

#integración

Quiero atender inquietudes

antes de que se
vuelvan un problema

www.liteorg.com



Tiempo requerido
60 - 120 min



Num. de personas
2 - 40+



Nivel de incomodidad
Medio

¿Cuándo usar esta dinámica?

La actividad está enfocada en compartir molestias e inquietudes relacionadas con el trabajo. El objetivo es crear apertura dentro de un grupo. La bomba es una metáfora de esos temas de los que es incómodo hablar; pero que tienen el potencial de “explotar”.

Al poner bombas (molestias e inquietudes) sobre la mesa, los equipos comienzan a relacionarse entre sí, se sienten más cómodos compartiendo e identifican un área clara para el desarrollo y el aprendizaje.

¿Cómo usarla?

Imprime y reparte una plantilla a cada quien. Explícales la metáfora de la bomba: "La bomba es eso que has pensado pero de lo que no te gusta hablar; pero que puede "explotar" si no se resuelve. Es una metáfora de miedo o ansiedad; algo que sólo empeorará si no se reconoce y se trata.

<p>¿Qué me molesta/entrustece?</p> <p>Dibuja un símbolo aquí de eso que te molesta/entrustece.</p> 	<p>¿Qué me preocupa/inquieta?</p> <p>Dibuja un símbolo aquí de eso que te preocupa/inquieta.</p> 
<p>¿Por qué?</p> <p><i>Ruth = Una molla. Vi scrivo che avete fatto di preoccupante cose: questi fatti degli autori novellini, non sono praticamente dell'arte né degli artisti... Autore, ho mai sentito pratico? Scusatemi per</i></p>	<p>¿Por qué?</p> <p><i>per complimento, per incoraggiare... Ruth = Incoraggiare - E io sarei... Ruth = Sarei io a dovere una domanda e quella Ruth: perché quello. Ma sentarlo - dirigente ha sempre visto nel considerare le emozioni di cui hanno compreso, e alla sua galleria</i></p>

Paso a paso

PASO 1

Explicale el propósito del ejercicio en tus propias palabras al equipo. Coméntales que se trata de explorar y compartir nuestras preocupaciones / inquietudes individuales sobre el futuro para comenzar una conversación al respecto y poder a confrontarlas o superarlas.

PASO 2

Dale a los participantes alrededor de 5 minutos para pensar en sus “bombas” y dibujar un símbolo que las representen (ver plantilla en sig. página).

Agrega 5 minutos para reflexionar sobre el “Por qué”.

PASO 3

Una vez que todos los participantes hayan terminado, siéntese en un círculo y que cada participante comparta sus “bombas” con el resto del grupo.

Pídeles que compartan uno a la vez, durante 30 a 60 segundos cada uno. Así hasta que todos los participantes hayan compartido.

PASO 4

Concluye el ejercicio agradeciendo todo el equipo y recordándoles que los cambios son cada vez más comunes. Por eso la incertidumbre y la preocupación por el futuro son totalmente normales.

Explícales que hablar acerca de nuestras “bombas” es un primer paso importante para enfrentar y solucionar las preocupaciones y los miedos.



¿Qué me molesta/entrustece?

Dibuja un símbolo aquí de eso que te molesta/entrustece.

¿Por qué?

Escribe aquí tu reflexión de por qué es que eso te molesta/entrustece.

¿Qué me preocupa/inquieta?

Dibuja un símbolo aquí de eso que te preocupa/inquieta.

¿Por qué?

Escribe aquí tu reflexión de por qué es que eso te preocupa/inquieta.





¿Te funcionó esta dinámica? Compártela con otros equipos.