



# ÍNDICE

---

Prólogo	7
Agradecimientos	9
Introducción	10
<b>ACTIVIDADES Y DINÁMICAS DE GRUPO</b>	
<b>Juegos de integración grupal</b>	22
1. Las cuatro esquinas	22
2. Rondas giratorias	24
3. Chanco va - Aspectos positivos	26
4. Juego de integración con globos	27
5. El cartero	29
6. Frases incompletas	31
7. Bingo: cacería de personas	33
8. Presentación a través de objetos	35
9. Integración grupal	36
10. Carta de virtudes	37
11. ¿Qué cosas hago que...?	39
12. Cubos de emociones	40
13. La caja del espejo	42
14. Actitudes	44
15. La amistad	46
16. Miedo y confianza	48
17. Emociones de colores	50
18. La mejor familia	51
19. Gracias, perdón, te deseo	52
20. Centro de canje	53
21. Visión del futuro	55
<b>Juegos de autoconocimiento</b>	56
22. Etiquetas	56
23. El jabón	58
24. Máscaras	60
25. Esta foto me transmite	61
26. Testimonio de vida	62
27. Me siento grande y me siento chico	64



28. Collage	65
29. Gratitud	66
30. ¿Eres zanahoria, huevo o café?	67
31. El frasco de la vida	68
32. Canciones que me identifican	69
33. Cuestionario "Mis vínculos"	70
34. Tarjetas que me representan	71
35. Mi historia de vida	72
36. Mi celular, la vida misma	73
37. Este soy yo	74
38. Islas familiares	76
39. Autodiálogo	78
40. Emociones, puertas de entrada	80
41. Mi identidad virtual	82
42. ¿Cómo está tu corazón?	83
43. La mansión del encuentro	84
<b>Reflexiones</b>	85
44. Las tres rejas	85
45. Clavos en la puerta	86
46. Gestos de amor	87
47. Asamblea en la carpintería	88
48. El elefante encadenado	89
49. La importancia de las palabras	90
50. Asertividad	92
51. Dramatizaciones	94
<b>Juegos cooperativos</b>	96
52. El director	96
53. Dibujo descompuesto	97
54. Juego del paquete	98
55. El intruso	100
56. La historia de mi vida la escribo yo	101
57. Poniendo orden	103
58. Búsqueda del tesoro	104
59. Sillas cooperativas	105
60. El juego de la confianza	106
Bibliografía recomendada	107
Anexos	108



## ACTIVIDADES Y DINÁMICAS DE GRUPO

Antes de presentar las actividades con los adolescentes, me gustaría compartir algunos aspectos para tener en cuenta:

- No todas las propuestas son para todos los grupos. Lo importante es habitarlas, leerlas con flexibilidad, tomarlas para inspirarnos y animarnos a hacerlas propias, darles nuestra impronta.
- Es necesario preparar el terreno. Algunas dinámicas son muy profundas y tocan fibras muy íntimas. En ese caso, tenemos que tomarnos el tiempo de preparar la tierra para luego poder sembrar y cosechar, es decir, construir antes un camino de confianza. El adolescente se tiene que sentir seguro emocionalmente para mostrarse y abrir su corazón.
- Debemos ser modeladores de respeto y empatía, guardianes de ese clima emocional seguro y confiable. Explicarles que no están obligados a ser íntimos amigos de nadie, pero sí a ser buenos compañeros. Describir las reglas del juego: en este espacio no se aceptan burlas ni risas que no corresponden. Los sentimientos no se discuten y todo es aceptable mientras se hable con respeto. Esto va a ayudar a que estén dadas las condiciones para que nuestras propuestas tengan éxito.
- Es importante respetar cuando algún miembro del grupo no quiera compartir. Sí es importante que todos realicen la actividad que proponemos, pero no obligarlos a compartir frente a todos. Es mejor, en todo caso, retomar la charla y la actividad en forma individual con aquellos chicos que así lo requieran.
- La llave para trabajar la integración en un grupo es que se conozcan, y ello se logra generando dinámicas. Si yo sé lo que le pasa al otro, sus alegrías, sus heridas, conozco sus intereses y gustos, puedo identificarme y comprender, y si comprendo puedo empatizar, ser más tolerante, más compasivo, más amigable.



- A veces está bueno estimularlos con algunos objetos, como un reloj de arena cuando las actividades requieran tiempo; chupetines para que puedan ir a reflexionar tranquilos a algún lugar; algún aroma o música. Llegar al encuentro con un sombrero divertido, o algún cartel, artículo de cotillón, etc. El factor sorpresa y que se sientan mimados es clave.
- Revaloricemos y habilitemos el juego, a los adolescentes les encanta y lo disfrutan muchísimo.
  
- Cuando tenemos algún participante del grupo con un tema conductual, tratar de no exponerlo. Es importante ser firmes pero amorosos a la vez, y dejar en claro qué se espera de ellos. Es conveniente hablar en forma individual: “¿Cómo estás? Veo que te cuesta participar y respetar algunas pautas en la clase. Quiero entenderte, conocerte más. Estoy segura de que tenés mucho para aportar”. La técnica del sándwich es una buena estrategia: decir primero lo positivo, luego lo que le quiero marcar o mostrar, y por último lo positivo nuevamente. Entender también que a veces aparecen defensas y resistencias, y que detrás de eso hay miedos o heridas.
  
- Luego de cada dinámica o juego es muy importante preguntarles a los chicos: ¿Para qué piensan que hicimos esta actividad? ¿Por qué? ¿Qué aprendimos? ¿Qué se llevan? Esto los ayuda a registrar y le da sentido a cada paso.
  
- Tener en cuenta que cuando les acercamos a los chicos propuestas de autoconocimiento, conciencia emocional, desarrollo de habilidades sociales, resolución de conflictos, comunicación, toma de decisiones también estamos trabajando contenidos de ESI (Educación Sexual Integral), especialmente sobre el eje “valorar la afectividad”.
  
- Si realizamos un trabajo sostenido a lo largo de los años, les estaremos aportando recursos para la vida que se van a llevar para siempre. Llegarán al final de su escolaridad conectados emocionalmente, habiendo hecho un camino de autoconocimiento profundo que los habrá preparado para tomar decisiones con mayor compromiso y responsabilidad, y con pasiones y vocaciones en pleno despertar.



Las 60 actividades y propuestas que aquí presento son una síntesis de lo trabajado durante tantos años con adolescentes muy queridos, y también otras que fui recopilando de distintas fuentes, así como de colegas o compañeros que generosamente compartieron sus propuestas a lo largo del tiempo.

**iQue las disfruten!**



# JUEGOS DE INTEGRACIÓN GRUPAL

## 1 LAS CUATRO ESQUINAS

### OBJETIVO

---

Favorecer la comunicación de emociones y sentimientos personales.

---



#### MATERIALES

- Carteles "Siempre", "Casi siempre", "Nunca" y "Casi Nunca"
- Aula amplia o espacio al aire libre

SIEMPRE

CASI  
SIEMPRE

CASI  
NUNCA

NUNCA