviting the audience to stop the action, enter the stage and look for alternative solutions, substituting an actor or actress.
- Each time an intervention is given by the audience, at the end, the facilitator asks the audience about the intervention, with the aim of generating a dialogue oriented to deepen the theme. Possible script questions could be:
  - What have we seen?
  - How does it relate to your life?
  - How do you think this can be put into practice in real life?
  - Would it be easy/difficult? Why?

# ISTRUCCIONES

---

## 3. CIERRE (10')

- Al final de todas las intervenciones propuestas, en un momento en el que el diálogo haya avanzado lo suficiente, el animador invita a los asistentes a generar un resumen colectivo de todo lo vivido, repasando aquellos momentos del diálogo que hayan representado una percepción para el grupo.

## PROS



- La herramienta facilita la participación de los alumnos mediante el uso del cuerpo y la improvisación, haciendo que la actividad sea más dinámica.
- Es posible aclarar los diferentes puntos de vista sobre la situación gracias a la escenificación de los diferentes pensamientos entre los participantes.

# CONTRAS



Para crear un espacio de diálogo eficaz, se recomienda un grupo de al menos 10 alumnos

# TIPS



- Cuando un miembro del público sustituya a un personaje, el resto del público tendrá que esperar al final de la propuesta para entrar.
- En caso de que alguien del público sustituya al personaje opresor y cambie mágicamente su actitud, el animador puede utilizar estas preguntas orientadoras con el público: ¿Qué debería ocurrir en la vida real para que esta persona tenga este comportamiento? ¿Cómo llegó a generar este comportamiento en primer lugar?
- En caso de que nadie quiera salir y sustituir a los personajes, el facilitador puede indagar con el público sobre cuáles son las dificultades, en la vida real, para modificar hechos como los que se

# SOURCE

## RESOURCE

---

- <https://teachersactup.com/theatre-games/forumrainbow-of-desire/>
- <https://theactivistclassroom.wordpress.com/tag/forum-theatre/>
- <https://organizingforpower.files.wordpress.com/2009/03/games-theater-of-oppressed.pdf>

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT



## ROMPEHIELOS

---

### Aviso legal:

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella

# PROPÓSITO

## META

---

Un rompehielos es una actividad, ejercicio o experiencia diseñada para romper el "hielo" que suele limitar o inhibir las interacciones de un grupo de personas que pueden conocerse o no.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

Un grupo está mostrando "hielo" si hay poca o ninguna conversación, reticencia al contacto físico y poco contacto visual. Además, los miembros del grupo se mantienen solos, mostrando falta de iniciativa y ausencia de confianza.

Para ser considerada como rompehielos, una actividad, ejercicio o experiencia debe tener la mayoría de los siguientes criterios

- divertido.
- no amenazante.
- altamente interactivo.
- simple y fácil de entender.
- orientado al éxito.

# ISTRUCCIONES ● ● ●

---

Un rompehielos eficaz es una actividad, un ejercicio o una experiencia que prepara con éxito al grupo para lo que le espera, especialmente si vas a tratar un tema delicado. Para un rompehielos eficaz, necesitas:

- Una ubicación cómoda y un ambiente relajado.
- Que los participantes lleven ropa cómoda, si es posible.
- Un excelente líder o persona facilitadora familiarizada con el rompehielo
- Instrucciones claras, concisas y relativamente fáciles de seguir.

La persona facilitadora o líder desempeña un papel importante en el éxito de un juego o actividad para romper el hielo. Hay que dar explicaciones claras y dirigir el progreso del grupo. La misma actividad para romper el hielo facilitada de diferentes maneras con diferentes grupos puede (y lo hará) dar lugar a una gran variedad de experiencias y resultados diferentes.

Algunos juegos para romper el hielo requieren espacios grandes o especiales, materiales y herramientas especiales o tranquilidad.

# EJEMPLO



## **Dos verdades y una mentira**

Pide a tus jóvenes que escriban en un papel tres afirmaciones sobre ellos mismos, una de las cuales es falsa. Ahora pide al grupo que camine y empiece a interactuar en pareja, intentando adivinar cuál es la mentira. Cuando una pareja haya terminado se separa y empieza a caminar de nuevo para encontrar una nueva "pareja". Dale tiempo suficiente para que interactúen con diferentes personas.

Además de conocerse como individuos, este ejercicio ayuda a iniciar la interacción dentro del grupo.

## **Terreno común**

En pequeños grupos, haz que los participantes piensen en seis cosas que tienen en común y que las compartan con el grupo grande.



## **Desafío del Círculo**

Forma tu grupo en dos equipos y haz que se coloquen alternativamente en un gran círculo.

Proporciona a cada equipo una pelota de distinto color y del mismo tamaño, o coloca marcas fácilmente visibles en la pelota para que los jugadores puedan distinguirlas.

Entonces el líder dice: "¡Adelante!" y las pelotas se pasan en la misma dirección de un miembro del equipo a otro.

El objetivo es mover el balón con la suficiente rapidez como para superar el balón del equipo contrario.

Cada vez que esto ocurre, se da un punto al equipo que lo hace y el juego vuelve a empezar.

El primer equipo que consiga tres puntos gana.

Asegúrate de que los jugadores saben que no pueden tocar el balón del equipo contrario.

## **Mapa del nacimiento**

Cuelga un gran mapa del mundo en la pared. Dale a cada uno una chincheta. Pídeles que marquen con una chincheta el lugar de su nacimiento en el mapa.



## **Etiquetas creativas para nombres**

Dale a cada uno 10 minutos para que haga su propia etiqueta con su nombre. Pueden enumerar sus aficiones, hacer un dibujo o escribir un perfil personal.

## **Avión de papel**

Todos hacen un avión de papel y escriben su nombre y dos preguntas para hacer a otra persona.

En el momento en que se da la señal, todo el mundo lanza su avión por la sala, recoge los aviones de los demás y sigue lanzándolos.

La persona facilitadora dice STOP después de un minuto.

Cada uno debe llevar un avión de papel.

Tienen que acercarse a la persona más cercana y hacer las preguntas en el avión.

Da a los jóvenes un momento para responder a las preguntas en pareja y vuelve a empezar.



## Identificación silenciosa

Da a cada persona un papel con instrucciones para que escriba palabras o haga dibujos que se describan a sí mismos sin hablar. A continuación, se pegan el papel en el pecho, se pasean y se miran unos a otros. Se recogen y barajan los dibujos y los jóvenes tratan de identificar a quién pertenece cada dibujo.

## Entrevistas

Pide a los jóvenes que formen parejas. A continuación, cada uno entrevista a su pareja durante un tiempo determinado (10 minutos) mientras están emparejados. Cuando el grupo se vuelva a reunir, cada persona presenta a su entrevistado al resto del grupo. Puedes proporcionarles algunas preguntas o dejarles libertad para explorar a la otra persona libremente.

## Caliente y frío

Se elige a dos miembros del grupo para que sean "eso" y se les envía fuera de la sala. Las personas restantes eligen una tarea para que la realicen (ponerse de pie sobre la mesa, dar una voltereta, etc.). Cuando los dos elegidos regresan, es tarea del grupo animarles a realizar la tarea. Sin embargo, el único estímulo permitido es aplaudir cuando están "calientes" (cerca de la solución) y hacer silbidos

# PROS



Los rompehielos desempeñan un papel importante en cualquier acto o actividad en la que la comunicación y el nivel de comodidad de los participantes sean importantes. Los rompehielos ayudan a garantizar que todos los asistentes sean participantes en igualdad de condiciones, rompiendo las barreras. Algunas razones para utilizar un rompehielos son

- Los rompehielos ayudan a los participantes a conocerse.
- Los rompehielos calientan a los participantes y hacen que los debates fluyan cómodamente.
- Los rompehielos ayudan a los participantes que se conocen a romper el hielo que puede producirse cuando las personas no quieren compartir información personal, o los jóvenes son tímidos o se sienten excluidos.
- Los rompehielos ayudan a los participantes que son desconocidos a empezar a interactuar, a comunicarse y a compartir pensamientos de forma cómoda y sencilla.
- Los rompehielos ayudan a los participantes a entrar en calor antes de un debate más serio sobre temas concretos.
- Los rompehielos ayudan a que los participantes, que son diversos -diversos orígenes familiares y grupos étnicos-, empiecen a hablar y a reírse, aumentando así el nivel inicial de calidez dentro de la sala.
- Los rompehielos sacan a los jóvenes de su zona de confort y les hacen hablar, socializar y trabajar con

# CONTRAS



Así como una gran sesión puede allanar el camino para una gran actividad, una mala sesión puede ser el ingrediente del desastre. Una mala sesión es, en el mejor de los casos, simplemente una pérdida de tiempo, o peor aún, una vergüenza para todos los implicados.

Como persona facilitadora, el secreto del éxito de una sesión de rompehielo es mantener la sencillez: diseña la sesión con objetivos específicos en mente y asegúrate de que la sesión es adecuada y cómoda para todos los participantes.

- Algunas personas odian los rompehielos: tienes que decidir, como persona facilitadora, si quieres que los jóvenes participen e interactúen según su propio tiempo, o quieres obligarles a interactuar desde el principio.
- Los rompehielos llevan tiempo: los mejores son rápidos (menos de cinco minutos), y deben tener alguna relación con el propósito de la actividad. Muchas personas facilitadoras utilizan cualquier rompehielos independientemente del contenido, y eso es un error. Quieres tener una experiencia divertida, pero también un aprendizaje que sea relevante para los jóvenes.



- Haz que los rompehielos sean inclusivos: ten en cuenta que ciertos tipos de actividades son difíciles de realizar para algunas personas. Por ejemplo, los rompehielos que requieren movimiento pueden ser difíciles o incluso imposibles para algunas personas con discapacidades físicas, o una actividad podría tocar puntos sensibles. Si pides a las personas que hagan algo que no pueden hacer, se molestan y se sienten avergonzadas

## TIPS



Cuando diseñes tu rompehielos, piensa en el "hielo" que hay que romper.

Si reúnes a jóvenes de diferentes grupos, el "hielo" puede reflejar simplemente el hecho de que aún no se han conocido, o que no están acostumbrados a trabajar juntos.

Si reúnes a jóvenes de diferentes orígenes o culturas, el "hielo" puede provenir de las percepciones de unos y otros.

Tendrás que manejar estas diferencias con sensibilidad. Céntrate sólo en lo que es importante para tu objetivo.



Y cuando pases a diseñar y facilitar la actividad, siempre es mejor centrarse en las similitudes (más que en las diferencias), como el interés compartido por el tema tratado.

La clave del éxito es asegurarse de que la actividad se centra específicamente en el cumplimiento de tus objetivos y es adecuada para el grupo de jóvenes que participan.

# FUENTE

## RECURSOS

- <https://icebreakerideas.com/what-is-icebreaker/>
- <https://icebreakerideas.com/quick-icebreakers/>
- <http://thetrainingworld.com/faq/starticebreakers.htm>
- [https://www.mindtools.com/pages/article/newLDR\\_76.htm](https://www.mindtools.com/pages/article/newLDR_76.htm)

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT



JAMBOARD

---

## Aviso legal:

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella

# PROPÓSITO

## META

---

Disponer de una pizarra interactiva, accesible desde diferentes dispositivos, que permite el trabajo en grupo de forma simultánea. Estimula la creatividad de los jóvenes.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

Jamboard libera el potencial creativo de tu equipo con la coautoría en tiempo real. Experimenta una productividad sin obstáculos, tanto si tu equipo está en la misma sala utilizando varios Jamboards, como si está en todo el mundo utilizando la aplicación Jamboard en el móvil.

Es el primer producto de hardware diseñado y fabricado por Google, destinado a complementar los tipos de herramientas basadas en la nube que incluyen, por ejemplo, Gmail, Drive, Docs, entre otras;

Es una pizarra digital colaborativa de 55 pulgadas que cuenta con accesorios, como dos lápices ópticos, un borrador y un soporte, que son

# EJEMPLO



- Compartir ideas
- Utilizar imágenes
- Colaborar entre sí en tiempo real
- Trabajo en grupo organizado

# PROS



Jamboard se puede utilizar de forma gratuita.

Jamboard permite a los usuarios compartir ideas, imágenes y colaborar entre sí en tiempo real.

Jamboard viene con reconocimiento de escritura y formas, por lo que es fácil de usar e intuitivo.

Puedes dibujar con un lápiz óptico pero borrar con el dedo, como en una pizarra blanca.

Es fácil presentar tus mermeladas en tiempo real a través de Meet.

Cuando hayas terminado de improvisar, comparte tu trabajo con los demás.

# CONTRAS



A menos que no tengas una wifi potente, puedes tener algunos problemas

# TIPS



Úsalo como usarías un tablero real, sin límites en lo que quieras hacer con tu Jamboard: es una herramienta digital muy fácil y versátil.

Sé creativo y explora su uso.

# FUENTE

## RECURSOS

- <https://support.google.com/jamboard/answer/7424836?hl=en>
- <https://workspace.google.com/products/jamboard/>

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOLKIT



## MENTIMETER

---

### Aviso legal:

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella

# PROPÓSITO

## META

---

Construye hermosas presentaciones interactivas en el constructor de presentaciones.

Recoge encuestas, datos y opiniones de los participantes mediante dispositivos inteligentes.

Obtén información sobre los participantes con las tendencias y la exportación de datos.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

Mentimeter es una herramienta digital que sirve para realizar actividades interactivas con los jóvenes.

El público interactúa de forma anónima con un dispositivo inteligente (PC, smartphone, tableta, etc.) donde puede responder a las preguntas.

Pueden visualizar sus respuestas en tiempo real para crear una experiencia divertida e interactiva.

La herramienta ofrece 13 tipos de preguntas interactivas, incluyendo nubes de palabras y cuestionarios.

Puedes utilizar el Mentimote (a través de tu smartphone) para moderar y controlar las presentaciones

# EJEMPLO



Construye presentaciones interactivas con el editor en línea fácil de usar.

- Preguntas
- Encuestas
- Cuestionarios
- Diapositivas
- Imágenes

Puedes añadir Gifs y más a tu presentación para crear presentaciones divertidas y atractivas

# PROS



Construye presentaciones completas de forma rápida y sencilla con Diapositivas de Contenido.

Modo presentador fácil de usar.

El público interactúa de forma anónima con un dispositivo inteligente.

Utiliza el Mentimote para moderar y controlar las presentaciones.

Activa los filtros de blasfemia en varios idiomas.

Recoge las opiniones a través de encuestas.

# CONTRAS



Debido a que hay varios jugadores conectados a la misma plataforma, debe haber una fuerte conexión WiFi. De lo contrario, no funcionaría.

No es muy eficaz si quieres reunir frases largas.

# TIPS



La versión básica de Mentimeter es gratuita. Si quieres optar por una función Premium con más opciones mejoradas, tendrás que pagar una cuota.

# FUENTE

## RECURSOS

- <https://www.lamiascuoladifferente.it/mentimeter/>
- <https://www.mentimeter.com/>
- <https://help.mentimeter.com/en/articles/2233579-mentimote-our-presentation-remote>

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT

---



MURAL

---

## Aviso legal:

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella

# PROPÓSITO

## META

---

Es una herramienta de presentación en vivo que tiene elementos interactivos y colaborativos. Con Mural puedes imaginar y visualizar trabajos o ideas de forma divertida y estimulante.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

Mural es un espacio de trabajo digital para la colaboración visual. Es un espacio para que los grupos colaboren visualmente y resuelvan los problemas más rápidamente con un lienzo digital fácil de usar. No es una pizarra online cualquiera, MURAL tiene potentes funciones de facilitación y métodos guiados.

# EJEMPLO



Puedes utilizar notas adhesivas y texto, formas y conectores para construir diagramas y trazar flujos de trabajo, hay iconos, imágenes y GIFs en su base de datos, puedes utilizar marcos para organizar los contenidos, y también puedes dibujar a mano alzada.

Hay funciones interesantes como el Temporizador - para mantener el horario, la Convocatoria - para asegurarse de que todo el mundo está viendo el mismo contenido, el Esquema - para guiar a los participantes con instrucciones y ocultar/revelar los siguientes pasos, el superbloqueo - para hacer que los objetos permanezcan en un solo lugar, la celebración - para destacar los momentos positivos, y el modo privado - para ocultar las contribuciones de los colaboradores individuales.

# PROS



Puede utilizarse para reuniones, como pizarra interactiva;

Las tormentas de ideas más productivas y atractivas son fáciles de dirigir con docenas de plantillas listas para usar y funciones clave como el Modo Privado, el temporizador y el mapeo.

Facilita el trabajo en equipo para crear confianza, impulsar la participación y elevar el nivel de colaboración en tu próxima reunión.

Combínalo con las integraciones de Zoom, Webex y Microsoft Teams de MURAL para obtener una nueva dimensión en las videollamadas.

Colabora con otras personas para descubrir nuevas perspectivas, visualizar y mapear la información.

Mejora la colaboración de tu grupo facilitando compromisos más interactivos, sesiones de descubrimiento más productivas y mejores resultados, tanto si estás in situ como si no.

# CONTRAS



La versión básica es gratuita, las actualizaciones requieren pagos.

Necesitas una buena conexión wifi para que cualquiera pueda acceder a la herramienta online.

# TIPS



Antes de entregarlo a tu grupo, explora el uso de Mural y toma confianza con él.

# FUENTE

## RECURSOS

- <https://www.mural.co/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Z6hpMxyhoHA&t=27s>

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT

---



POWTOON

---

## Aviso legal:

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella

# PROPÓSITO

META   

---

Comunicar visualmente con vídeos cortos y animaciones

# DESCRIPCIÓN

INSTRUCCIONES   

---

Powtoon es una plataforma de comunicación visual que te da la libertad de crear vídeos profesionales y totalmente personalizados para atraer a tu público. Powtoon es un programa de edición de vídeo que puede utilizarse tanto para uso personal como profesional.

La aplicación web multimedia te permite crear presentaciones de vídeo rápidamente arrastrando y soltando elementos en el archivo de destino.

# EJEMPLO



Puedes crear:

- Vídeos
- Pizarra blanca Doodling
- Animación
- Grabaciones de pantalla
- Presentaciones
- Personajes personalizados

# PROS



Con Powtoon, hacer tus propios vídeos no requiere conocimientos de diseño ni de tecnología para empezar a causar un mayor impacto en el trabajo.

Puedes empezar con plantillas ya hechas

Es atractivo para tu grupo

# CONTRAS



La versión gratuita permite:

- Exporta sólo con la marca Powtoon
- Duración máxima hasta 3 minutos (HD)
- Almacenamiento de 100 MB
- Sólo bandas sonoras gratuitas
- Sólo objetos libres

# TIPS



PowToon tiene un plan gratuito y ofrece una versión de prueba gratuita. Te recomendamos que empieces por aquí y evalúes la necesidad de un plan de pago.

# FUENTE

## RECURSOS

---

- <https://www.powtoon.com/>
- <https://powtoon.it.softonic.com/applicazioni-web>
- <https://it.followband.com/item/660/>

# PARTNERS



Faculty of  
Mathematics  
and Informatics



# TOOL KIT

---



## ROLE PLAYING

---

### Disclaimer:

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use that may be made of the information contained therein

# PROPÓSITO

## OBJETIVO

---

Un role playing es una actividad que puede utilizarse con muchos propósitos, algunos de los cuales son: dinamizar, introducir temas que son difíciles de tratar si se abordan personalmente desde los participantes, crear compromiso con elementos de juegos.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

Los participantes en los role playings no están limitados por sus experiencias personales, sino que se les anima a ponerse en la piel de otro. Esto ofrece muchas ventajas, como la libertad de expresión, la visión de situaciones difíciles desde una distancia mental y, por supuesto, aumenta la empatía, o al menos los comportamientos que conducen a una mayor empatía hacia personas que podrían no pertenecer a nuestro grupo. Los juegos de rol son una forma popular de involucrar más a los participantes, y de introducirlos en temas y situaciones que quizá no sean posibles para ellos en la vida real. A partir de esta salida de la zona de confort, es muy habitual que las personas tengan revelaciones que les ayuden a ver el mundo desde

# EXAMPLE



## El rey de la selva (~15 minutos):

Fuerte activador con elementos de juego de rol, que se disfruta universalmente, la gente colabora, mejorando el trabajo en equipo y la comunicación no verbal

Instrucciones: Los participantes se sientan en un círculo en sillas, y también se ponen dos sillas vacías adicionales en el círculo. El instructor se hace pasar por el león y da las siguientes instrucciones "Salgo de la sala y tenéis 5 minutos para idear una estrategia para que, cuando vuelva a la sala, no pueda sentarme en ninguna de las sillas. No puedes bloquear mi camino ni mover las sillas. Cuando vuelva a la sala, no podrás hablar más".

Consejo: Es bueno tener una introducción para entusiasmar a los participantes, como "Vamos a un lugar diferente, una selva donde no hay reglas". Puedes poner la canción "El león duerme esta noche" en un altavoz mientras intentas encontrar una silla vacía.



### Castillos y princesas (15 minutos):

Juego de rol activador antes de una presentación larga, para despertar a los participantes. No hace falta material - Buen dinamizador de juegos de rol - Mucha energía

Descripción: Divides a las personas en grupos de tres

a) Castillos: Dos personas, de pie y uniendo sus manos, deben formar "un castillo".

b) Princesas: Una persona queda atrapada en el castillo poniéndose de rodillas

Las personas deben estar en múltiplos de 3 (6, 9, 12, etc.). El facilitador no tiene ningún papel. Cuando el facilitador diga la palabra "Castillos", todos los que tengan el papel del castillo deben cambiar de papel entre ellos. El facilitador está ocupando el lugar de una persona, y ésta se encuentra ahora en el centro. Otra opción es decir la palabra "Princesas", todos los participantes que tengan el papel deben cambiar de rol. Al final, cuando alguien diga la palabra "terremoto", todos deben cambiar de papel y encontrar una nueva pareja de 3.



## Trolls / Gigantes / Brujas (15 minutos):

Juego de rol fácil de organizar, se crea mucha energía y conexión entre los miembros del equipo.

Descripción: En este juego hay tres categorías: Trolls, Gigantes y Brujas.

Los gigantes tienen miedo de los trolls (porque los atacan)

Los trolls tienen miedo de las brujas (porque las cocinan)

Las brujas tienen miedo de los gigantes (porque se los comen)

Organizamos nuestro juego de la siguiente manera

- a) Dividimos nuestro grupo en dos subgrupos.
- b) Creamos una línea en el centro de nuestro espacio que divida esos dos grupos
- c) Creamos un espacio seguro para cada uno de los grupos

Pedimos a los dos grupos que se pongan frente a frente, que elijan un grupo y que actúen (no hablen) como el grupo que han elegido. En función de lo que elijan, entenderán si deben perseguir al otro equipo, o si serán perseguidos. El objetivo del juego es atrapar a los miembros del equipo contrario, hasta que no quede nadie.



## Refugio nuclear (20 minutos):

Una actividad de juego de rol para fomentar el debate entre los valores y la toma de decisiones bajo presión.

Descripción: Los participantes se dividen en grupos de 5-6 personas. A continuación, se les da a cada uno un papel con un papel que cada uno debe representar. Se les da 5 minutos para que lean su papel y se presenten a los demás miembros del grupo.

Los papeles propuestos para elegir son los siguientes (pero puedes cambiarlos)

- Forty, estrella de un programa de supervivencia de 38 años, que está recluida y ha sido sospechosa pero declarada inocente de asesinato
- Rita, madre de 19 años y su bebé (ocupan un lugar), estudiante de arte
- Bob, 20 años, marido de la madre, desempleado
- Agatha, ex astronauta y científica de 59 años
- Cornelius, historiador de 48 años, experto en historia y lenguas
- Joan, enfermera de 68 años, jubilada, le gusta jugar con su perro
- María, 25 años, acaba de salir de la cárcel por traficar con marihuana



Cuando lo hagan, les cuentas una historia sobre bombas nucleares que están a punto de caer a la tierra, y que hay un refugio nuclear delante de ellos en el que caben todos los del grupo excepto una persona. Les das 10 minutos para que discutan quién no sobrevivirá.

Luego, se hace una discusión: ¿quién sobrevivió? ¿Por qué? ¿Fue fácil tomar la decisión? ¿Cuáles son las consecuencias morales?

# PROS



- Energiza al grupo
- Involucra animando a salir de la zona de confort
- Distanciamiento emocional y mental de las situaciones difíciles
- Libertad de expresión
- La interacción lúdica fomenta el compromiso y la retención de la información

# CONTRAS



- El facilitador debe tener cuidado con provocar a las personas, por ejemplo, no sería prudente crear una situación de juego de rol de guerra en un grupo de participantes con antecedentes de refugiados, o situaciones de acoso sexual a los supervivientes del tráfico sexual. Hay que evaluar cuidadosamente la síntesis del grupo antes de crear un juego de rol.

# TIPS



- Este tipo de actividades requiere una planificación cuidadosa, tanto en tiempo como en contenido
- Conocer la "onda" del grupo de participantes puede ayudar a elegir las actividades más adecuadas para ellos.
- No tengas miedo de sacar a los participantes de su zona de confort.

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT

---



STORYBIRD

---

## Aviso legal:

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella

# PROPÓSITO

## META

---

Mejora tu creatividad y tus técnicas de narración mediante una herramienta digital. Puedes utilizarla para involucrar a tu grupo transmitiendo mensajes de forma sencilla.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

Storybird es una herramienta de narración artística que puede utilizarse para crear libros de imágenes, cómics, poesía, etc. Se trata principalmente de seleccionar imágenes, ordenarlas en una secuencia y contar una historia con ellas.

# EJEMPLO



Con Storybird puedes:

- Selecciona tus imágenes
- Crear libros ilustrados
- Crear Cómics
- Crear poesía
- Utiliza personajes y escenarios posibles desde la Antigüedad hasta la Era Espacial
- Utiliza escenas inteligentes personalizables
- Usa millones de fotos de Creative Commons o sube las tuyas

# PROS



Puedes utilizar imágenes de la base de datos y utilizar

Estos para animar a los jóvenes a contar historias y a escribir y profundizar en temas específicos.

Es compatible con google classroom.

Se puede utilizar para diferentes proyectos.

Convierte rápidamente cualquier guión gráfico en una presentación para recibir una respuesta inmediata.

- Presentaciones de diapositivas en vivo con un solo clic
- Exportación a PowerPoint (compatible con Keynote y Google Slides)

# CONTRAS



Se necesita tiempo

Si quieres usarlo a menudo, deberías considerar la posibilidad de contratar un plan de pago

# TIPS



Puedes empezar con la versión GRATUITA, y es la mejor opción para un uso ligero (2 guiones gráficos por semana / diseño clásico de guiones gráficos), si piensas utilizarlo a menudo puedes pasar a un plan de pago.

Cada historia es única y la elección del diseño adecuado puede marcar la diferencia.

# FUENTE

## RECURSOS

- <https://www.storyboardthat.com/>

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT



## ACTIVIDADES DE COHESIÓN DE EQUIPO

### Aviso legal:

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella

# PROPÓSITO

## META

---

Las actividades de cohesión de equipo consolidan el grupo, sirven para gestionar la dinámica de grupo y para que los jóvenes actúen como un equipo.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIONES

---

Las actividades de cohesión de equipo ayudan a la dinámica de grupo al fomentar la confianza, la comunicación y la capacidad de trabajar juntos. Estas parecen ser las razones más importantes por las que los trabajadores juveniles, profesores, educadores o formadores deciden crear un equipo durante sus actividades, clases o cursos. Un buen grupo de colaboración es un gran espacio para generar ideas creativas. Tras completar una actividad de cohesión de equipo, los jóvenes comprenden mejor su motivación para formar parte de un grupo y entienden mejor los puntos fuertes y débiles de los demás. Las actividades de cohesión de equipo también ayudan a desarrollar la capacidad de resolver problemas, los miembros del equipo pueden determinar cuándo se enfrentan a un

# ISTRUCCIONES

---

Las actividades de cohesión de equipo mejoran la dinámica de grupo aumentando el entusiasmo y la energía de los participantes. Las actividades de cohesión de equipo suelen ser tareas estimulantes de resolución de problemas diseñadas para ayudar a los miembros del grupo a desarrollar su capacidad de trabajar juntos de forma eficaz. Algunas actividades de cohesión de equipo son simples y divertidos juegos y otras son tareas complejas diseñadas por motivos específicos.

También se conocen como actividades dinámicas de grupo, y trabajan la dinámica de las relaciones interpersonales:

- Relaciones entre dos personas
- Relaciones entre una persona y un grupo
- Relaciones entre grupos

# EJEMPLO



## **Nudo humano**

### **Objetivos:**

El objetivo de esta actividad es aprender a trabajar juntos, mejorar la comunicación del grupo y aumentar el espíritu de equipo. También puede centrarse en que el grupo comprenda la comunicación, el liderazgo, los problemas resolución de problemas, confianza y persistencia. La actividad también ayuda a comprender los roles que tienen las personas en el grupo.

**Tiempo:** 20 minutos

**Tamaño del grupo:** 7-30 personas

### **Instrucciones:**

Se pide a los jóvenes que formen un círculo, hombro con hombro. La persona facilitadora debe pedirles que se acerquen, para prepararles para lo que va a ocurrir. (Si hay dos o más grupos, deben tener espacio suficiente, para que no se sientan distraídos por los otros grupos, ni tengan sensación de competencia).

Los jóvenes deben cerrar los ojos y cada uno de ellos levanta una mano en el centro del círculo, y luego se les pide que cojan otra mano desde la dirección opuesta (sólo 2 manos por conexión); lo mismo para la otra mano. Ahora pueden abrir los ojos.

La persona facilitadora debe explicar a los participantes el objetivo de la actividad: se les pide que vuelvan a desenredarse en un círculo, sin soltar ninguna mano.



La persona facilitadora puede ahora apartarse y observar al grupo o a los individuos y la dinámica. En los primeros minutos (hasta 10) puede que no se produzcan muchos avances, pero en cuanto se produzca el desdoblamiento inicial, el ritmo debería ser más rápido. En caso de que no se produzcan avances después de los primeros 10 minutos, la persona facilitadora podría ofrecer al grupo sólo una de- y volver a aplaudir, para que sea un poco más fácil. A continuación, el grupo tiene que discutir y decidir conjuntamente qué manos deben des- y volver a aplaudir. Si el resultado son dos o más círculos entrelazados, la persona facilitadora debe pedir al grupo que los desdoble también, para conseguir la estructura más sencilla.

### **Informe:**

#### **Adapta la pregunta a la edad del grupo.**

¿Cómo fue la actividad para ti?

¿En qué medida crees que el grupo ha funcionado bien?

¿Qué tipo de roles había en el grupo? ¿Quién asumió el papel de líder?

¿Qué se podría haber hecho de forma diferente?

¿Qué crees que has aprendido de esta actividad que puede aplicarse en futuras actividades?

#### **Notas importantes para las personas facilitadoras:**

Ten en cuenta que la actividad implica una gran proximidad física y un contacto potencialmente en lugares sensibles.

Los miembros del grupo pueden tener problemas importantes con esa proximidad, por ejemplo, debido a la cultura o a las barreras sociales o psicológicas.



## Carro de los globos

A los jóvenes se les asigna una tarea para trabajar en equipo que promueva la participación activa, el trabajo conjunto, la resolución de problemas, sin dejar a nadie atrás. Aunque el objetivo final es el éxito del grupo, las acciones y movimientos individuales tienen un gran impacto. Puede parecer sencillo al principio, ¡pero esta actividad es un verdadero reto!

**Tiempo necesario:** 15 minutos

**Tamaño del grupo:** 5-25 personas

**Materiales:** Un globo inflado por persona (menos uno) y cinta adhesiva

Instrucciones: Antes de empezar, coloca dos tiras de cinta adhesiva en el suelo para señalar las líneas de salida y llegada.

Pide a los jóvenes que se pongan en fila, hombro con hombro, detrás de la línea de salida. Entrégales un globo a cada uno, excepto a la última persona de la fila. Indícales que, dentro de un momento, cada uno de ellos se pondrá el globo entre los hombros (es decir, dos personas situadas una al lado de la otra sujetarán el globo a cada lado con los hombros).

Deberán mantener el globo ahí sin tocarlo con las manos. Deberán caminar hasta la línea de meta en grupo. Si algún globo toca el suelo, todo el equipo tiene que volver a empezar.



**Consejo útil:** Si esta actividad se realiza en el exterior, ten en cuenta que los globos que se dejan caer en la hierba tienen muchas más probabilidades de estallar que si caen en otras superficies. Llévate algunos más.

### **Preguntas para el informe:**

#### **Adapta la pregunta a la edad del grupo.**

¿Qué ocurrió durante esta actividad?

¿Surgió alguna persona como líder? Si es así, ¿quién fue y qué hizo?

¿Cómo habéis trabajado juntos para lograr vuestro objetivo?

¿Cómo influyeron las acciones individuales en el éxito del equipo?

¿Cómo se relaciona esta actividad con el trabajo en equipo que se realiza cuando tienes que trabajar en un proyecto en grupo?

# PROS



Siempre que tengas un grupo de personas que necesiten trabajar juntas con eficacia, una actividad de cohesión de equipo es la herramienta perfecta. Algunas razones para utilizar una actividad de cohesión de equipo son

- Las actividades de cohesión de equipo ayudan a los jóvenes a conocerse mejor y a comprender el papel y la importancia de cada participante.
- Las actividades de cohesión de equipo hacen que los jóvenes entren en calor y aumenten su energía y entusiasmo.
- Las actividades de cohesión de equipo motivan a tus jóvenes a trabajar juntos de forma eficaz.
- Las actividades de cohesión de equipo dirigidas por expertos pueden unir a las personas, potenciar sus puntos fuertes y abordar sus puntos débiles.
- Las actividades de cohesión de equipo crean un entorno amistoso, en el que los jóvenes se sienten cómodos y felices de hablar y trabajar con cualquiera.
- Las actividades de cohesión de equipo realmente sirven para mejorar la comunicación.
- Las actividades de cohesión de equipo estimulan la capacidad de resolución de problemas.

# CONTRAS



- La actividad de cohesión de equipo corre el riesgo de conducir a un mecanismo de competición; intenta convertir esta competición en colaboración entre los participantes.
- Aprender a trabajar bien juntos puede llevar algún tiempo: las mejores actividades son fáciles de entender y tienen una tarea clara que hay que completar, pero como trabajan la dinámica de grupo, llevan tiempo.
- Haz que las actividades de cohesión de equipo sean inclusivas: ten en cuenta que ciertos tipos de actividades son difíciles de realizar para algunas personas. Por ejemplo, las actividades que requieren movimiento pueden ser difíciles o incluso imposibles para algunas personas con discapacidades físicas, o una actividad podría excluir a alguien, que en realidad es exactamente el resultado contrario que quieres conseguir. Asegúrate de que todos participan activamente en las tareas, haciendo que se sientan parte esencial del grupo

# TIPS



---

Cuando diseñes tu actividad de cohesión de equipo, recuerda no complicar las cosas. Menos reglas y más claras funcionan mejor y permiten que el grupo se divierta y se concentre en el resultado.

Cualquier ejercicio de cohesión de equipo debe fomentar la colaboración en lugar de la competición.

Dar límites de tiempo es importante, ayuda a motivar y activar a todos los miembros del grupo, sólo hay que prestar atención para no llevarlos al desánimo.

Cada equipo es diferente y cada individuo tiene algo único que aportar. Una vez que puedas identificar y animar a todos a alcanzar su potencial individual, tu equipo podrá alcanzar también su potencial colectivo.

# FUENTE

## RECURSOS

---

- [https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox\\_tool\\_download-file-1129/Outdoor%20education\\_activities%20handbook\\_2014.pdf](https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-1129/Outdoor%20education_activities%20handbook_2014.pdf)
- <http://www.nonformalacademy.eu/67-tool-cards/148-team-building>
- [https://icebreakerideas.com/what-is-icebreaker/#Team\\_Building\\_Icebreakers](https://icebreakerideas.com/what-is-icebreaker/#Team_Building_Icebreakers)
- <https://www.teambonding.com/6-reasons-for-team-building/>
- <https://guideinc.org/2017/08/09/team-building-activity-balloon-trolley/>

# PARTNERS



Faculty of  
Mathematics  
and Informatics



# TOOL KIT



LA PECERA

---

## Disclaimer:

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use that may be made of the information contained therein

# PROPÓSITO

## OBJETIVO

---

La pecera es una técnica de diálogo utilizada para fomentar la participación dinámica en un grupo. Como alternativa útil a los debates tradicionales, ayuda a profundizar en temas controvertidos, evitando la polarización general entre puntos de vista, facilitando la aparición de experiencias personales y necesidades emocionales entre los participantes.

# DESCRIPCIÓN

## INSTRUCCIÓN

---

1. PREPARACIÓN (5')
  - Para preparar la actividad de la pecera necesitarás Unas cuantas sillas en un círculo interior, rodeadas por uno o varios círculos más grandes de sillas
  - Trata de facilitar el acceso al círculo interior y exterior
  - Pueden ser útiles los rotafolios para escribir los temas clave
  - Una pregunta interesante sobre el tema

# ISTRUCCIONES ● ● ●

---

- 2. FACILITAR EL DIÁLOGO (40')
- En el círculo interior, o pecera, los participantes mantienen un debate; los participantes del círculo exterior escuchan el debate
- Para empezar el ejercicio, los facilitadores muestran el tema y expresan una primera pregunta principal sobre ellos (eh. ¿Cómo nos relacionamos con el acoso escolar?) y luego pueden pedir voluntarios que quieran sentarse en las sillas del círculo interior y hablar. Es importante destacar que sólo estos participantes tienen derecho a discutir las situaciones. Si alguien más quiere expresar su opinión, debe sustituir a la persona del centro tocándole los hombros.
- Los participantes pueden empezar el debate con el objetivo de compartir su punto de vista, sus experiencias y sus posibles soluciones. Se anima a los demás a participar en el debate sustituyéndolos con el objetivo de recoger también otros puntos de vista.

# ISTRUCCIONES ● ● ●

---

## 3. INFORME (15')

Durante el debriefing, repasa los puntos clave, los comentarios interesantes y los sentimientos del grupo respecto a determinadas cuestiones. Hay que dejar que los participantes desarrollen sus propias conclusiones y se expresen libremente.

Proporcionar a los participantes un documento de resumen de las lecciones aprendidas y una lista de recursos clave puede ser útil una vez finalizado el ejercicio.

Aquí tienes algunas preguntas interesantes que puedes utilizar como punto de partida

A los observadores (si los hay):

¿Fue difícil no responder a los comentarios de los ponentes de la pecera? ¿Por qué o por qué no? Si es así, ¿a qué tipo de comentarios querías responder?

¿Oíste algo de la pecera que te sorprendió?

¿Qué te ayudó a entender la información que se estaba compartiendo (indicadores no verbales, pistas de contexto, etc.)?

# ISTRUCCIONES ● ● ●

---

## **A los ponentes:**

¿Qué sentiste al compartir tus sentimientos sabiendo que tus compañeros te escuchaban atentamente?

¿Sueles tener oportunidades de compartir tus puntos de vista sobre este tema?

¿Qué desearías haber dicho con más claridad/qué punto desearías haber expuesto?

# EXAMPLE



## **La clásica pecera**

Establece un tema e invita a los oradores del círculo interior a iniciar el diálogo.

Los observadores pueden entrar en el círculo sentados en sillas libres o tocando el hombro de los participantes interiores para sustituirlos

## **La pecera orientada a procesos**

Puedes utilizar esta versión cuando quieras ayudar al grupo a profundizar en su experiencia personal sobre el tema.

En la configuración utilizarás sólo 4 Sillas para el círculo interior:

2 Sillas expresarán los dos principales puntos de vista polarizados sobre el tema (por ejemplo, las posiciones "a favor" y "en contra") (Silla 1 y 3)



2 Sillas expresarán experiencias personales positivas y negativas relacionadas con el tema (Silla 2 y 4)

## **Pecera teatral**

Dependiendo del tema, puedes destacar previamente los roles/personajes principales que configuran el tema. Por ejemplo, si trabajas el tema del acoso escolar con tu aula, puedes aportar los personajes del acosador, la víctima y el espectador. Una vez definidos, colocarás en el círculo interior tantas sillas como personajes hayas destacado. Etiquétalos con un papel, para fijar un personaje en cada silla.

## **PROS**



La pecera es muy útil para explorar las ideas de afiliación, identidad, pertenencia y experiencias compartidas. La estructura se presta bien a la discusión de temas complejos y a temas desafiantes de importancia transcultural. Al proporcionar a todos los alumnos un papel de hablante y de oyente y una participación en el debate, la pecera puede ayudar a crear un entorno de aprendizaje inclusivo y solidario. El aspecto de observación de la actividad permite a los alumnos identificar formas adecuadas de participar en los debates. Si se utilizan de forma sistemática, las discusiones en la pecera pueden establecer límites y normas fundamentales para la comunicación

# CONTRAS



Para mantener un diálogo adecuado, esta técnica es menos útil cuando los grupos son menores de 12 participantes.

# TIPS



Como facilitador, puedes utilizar dos herramientas importantes para fomentar la experiencia del grupo:

## **Metacomunicación**

Es importante, para aportar más conciencia al grupo, comunicar todas las experiencias que ocurren durante el diálogo, más allá de los contenidos, ya que eso forma parte del proceso del grupo. Presta atención a la comunicación no verbal en los círculos internos y externos, a los cambios en el ambiente del aula y llévalos al diálogo como simple observación.



## Experiencia interna

Como parte del campo de información, la facilitadora está conectada a la experiencia del grupo. Todos los sentimientos y sensaciones que le ocurren están, en parte, ocurriendo en el grupo. Llevar este tipo de información al grupo, durante el diálogo, ayudará a los demás participantes a tomar conciencia de sus propias percepciones y a utilizar esta información para cruzar el límite para hablar de su experiencia.

# FUENTES

## RECURSOS

- <https://www.salto-youth.net/tools/toolbox/tool/fish-bowl-of-conflict.1362/>
- <http://www.nwlink.com/~donclark/hrd/learning/fishbowls.html>
- <https://www.learningforjustice.org/classroom-resources/teaching-strategies/community-inquiry/fishbowl>

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT



TYPEFORM

---

## Aviso legal:

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella

# PROPÓSITO

META   

---

Recoge y comparte información y datos mediante atractivas encuestas digitales.

# DESCRIPCIÓN

INSTRUCCIONES   

---

Typeform es una plataforma online que te permite diseñar encuestas personalizadas, dinámicas y atractivas, adaptadas a cualquier dispositivo móvil.

Typeform hace que recoger y compartir información sea cómodo y conversacional. Es una plataforma basada en la web que puedes utilizar para crear cualquier cosa, desde encuestas hasta aplicaciones, sin necesidad de escribir una sola línea de código.

Con un bonito diseño, haciendo una pregunta cada vez como si fuera una conversación real, los formularios tipográficos son atractivos y divertidos de completar. Gracias a esta combinación, los formularios tipográficos tienen grandes tasas de cumplimentación, lo que significa que puedes obtener más y mejores resultados.

A diferencia de los formularios tradicionales, son más ágiles y visuales, con el objetivo de que el

# EJEMPLO



Puedes elegir entre diferentes formatos:

- Creador de pruebas
- Encuestador
- Constructor de formularios
- Encuestador
- Fabricante de la prueba

# PROS



Todas las funcionalidades de Typeform se encuentran en el "Espacio de trabajo", el espacio donde puedes empezar a crear tu primer formulario desde cero o eligiendo una de las plantillas predeterminadas disponibles. Desde la "Galería de plantillas" puedes elegir entre varias categorías y filtrar los resultados según el formato que más te interese. Puedes previsualizarlo y, si te convence, hacer clic en "Usar esta plantilla". Al escribir una pregunta, la plataforma te da a elegir entre varias opciones, pero también puedes escribirla tú mismo.

# CONTRAS



Tienes algunas funciones en el plan gratuito (como 10 preguntas por formulario, 10 respuestas al mes). Si quieres mejorar, tienes que conseguir un plan de pago.

Es bastante caro si no necesitas hacer investigaciones cada mes.

Typeform no ofrece actualmente una forma de evitar automáticamente los envíos múltiples

# TIPS



Te recomendamos que configures [las auto-notificaciones](#), para recibir una notificación por correo electrónico cada vez que alguien envíe tu formulario

Está diseñado para funcionar sólo con una conexión a Internet

# FUENTE

## RECURSOS

---

- <https://www.typeform.com/>

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**



# TOOL KIT

---



## VIDEOSCRIBE

---

### Aviso legal:

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella

# PROPÓSITO

META 

---

Atrae a tu grupo con vídeos creativos

# DESCRIPCIÓN

INSTRUCCIONES 

---

Software de animación sencillo para hacer vídeos de pizarra fáciles. VideoScribe es un software de animación de vídeo descargable que te permite crear vídeos atractivos en pocos minutos.

Desde una idea hasta un guión gráfico completo, utiliza VideoScribe para crear animaciones 2D impactantes, presentaciones de vídeo y mucho más... ¡Las posibilidades son infinitas!

Puedes crear cualquier cosa con VideoScribe, incluyendo vídeos explicativos animados, vídeos de animación de pizarra, vídeos de marketing, vídeos de dibujos animados, vídeos de garabatos, etc.

# EJEMPLO



Puedes crear:

- Animaciones de pizarra
- Vídeos explicativos
- Animaciones promocionales
- Vídeos de marketing
- Webinar
- Blog
- Biblioteca de plantillas

# PROS



Con unos pocos clics puedes añadir rápidamente imágenes animadas, texto, música y una voz en off. Con esta herramienta podrás crear increíbles vídeos animados.

Arrastra y suelta para crear impresionantes vídeos explicativos, animaciones de pizarra, vídeos promocionales, vídeos educativos y mucho más

Produce un número ilimitado de vídeos con planes económicos. Puedes acceder a plantillas editables.

# CONTRAS



Puedes hacerlo:

- Trabajar sin conexión
- Eliminación de la marca de agua de Video Scribe
- Descarga en varios dispositivos
- Asistencia en línea ilimitada

Pero sólo con un plan de pago.

# TIPS



Sé creativo y dedica algo de tiempo a crear tus vídeos.

La versión básica es gratuita, para las demás hay que pagar.

# FUENTE

## RECURSOS

- <https://www.videoscribe.co/en/>
- <https://www.videoscribe.co/en/using-videoscribe/>

# PARTNERS



**Faculty of  
Mathematics  
and Informatics**

