

1. Dinámica de acercamiento

20'


Objetivo

- Empatía: sentir mis límites, sentir el vínculo.

Materiales

Ninguno. Folios de colores en caso de utilizar una de las dinámicas alternativas.

Procedimiento grupal

- ¿Qué ocurre aquí?
- ¿Todos tenemos la misma sensación cuando alguien se acerca?
- ¿Cómo has notado la incomodidad?
- ¿Te ha costado parar? ¿Te hubieras acercado más?
- Si te has sentido nervioso o incómodo, ¿qué has hecho para calmarte o para sentirte más cómodo?
- ¿Ha sido más fácil acercarse o dejar que alguien se acerque?

1

