

Juegos y técnicas de grupo para la educación en derechos humanos ¹

Algunas ideas para la impartición del curso-taller

Aquí presentamos una pequeña introducción sobre lo que pretende la *metodología del juego* en cada uno de sus niveles.

En nuestros cursos-talleres proponemos una serie de juegos atractivos y técnicas sencillas que, en un primer momento, pueden dejar la sensación de tratarse de un jueguito más. Sin embargo, los juegos pretenden mucho más.

Las técnicas son herramientas que se prestan a muchos usos y esto depende de nosotr@s. De nuestra sensibilidad para con el grupo. De nuestra capacidad para reconocer y aprovechar el momento por el que atraviesa y el medio en el que estamos insert@s. Se trata de sacarle provecho a los juegos favoreciendo la reflexión, la participación, sin esperar milagros. Se trata también tomar las técnicas como propuestas, sujetas a modificaciones y adaptaciones a las características y necesidades de tu grupo.

Las técnicas y los juegos en este CD son también una invitación a continuar enriqueciendo la labor de la educación en derechos humanos aportando nuevos juegos, ejercicios, temas, cuentos, materiales didácticos. Haznos llegar tus ideas y sugerencias a flimpens@prodigy.net.mx. ¡Muchas gracias!

1. Sugerencias generales

1.1. Previo al curso o taller:

- Ubicar el perfil del grupo con el que se va a trabajar, sus características.
- Diseñar el curso tomando en cuenta el perfil del grupo así como el tema y/o contenidos que nos han sido solicitados. Cabe decir que desde la alternativa del juego utilizada en la educación en derechos humanos, es importante que combinemos la exposición de contenidos con técnicas y ejercicios colectivos que nos permitan vivenciar algunas situaciones a fin de lograr una mejor comprensión y reflexión de los temas.
- Preparar los materiales necesarios, tomando en cuenta que entre más didácticos, creativos y variados sean, el impacto será mayor: rotafolios ya elaborados, música, elementos visuales, tarjetas, posters, paliacates, y todo

¹ Reproducción, con pequeñas actualizaciones, de una parte de: **Limpens, Frans (Ed.)** *Reglitas 5. Juegos y dinámicas. Material de apoyo para la educación en derechos humanos*. Querétaro, Acción pro Educación en Derechos Humanos, 1999, 41 pp.

aquello que pueda requerirse para dinamizar al grupo, para involucrarlo e interesarlo.

- Solicitar con anticipación el tipo de espacio que requerimos para llevar a cabo el curso, por ejemplo: un lugar abierto o techado, amplio, con sillas que puedan moverse, que cuente con pizarrón o rotafolios, iluminado, etc., así como los materiales o aparatos necesarios: cartulinas, plumones, tijeras, una grabadora, un proyector, entre otros.
- Llegar con tiempo al lugar para acomodar los materiales, disponer las sillas (en círculo de preferencia), verificar que no falte nada, etc.

1.2. Durante el curso o taller:

- Acoger a la gente, dando la bienvenida y con alguna dinámica de rompehielos.
- Presentación del equipo o personas que estamos impartiendo el curso.
- Presentación del curso para ubicar al grupo sobre la forma de trabajo que llevaremos a cabo: metodología, contenidos, horarios, algunas reglas mínimas ya establecidas y acuerdo de algunas otras con l@s participantes que se vean son necesarias -en otras palabras establecer un código común operativo.
- Intencionar a través de las técnicas y del trato personal un ambiente de trabajo que favorezca entre otras cosas la horizontalidad, la participación, el aporte de ideas y soluciones, la creatividad, la no rigidez, la tolerancia, la no discriminación.
- Exponer los contenidos de un forma clara, sencilla, precisa y didáctica con el objeto de mantener el interés del grupo, de transmitir las ideas centrales e importantes así como de incentivar la retroalimentación de l@s asistentes.
- Es muy importante tomar en cuenta que el lenguaje así como los ejemplos utilizados durante la exposición sean acordes al perfil y características del grupo.
- Estar pendientes de las señales que el propio grupo emita respecto al curso: cansancio, aburrimiento, desinterés, no claridad en lo que estamos exponiendo, etc., para introducir cambios en la nuestra exposición, agilizar el trabajo, implementar algún juego o dinámica de distensión, dar un receso, etc.
- No acaparar el micrófono aún cuando seamos l@s coordinador@s del curso: nuestras intervenciones deben ir en la línea de dar información, transmitir los contenidos e ideas centrales del tema, aclarar ciertos conceptos, amarrar y sintetizar reflexiones vertidas por las personas del curso, centrar las discusiones a fin de no desviarse del tema.
- Otras actitudes que no ayudan es creer que somos portador@s de la verdad, que lo que decimos es la neta del planeta, y por tanto cerrarnos a ideas, correcciones o precisiones hechas por algún(a) asistente. En caso de que estas aportaciones difieran de lo expuesto por nosotr@s el compromiso nuestro es recogerlas marcando la propia postura pero sin invalidar la de los demás.
- A la hora de explicar un juego o dinámica habrá que dejar claro en que consistirá el ejercicio así como las reglas del mismo, quizá sea necesario decirlo dos veces con diferentes palabras, lo importante es que el grupo comprenda lo que se va a realizar y cómo. Nosotr@s como coordinador@s debemos tener

presentes las consignas o reglas del juego, pues el no explicitar alguna de ellas puede ser motivo para que la dinámica no salga o el objetivo no se logre.

- Como encargad@s del curso es importante involucrarnos y participar en algunas técnicas, mientras que en otras nuestra función será la de mantenernos al tanto de su desempeño -tomando distancia para que el grupo sea quien actúe-: observando que las consignas se respeten, facilitando materiales, animando la participación de tod@s, etc.
- No obligamos a nadie a participar. Las y los participantes son dueñ@s de su propio proceso de aprendizaje. Obviamente no se invita a la pereza, al desinterés o al ausentismo. Se busca reubicar responsabilidades. Facilitadore/as de cursos-talleres tienen que motivar, interesar, proponer metas bastante difíciles y exigentes para el grupo. Participantes asumen personalmente la tarea, se comprometen y se arriesgan en la medida de su crecimiento individual y grupal. Esto implica que pueden decidir **no** participar en algún momento. Sin un mínimo espacio de libertad no puede haber responsabilidad.
- Después de la realización de una dinámica o de una serie de éstas -dependiendo de la intensidad, duración, contenidos, complejidad- habremos de dar un tiempo para que las personas expliciten cómo se sintieron, qué fue lo que paso, para qué creen que se llevó a cabo el ejercicio; es decir, para sacarle jugo a la experiencia, reflexionar en torno al proceso así como al objetivo de la dinámica e ir relacionando ésta con las demás técnicas y contenidos vistos en el trayecto del curso.
- En relación a lo anterior, **no** se trata de trabajar dinámica tras dinámica sin hacer pausas para platicar pues ello convierte a los ejercicios en un rosario de jueguitos superficiales, divertidos que a fin de cuentas no sabemos ni cuándo trabajarlos, ni cómo, ni para qué sirven y lo que buscan. Es decir, evaluar cada cuando nos permite enfatizar tanto los contenidos como la experiencia vivencial y afectiva compartida, así como subrayar los objetivos, actitudes y valores perseguidos desde la educación en derechos humanos.
- Otra cosa que puede ayudarnos es recapitular, hacer cortes en los que resumamos lo que se ha visto hasta ese momento en la idea de recordar junto con el grupo el camino recorrido durante el curso para que vaya quedando clara la ruta y los contenidos.
- Como ya se mencionó, cada nivel de la metodología del juego responde a diferentes etapas de un proceso de formación y consolidación grupal que a su vez atiende procesos y momentos personales, en este sentido, como animador@s o coordinador@s es importante ir al ritmo del grupo y no querer que corra cuando apenas está aprendiendo a caminar.
- En tanto que dependemos del ritmo del grupo así como de su proceso interno, como guías del curso debemos estar abiertos a regresar cuantas veces sea necesario a niveles anteriores de la metodología del juego, pues no es una escalera que se sube y se acaba, sino que se construye y consolida permanentemente. En caso de regresar el grupo no reprueba ni está mal simplemente estamos atendiendo su propio proceso de formación y consolidación. Nada debe importarnos más, que las personas con las que

estamos trabajando. En la educación en derechos humanos no estamos en la lógica de la competición, de llegar primero, como de caminar tod@s junt@s.

- Con un curso de educación en derechos humanos lo último que pretendemos es que se convierta en un curso muerto, de esos que se archivan, olvidan o enfrían al poco tiempo. Tampoco se trata de que las personas asistentes se vayan a casa con un paquete de técnicas bajo el brazo para aplicar en situaciones muy estrictas y de una forma ortodoxa sin posibilidades de nuevos aportes. Por el contrario, la idea es abrir puertas y ventanas a la creatividad, la iniciativa y las ganas de trabajar en la línea de la metodología del juego y los derechos humanos, adecuando lo que sea necesario a las características del lugar y grupo en cuestión.
- Al cerrar un curso o taller es importante recordarle a la gente que la educación en derechos humanos es una tarea permanente, no acabada, que se construye cotidianamente y requiere no sólo de nuestra colaboración sino de mucha creatividad, compromiso y esperanza. El curso es ante todo una semilla, un boleto para usarse, para participar inventar, proponer, iniciar.
- No olvidemos al finalizar evaluar el curso: contenidos, técnicas, coordinación, materiales didácticos, espacio de trabajo y otras cuestiones operativas; ello nos permitirá mejorar eventos futuros, agregando, quitando o corrigiendo lo que sea necesario.

2. Sugerencias por tipo de juego

2.1. Juegos de Rompehielos y Presentación

Objetivos:

- Generar un clima de acercamiento para comenzar a trabajar con el grupo.
- Dar oportunidad a coordinador(a) y grupo a acostumbrarse mutuamente a su presencia.
- Aprovechar el tacto y el contacto corporal (participantes se toman de la mano, se saludan de maneras diferentes, ...) para romper el hielo en un grupo nuevo.
- Escuchar y conocer los nombres de nuestr@s compañer@s.
- Establecer un primer nivel de familiaridad entre l@s participantes.
- Establecer un estilo de trabajo diferente: horizontal, participativo, lúdico, dónde tod@s contamos.
- Perder paulatinamente y sin forzar el miedo al ridículo, el miedo a jugar y el miedo a equivocarse..
- Favorecer la participación plena y no la exclusión vía la competición.
- Introducir el juego como una herramienta y un medio de aprendizaje y socialización.

Puntos de especial atención

- Empezar con juegos sin alto grado de compromiso personal, ni exposición al ridículo. A veces hay que posponer o eliminar alguna dinámica por la sensibilidad del grupo.
- Invitar a participar sin obligación. Explicitar esta actitud de no-obligación.
- El (la) coordinador(a) utiliza constantemente los nombres de pila (así como prefieren l@s participantes: 'Betty', 'Bea' o 'Beatriz', por ejemplo) y no duda en preguntar frecuentemente '¿Cómo te llamas?'. Anima a l@s demás a hacer lo mismo.
- Detectar lo más rápido posible a las personas con problemas de plena participación (alguna discapacidad, fricciones fuertes con el resto del grupo, timidez, ...). Iniciar cambios en el programa para tomar en cuenta -de manera discreta- a estas personas.

2.2. Juegos de Conocimiento

Objetivos:

- Conocer un poco más a las personas del grupo, favorecer el acercamiento.
- Conocer y apreciar los diferentes gustos, necesidades y anhelos personales.
- Favorecer un clima de respeto y escucha activa.
- Desarrollar la capacidad de comprensión.
- Incentivar la participación y valoración de cada persona.
- Fomentar la propia aceptación y aprecio de nuestra historia, forma de ser, gustos, actividades, capacidades y limitaciones.
- Caer en cuenta que los procesos de conocimiento tienen diferentes ritmos de acuerdo a l@s participantes, y que requieren tolerancia, disposición y tiempo.
- Hacer conciencia que la interacción con las personas favorece la cercanía, el afecto, el respeto y ayuda a eliminar juicios previos en tanto entramos en contacto con rostros e historias concretas.

Puntos de especial atención

- Insistir mucho en el respeto y aprecio durante las técnicas y las evaluaciones.
- Aclarar que cada persona decide sobre cuales partes de su historia personal se conocerán en el grupo.

2.3. Juegos de Afirmación

Objetivos:

- Estrechar aún más el acercamiento entre los miembros del grupo.
- Profundizar el conocimiento y lograr la valoración de las personas por lo que son.
- Fortalecer el respeto por cada un@ de mis compañeros y compañeras.

- Hacer conciencia de la importancia del afecto recibido o no a lo largo de nuestra vida; del saberme y sentirme aceptad@, reconocid@ y valorad@.
- Caer en la cuenta del papel que juegan nuestras historias personales: personas, lugares, momentos compartidos, cariño, etc. en nuestra forma de ser.
- Favorecer la seguridad personal, la autoestima así como la seguridad colectivo-social.
- Cobrar conciencia de la valía y dignidad humana como necesidad, derecho y responsabilidad compartida en tanto seres humanos.
- Apreciar, defender y promover nuestra integridad física, moral y afectiva como algo fundamental.
- Favorecer procesos de aceptación y afirmación personal que nos permitan redimensionar nuestra persona y la relación con l@s demás.

Puntos de especial atención

- Aclarar en las consignas de técnicas tranquilas que risitas de nervios, comentarios de burla y otras manifestaciones de inquietud pueden inhibir la participación honesta de otras personas.
- Insistir mucho en la valoración positiva en estas técnicas, aclarando que la formulación de desacuerdos o desagradados es un objetivo de las técnicas de comunicación.

2.4. Juegos de Confianza

Objetivos:

- Favorecer un clima de libre participación.
- Intentar romper y/o conocer algunos miedos: a la obscuridad, a que el otro o la otra se responsabilicen de mi seguridad física, a depender de alguien, a que no sepan cuidarme, a delegar, etc.
- Experimentar depositar mi persona, seguridad física, algunos de mis sentidos: vista, tacto, oído; en algún compañero o compañera.
- Dimensionar la responsabilidad por el cuidado de otra persona.
- Reflexionar que confiar en alguien es fruto y resultado de un proceso que requiere de mucha dedicación, constancia y confidencialidad; y una vez lograda necesita del esfuerzo permanente.
- Hacer ver la fragilidad y la mucha atención que supone la confianza ganada en cualquier tipo de relación humana.
- Caer en la cuenta que la confianza es fundamental para que las cosas funcionen en cualquier ámbito de nuestra vida: familia, pareja, relación padres-madres-hij@s, escuela, trabajo, comunidad, vecin@s, entre otros. Asimismo es algo que se construye en diferentes niveles: personal, bilateral, pequeño grupo, colectivamente, etc.
- Respetar los procesos y tiempos personales, las sensibilidades y sentimientos de cada quien.

Puntos de especial atención

- Dosificar el grado de dificultad, de riesgo y de complejidad de la responsabilidad (individual y compartida) de dinámica a dinámica.
- Insistir constantemente en la concentración (risas y distracciones provocan ‘accidentes’) y el silencio (risas y comentarios innecesarios descontrolan a las personas en el centro de la dinámica).
- Aclarar que no hay ‘engaños’ en ninguna dinámica de confianza (y no debería de haber engaño por parte del(a) coordinador(a) en ningún caso).
- Controlar estrictamente al grupo en cuanto a reirse de alguien: explicar que la experiencia de la dinámica es muy diferente para cada persona y apreciar el esfuerzo de cada persona (con un aplauso, por ejemplo).
- Buscar tareas alternativas (cuidar, ‘mama gallina’, repartir y recoger vendas) para personas que expresan problemas para participar. En muchos casos esto ha apoyado a personas a vencer un miedo personal muy grande.
- *Nunca* empezar una dinámica peligrosa a la ligera. Explicar bien los riesgos, ensayar muchas veces. Parar a tiempo cualquier situación de peligro. Consultar sobre las instrucciones y detalles de seguridad *antes* de implementarla con un grupo.

2.5. Juegos de Comunicación

Objetivos:

- La comunicación como elemento y actividad imprescindible de la vida humana.
- Experimentar la importancia de la escucha activa vs. la no escucha y la no atención.
- Caer en la cuenta que la comunicación requiere de disposición, interés y tiempo de las partes involucradas y de mucha retroalimentación.
- Rescatar la importancia de la comunicación en nuestra vida en tanto que nos permite interactuar, conocer, expresar, crecer.
- Vivenciar la comunicación más allá de las palabras, comunicación verbal y no verbal. Nuestro cuerpo y rostro juegan un papel muy importante.
- Hacer ver lo importante que es la expresión verbal y no verbal de los sentimientos pues son como nuestras huellas digitales, dan cuenta de quiénes somos, de nuestra forma de vivenciar ciertos acontecimientos, del tipo de relación que construimos con las diferentes personas, de nuestra sensibilidad, aportan pautas a los demás para ayudarnos, para estimular, y nos ayudan a encontrar respuestas a ciertas situaciones o problemas.
- Reflexionar como en la comunicación entran en juego un montón de situaciones y elementos: diferentes percepciones de las personas involucradas sobre un mismo acontecimiento, diferentes sensibilidades, carácter, historias personas, expectativas, miedos, anhelos, frustraciones, afectos, necesidades, etc.
- Entender como se producen los malentendidos, los prejuicios y los estereotipos.
- Ensayar la búsqueda de consenso en las decisiones de un grupo.

- Relativar el 'sentido común' de nuestras comunicaciones y poner atención a la construcción de un 'código común' sobre temas de mutuo interés (derechos humanos, violencia, paz, etc)
- Lograr la participación y colaboración de tod@s, en tanto que las ideas y creatividad de l@s participantes favorecen la construcción de mejores alternativas y soluciones.
- Expresar desacuerdos y desagradados de manera efectiva y afectiva.

Puntos de especial atención

- Algunas técnicas de comunicación son muy complicadas y necesitan mucha atención. Insistir en las consignas básicas y pedir un esfuerzo de l@s participantes para que valga la pena hacer el ejercicio.
- Enfatizar la importancia de aprender de nuestros errores.

2.6. Juegos de cooperación

Objetivos:

Es importante señalar que para poder entrar a las técnicas de cooperación deben tenerse consolidados los pasos previos propuestos en la Metodología del Juego: conocimiento, afirmación, confianza, comunicación efectiva (estímulo, escucha activa, mensaje en yo). De alguna manera el nivel de cooperación reflejará el grado de maduración de un grupo y de las personas que lo conforman en tanto preocupadas por lograr fortalecer la solidaridad y unión más que los esfuerzos aislados desde una perspectiva de los Derechos Humanos.

- Fomentar la participación del grupo en su conjunto, tod@s somos importantes.
- Experimentar la importancia de la aportación colectiva en tanto que eleva la creatividad, la calidad del trabajo, la posibilidad de soluciones, potencia la eficiencia y comunicación, entre otras.
- Vivenciar la importancia de la coordinación como elemento clave para lograr la cooperación.
- Caer en la cuenta que la cooperación requiere de mayores esfuerzos y tiempo que la competencia, pero también que sus resultados reportan mayores beneficios para tod@s y cada un@ de l@s involucrad@s.
- Reflexionar como la cooperación nos acerca más a las prácticas e ideales de los derechos Humanos: justicia, dignidad, respeto, tolerancia, solidaridad, libertad, etc.
- Proponer la cooperación como un estilo permanente de vida, de acción cotidiana, como forma de relación social, familiar, laboral.
- Incentivar la creatividad, la imaginación, la vivencia plena, el diseño de propuestas vs. la planeación y reglas cerradas que generalmente rigen nuestro actuar.
- Fortalecer la autogestión en tanto que impulsa a tod@s y cada un@ a la búsqueda de propuestas y soluciones para beneficio común.

- La cooperación como motor, como incentivo para actuar, involucrarse, divertirse, aprender y crecer.
- El mayor de los objetivos es tener la grata experiencia de *ganar*. Ganar sin hacer perder a l@s demás. Ganamos porque ganamos tod@s.

Puntos de especial atención

- Insistir en la participación de todo el grupo, sobre todo de personas que piensan no poder hacer la dinámica. Buscar la inclusión de cada persona.
- Enfatizar las consignas importantes y procurar que no sea demasiado fácil de llegar a la meta. Procurar que el grupo esté animado y ganoso para cumplir la tarea.
- Manejar con cuidado los tiempos, normalmente no se vale presionar.
- Dejar que el grupo se equivoque algunas veces. Sugerir pistas de solución solamente cuando hace falta.

2.7. Juegos de distensión

Objetivos:

- En un primer momento pueden utilizarse para romper el hielo cuando l@s participantes no se conocen.
- Ambientar.
- Pasar un momento agradable, divertido.
- Incentivar el trabajo grupal así como la convivencia.
- Fomentar la participación.
- Acercar al grupo, ayudando a que todas las personas se involucren en el trabajo, compromiso o actividad colectiva.
- Permitir la descarga de cansancios, problemas, tensiones.
- Cambiar el clima y ritmo de trabajo cuando sea necesario.
- Establecer una relación más cercana entre l@s participantes y entre est@s y el(la) coordinador(a).

Puntos de especial atención

- Evitar en las consignas las palabras 'perder' y 'castigo'. Se trata de juegos divertidos en que personas 'pasan al medio' o 'tienen que empezar'.
- Empezar con juegos de distensión después de un receso u otros momentos que llegan participantes poco a poco, para 'dar un premio' a las personas puntuales. En estos momentos se recomienda empezar aún con menos de la mitad del grupo presente, para marcar un cierto ritmo y horario. Obviamente el(la) coordinador(a) necesita ser muy puntual el(la) mism@.

2.8. Evaluaciones

El evaluar seriamente las técnicas hace la diferencia entre ofrecer un montón de 'jueguitos simpáticos' y conducir un aprendizaje de grupo participativo y horizontal.

Objetivos

- Profundizar el aprendizaje de las diferentes técnicas con la puesta en común de las vivencias, reflexiones y otros puntos de vista en el grupo.
- Sensibilizar a l@s participantes sobre su propio proceso de aprendizaje y sobre las diferentes maneras de abordar un problema o enfrentar una tarea.
- Ofrecer muchas oportunidades de expresión en frente a todo el grupo.

Puntos de especial atención

- Evitar que l@s participantes teoricen y generalicen en momentos que se les pide expresar sus sentimientos y vivencias. Muchas veces expresan la distancia y falta de compromiso personal con el grupo.
- Evitar preguntas cerradas y muy dirigidas, para no limitar o encausar demasiado las intervenciones de l@s participantes.
- Aprovechar comentarios de participantes para redirigir constantemente el programa del curso-taller según el ritmo, las posibilidades y las necesidades del grupo.
- Favorecer la participación de tod@s e insistir en una forma ordenada y respetuosa de hablar y escucharse.