

Dinámica de grupo: El nudo humano

(20 minutos)

1 de 1

SÉ VALIENTE Y AYUNA

Objetivo

El objetivo de esta actividad es desenredar el “nudo humano” sin soltarse de las manos del otro

Pasos

Forme grupos de 10-15 participantes, y que cada grupo forme un círculo.

Pídale a cada participante que coloque una de sus manos en medio del círculo y agarre la mano de otra persona, asegurándose de que no sea la mano de las personas en ambos lados. Luego indíqueles que coloquen su otra mano en el medio y agarren otra mano.

Explíque a los participantes que deben desenredarse sin soltar las manos, de modo que cuando terminen su grupo forme un círculo.

Los participantes pueden modificar su enganche para sentirse más cómodos, pero sin soltar y volver a agarrar.

Si el nudo humano se desenreda rápidamente, haga que los participantes traten de nuevo.

Si el tiempo lo permite, pase unos minutos examinando las siguientes preguntas después de terminado el ejercicio.

- ¿Qué tuvo que hacer tu grupo para completar la tarea con éxito?
- ¿Qué lecciones de esta actividad podemos aplicar a lo que estamos aprendiendo durante este retiro acerca de nuestro mundo y de nuestro papel en él?