

TÉCNICA DE CONOCIMIENTO PERSONAL

PARES Y CUARTETOS

Propósito: Romper la tensión inicial y propiciar el conocimiento de grupo.

Tiempo aproximado: 35 minutos

Material: Ninguno

Número de participantes: 15 personas mínimo

Procedimiento: Pida a los participantes que busquen un compañero con el que se sientan más distantes en ese momento. Cuando todos tenga su pareja pídale que se presenten sin formalismos, lo más espontáneo que puedan, el que decida hablar primero lo hará por espacio de 5 minutos aproximadamente, mientras su compañeros solamente escucha sin preguntar ni comentar nada. Transcurrido este tiempo la otra persona repite el mismo procedimiento.

Cuando hayan terminado la presentación anterior, cada pareja debe seleccionar a otra que en esos momentos la asientan distante. Posteriormente se presentan ambas parejas durante 15 minutos.

Al terminar esta presentación, realice una plenaria para que los participantes se presenten unos a otros ante el resto de los compañeros, solicite comentarios de la vivencia, analizando las sensaciones y sentimiento del grupo.

TÉCNICA DE CONOCIMIENTO PERSONAL

PRESENTACIÓN PROGRESIVA

Propósito:	Propiciar la identificación de las personas por su nombre.
Tiempo aproximado:	50 minutos
Material:	Ninguno
Número de participantes:	Mínimo 15 personas

Procedimiento: Explique al grupo la importancia de conocer los nombres de todos los miembros, ya que trabajarán durante algún tiempo como grupo. Indique a los participantes que van a presentarse únicamente diciendo su nombre.

Pida a un miembro del grupo que menciones su nombre, al participante que está a su derecha se le pide que diga el nombre de la persona que se presentó y el suyo, el tercero de la derecha le corresponderá decir los nombres de las personas que ya se presentaron y el suyo, así sucesivamente hasta que el último participante haya dicho los nombres de sus compañeros anteriores y el suyo.

Cuando haya terminado, pregunte a los participantes que les pareció la experiencia, si les fue provechosa, si tuvieron dificultades y qué conclusiones pueden obtener de la misma; propicie que todos participen.

Si el número de participantes es mayor de 20 puede dividirse el grupo en dos partes.