



MULTIPlus +

Inmigrantes

multiplicadores Construyen

Puentes

Actividad

más —

Compendio

internacional

de

herramientas

de capacitación

para

multiplicadores



Cofinanciado por el
programa Erasmus+
de la Unión Europea

Introducción al MultiPLUS+proyecto

El proyecto MultiPLUS+ es un proyecto de desarrollo transeuropeo, cofinanciado por la Comisión de la UE e implementado por una asociación de organizaciones europeas. en cinco países: Austria, Italia, España, Eslovenia y Dinamarca. El objetivo general del proyecto MultiPLUS+ es mejorar la comunicación dialógica como una forma eficiente de CONSTRUIR PUENTES entre la sociedad mayoritaria y las comunidades minoritarias. en Europa. Por lo tanto, el proyecto tiene como objetivo contribuir a la integración social y la inclusión sociocultural de los migrantes mediante la promoción de:

- *Métodos y herramientas por dialógico comunicación en inmigrante comunidades*
- *Visión en la sociedad de recursos, necesidades y requerimientos en las comunidades de migrantes*
- *Visión en inmigrante comunidades en societal valores semejante como derechos humanos, democracia y participación, igualdad de ciudadanía, estado de derecho y libertad.*

En el logro de estos objetivos, los multiplicadores tienen un papel protagonista. Ellos son los protagonistas y la razón de ser de este proyecto. MultiPLUS+ invitó a personas activas en sus comunidades, multiplicadores comprometidos. El proyecto considera que un multiplicador ***es una persona que puede expresar ideas/estrategias en un grupo particular de personas. Tiene este talento consciente o inconscientemente; él/ella ejerce este papel en beneficio de todo el grupo para que el grupo se fortalezca y la voz colectiva se transmita. Este rol no necesariamente tiene que ver con una posición jerárquica sino con confianza.***

En el proyecto MultiPLUS, estos objetivos se logran a través de tres procesos de desarrollo y programas de formación coherentes:

Como PRIMER PASO, cada organización socia realizó un análisis de necesidades entre los multiplicadores de migrantes para buscar las necesidades y requisitos de capacitación especial en métodos comunicativos y herramientas dialógicas para asumir el papel de constructores de puentes como mediadores en sus

comunidades migrantes locales. A partir del análisis de necesidades, la organización socia proporcionó un CURSO DE CAPACITACIÓN EN COMUNICACIÓN especial y personalizado para multiplicadores.

Cada país participen activamente en TALLERES METÓDICOS para desarrollar y documentar una gran cantidad de métodos prácticos, herramientas y ejercicios que se utilizarán para el diálogo. en las comunidades de migrantes. Todas las descripciones metódicas están incluidas en el presente Compendio o CAJA DE HERRAMIENTAS.

Como el TERCER PASO, los Multiplicadores participan en TALLERES DE EDUCACIÓN POLÍTICA, enfocados en cómo comunicar sobre temas humanos y sociales básicos como los derechos humanos, la igualdad y la libertad, así como los valores democráticos y la ciudadanía, el estado de derecho, etc. Como actividad final, los Multiplicadores transmitieron y discutieron estos temas en sus propias comunidades.

Como ÚLTIMO PASO, la gran cantidad de materiales de capacitación y aprendizaje del proyecto se ofrecerán como recursos abiertos y accesibles para beneficio general en la red electrónica. **MultiPLUS + PORTAL** (<https://www.multiplusproject.com/>)

La formación y el proceso de aprendizaje es ilustrado abajo:



CAJA DE HERRAMIENTAS

Tabla de contenidos

Introducción al Proyecto MultiPLUS+

2

Estimados multiplicadores! 8

Consejos para planificar
un WS 10
Lista de control 14

Cómo usar este manual dieciséis

HERRAMIENTAS 27

1. Ciudadanía Valores	28
2. Aclarando Expectativas	30
3. Él Ascensor Discurso	32
4. Él Futuro Taller	34
5. Múltiple identidades y Valores	36
6. Personajes	38
7. Él Seguridad Brújula	40
8. Mi Secreto Pasatiempo	42
9. Las diez prioridades principales	44
10. De colores Lentos; Diferente Aspecto	46
11. Hablando Banderas	48
12. Él Abismo	50
13. El problema	52
14. Familia Árbol	54
15. Mi tiempo para ti	56
16. A partir de Crear	58
17. Así es como me veo; Así es como me ven	60
18. Pictórico	62
19. Donde ¿Estás de pie?	66
20. Mi favorito Parte del cuerpo	68
21. Situación inesperada	70

22. Recyclo-Garbo-Demo	72
23. Hora Comprensión	74
24. Yo tú nosotros	76
25. No seas tímido	78
26. Gerente Conflicto	80
27. Gato en el saco	82
28. bola de fuego	84
28. Pictograma	86
29. Monedas	88
30. Solo Tres Preguntas	90
31. Contar ¡A mí!	92
32. Globo	94
33. Limpieza Radical	96
34. Círculo de las Primeras Naciones	98
35. Estratégico Pelotas	100
36. De araña Web	102
37. Clavo Polaco	104
38. Clavo Polaco	106
39. Hulaaros	108
40. Contornos	110
41. Tu nariz	112
42. Aliento Tus pensamientos lejos	114
43. Un nuevo Nombre	116
44. Él Historia De Mi Nombre	118
45. Seamos creativos	120
46. Fecha de velocidad	122
47. Babel	124
48. Introducciones Con A Diferencia	126
49. Local Expresiones Y Modismos	128
50. Entrevista de trabajo	130
51. Qué son ¿Tus valores?	132
52. Enfrentate al miedo	134
53. Cuerpo Idioma	136
54. Interacción local	138
55. Adivina mi nombre	140
56. ¡Ayudar!	142
57. Mis valores; Tus valores	144
58. Cultura Y roles	146
59. Fotografía A mí	148
Final Palabras	150
Imprimir	151

Queridos Multiplicadores!

Este compendio es el fruto de su trabajo. En esta recopilación de métodos, actividades y herramientas para el trabajo en sus comunidades, hay un aporte de cada uno de los multiplicadores que trabajaron en el Proyecto Multiplus durante los últimos dos años. Multiplicadores de Migrantes activos en Italia, Eslovenia, Austria, España y Dinamarca han compartido sus métodos y herramientas de trabajo; material variado y rico al que también se puede acceder utilizando la caja de herramientas en línea (www.interculturaltrainingtoolbox.eu). La caja de herramientas en línea es un foro abierto que le ofrece la posibilidad de mantenerse en contacto con otros multiplicadores, lo que le permite continuar compartiendo sus experiencias y conocimientos.

Para que la caja de herramientas sea más fácil de usar, hemos clasificado las herramientas en 5 categorías, según la situación y el contexto en el que se pueden utilizar. Por supuesto, muchas herramientas son multipropósito y pueden usarse en diferentes contextos y adaptarse creativamente. Esto significa que las herramientas se pueden utilizar como apoyo dinámico en una variedad de situaciones.

Este compendio es una continuación del Manual de Metodologías Didácticas, que fue escrito al final de la primera fase del Proyecto Multiplus. Estos dos documentos pueden verse como aliados, ayudándole en su trabajo diario. Son ayudas importantes en la implementación de la tercera y última fase del Proyecto Multiplus: las actividades sobre los valores políticos de la Unión Europea en vuestras comunidades.

El proceso de intercambio y puesta en común de todos los métodos y herramientas de trabajo ha sido dinámico y enriquecedor en sí mismo. El compendio puede considerarse como la “guinda del pastel”, ya que completa esta fase participativa, en la que reflexionamos sobre nuestro trabajo y descubrimos otras formas de trabajar.

Originalmente, existía la suposición de que las herramientas y los métodos de trabajo diferían de un país a otro, proporcionando así una 'impresión multicultural'. Sin embargo, nosotros debe admitir eso esta premisa estaba equivocado.

Nosotros encontrar in contable adaptaciones de métodos y herramientas comunes; adaptaciones que hablan más de los contextos socioeconómicos y políticos en los que deben asentarse los inmigrantes que de las raíces culturales de los multiplicadores.

Eres increíblemente creativo para encontrar herramientas y formas de comunicarte y llegar a tus comunidades. Sabes trabajar con pocos recursos y también te las arreglas cuando las barreras del idioma dificultan llegar a personas y grupos. ¡Gracias por compartir tu sabiduría!

Y finalmente, el concepto de Estado de Derecho merece un capítulo aparte. El estado de derecho es la filosofía política de que todos los ciudadanos e instituciones dentro de un país, estado o comunidad son responsables ante las mismas leyes. La Enciclopedia Británica define el estado de derecho como “el mecanismo, proceso, institución, práctica, o norma que apoya la igualdad de todos los ciudadanos ante la ley, asegura una forma de gobierno no arbitraria y, más en general, previene el uso arbitrario del poder. Todo lo que hace la UE se basa en tratados, acordados voluntaria y democráticamente por sus países de la UE. La ley y la justicia son defendidas por un poder judicial independiente. Los países de la UE otorgaron la jurisdicción final al Tribunal de Justicia de las Comunidades Europeas; sus sentencias deben ser respetadas por todos.

Seguro que ninguno de estos términos es nuevo para ti. Están escritas por todas partes y en boca de todos los políticos y oradores. Su significado a menudo se distorsiona o se acomoda manipuladoramente a discursos que no tienen respeto ni espacio para esos valores.

En esta caja de herramientas también ofrecemos sus ideas sobre contextos en los que podría hablar/comunicar estos valores con/a sus comunidades. También encontrarás herramientas para la motivación y moderación de debates.

Como anillos en el agua, estás difundiendo conocimientos, ideas y prácticas participativas en tus comunidades. Este compendio quiere ser como un guijarro motivador e informativo en las aguas de vuestro trabajo comunitario diario.

El punto importante de cada taller es la evaluación. Al final del taller invite a los participantes a Expresar qué tema o puntos dirigido durante el taller fueron útiles.

Consejos para planificar un WS Durante la taller

Antes de planificar un taller

¿CUAL ES TU PROPÓSITO?

¿Qué le gustaría comunicar? ¿Cuál es el núcleo de sus temas y actividades a los miembros de su comunidad u otros grupos objetivo? Elige una actividad de acuerdo a tu propuesta.

¿QUIÉNES SON LOS DESTINATARIOS/PARTICIPANTES?

¿Quién es su grupo objetivo? ¿Es el grupo objetivo uniforme o muy diverso en términos de conocimientos, intereses, requisitos lingüísticos, edad, sexo, etc.? Al planificar un taller, tenga en cuenta a los participantes y sus detalles. Esto te ayudará no solo a elegir la actividad adecuada sino también a elegir un método (trabajo en grupo, sesión plenaria, más o menos interactividad de los participantes, etc.)

¿QUIÉN ES EL REMITENTE?

¿Cuál es su propia experiencia y su propio interés en comunicar estos temas y actividades? ¿A quién representan y cómo se presentarán?

¿CUÁLES SON LAS CIRCUNSTANCIAS?

¿Qué contexto es el marco de su comunicación y difusión (por ejemplo, un arreglo grande con muchos participantes y debates, un taller o sesión de grupo pequeño, presentación oral para miembros seleccionados de la comunidad, etc.)

DURACIÓN DEL TALLER

También es muy importante planificar el tiempo del taller o sus secciones. Cada herramienta tiene un marco de tiempo

INICIO DE LOS TALLERES

A la comienzo siempre intentar a hacer a gusano y confiando atmósfera (allá que puedes usar). La confianza en el grupo es muy importante para que todos los participantes, incluyéndote a ti, se sientan aceptados y bienvenidos.

DIRECCIÓN DEL TALLER Y LA DISCUSIÓN

Cada implementación del taller exige flexibilidad para adaptarse a la situación actual y a los participantes. Las herramientas tienen un marco de tiempo aproximado de implementación que puede cambiar durante la implementación misma. Esto es algo normal y no tienes que ceñirte a la indicación de la hora exacta. Si surge una discusión interesante, dé tiempo a los participantes para que expresen su opinión. Si la discusión no conduce a ninguna parte o demasiado mucho fuera de la propósito, traer la Participantes espalda a la tema con apregunta.

Asegúrese de que cada participante tenga tiempo para expresar su opinión. Esto es aún más importante si hay un participante muy dominante que habla la mayor parte del tiempo.

FINALIZACIÓN DEL TALLER / DISCUSIÓN

Planee al menos 15 minutos para concluir la discusión y el taller para no interrumpir el taller o en medio de una discusión porque se acabó el tiempo.

Asegúrese de que los participantes sientan que han expresado su opinión. Cualquier pregunta direcciones durante la taller debería ser contestada, a menos a la punto Participantes sentir aceptar que recibirán alguna información más tarde (en caso de que no pueda responderlas en el taller y necesitaría verificarlos. Díselo.)

Si hay más preguntas, invite a los participantes a escribirlas con una nota que usted responderá. ellos después la taller (si usted tener hora) o otro hora, a través de Email, teléfono etc.

EVALUACIÓN

Y que no fueron tan útiles. Cómo se sintieron durante los talleres y sobre qué temas les gustaría escuchar más en el futuro.

No tome la evaluación como una crítica a su trabajo. La evaluación es un proceso de aprendizaje y le dará una idea de qué debe estar más atento o qué hacer de manera diferente la próxima vez. Anote lo que dicen para la planificación futura.

Después de la taller

Tómese un tiempo para evaluar su trabajo usted mismo. Si dos felicitadores dirigen el taller, hagan una evaluación entre ustedes.

Revise la evaluación de los participantes y considere lo que sería necesario, lo que sería útil y lo que debe desecharse la próxima vez que realice el taller.



Lista de Verificación

COMPROBADO

QUE RECORDAR

COMPROBADO

QUE RECORDAR

Calendario la fecha y hora por la evento

Reserve el lugar para asegurarse de que el lugar sea disponible

Libro alguna huésped maestros, Altavoces, facilitadores etc.

Proporcione invitaciones y considere el método de invitación, por ejemplo, invitación a través de las redes sociales, mediante la difusión de un folleto, una lista de correo electrónico, cartas personales, boletines informativos de la comunidad local u hojas informativas, o combinaciones de varios métodos.

Ser Por supuesto a invitar la Participantes en adeudado hora

Recuerde proporcionar refrigerios y tal vez incluso catering

Si usted es un grupo organizador, recuerde entregar las tareas cuidadosamente antes del evento. Por ejemplo, quién debe abrir el evento y dar la bienvenida a los participantes. Quién debería ser el moderador, el apoyo práctico, etc.

En caso de un evento de adultos, donde algunos los participantes anuncian que traerán a sus hijos; asegúrese de que haya oportunidades de actividades en el lugar y posible cuidado de los niños.

Imprima todos los materiales necesarios, como agenda, información. sábanas, etc

Recuerda proporcionar los materiales necesarios. como papel y bolígrafos para los participantes, rotafolio, colores y pinturas. También recuerda revisar la pizarra y el proyector antes del evento.

Preparar Certificados por la Participantes.

Como usar este libro

Para acceder fácilmente a las herramientas que puede estar buscando, las herramientas de este Compendio se han clasificado en cinco categorías. Cada categoría se corresponde con el objetivo/uso principal de esta herramienta. Por supuesto, las herramientas pueden tener más de un uso y también pueden organizarse/adaptarse creativamente para que se ajusten a la actividad que está realizando con su grupo y al grupo con el que está trabajando.



Estas herramientas se utilizan para iniciar el trabajo, romper el hielo entre los participantes, presentar a los participantes, introducir el tema y ganar confianza y entusiasmo. Normalmente se usan cuando empiezas a trabajar o después de los descansos. Son herramientas de motivación y aumentarán la energía del grupo.

Son herramientas para fijar objetivos de trabajo, diseñar un "código de conducta" de grupo, mejorar la gestión del tiempo o repartir roles y funciones. Se pueden usar al comienzo de la actividad y se pueden volver a llamar o "refrescar" todos los días para llamar al grupo a una situación organizativa.



Los participantes se reconocen a sí mismos como parte de un grupo. Estas herramientas sirven para identificar roles y talentos de los participantes, fomentar la participación y explorar cómo mejorar el trabajo en equipo. Son herramientas de cooperación que generarán confianza y unirán a las personas.

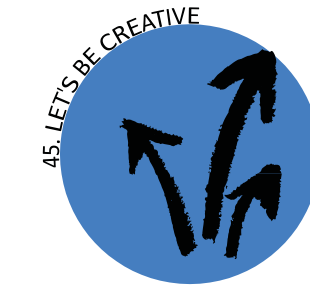
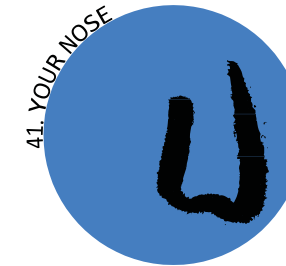
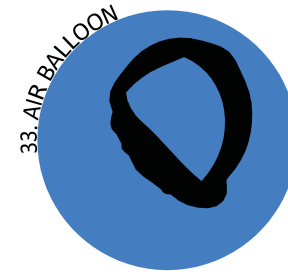
Estas herramientas son más específicas y sirven para mejorar la comunicación entre los miembros del equipo y entre las personas en general. Aquí usted encontrará herramientas para comunicación asertiva, herramientas para la comunicación no violenta, herramientas para recopilar retroalimentación, herramientas para conflicto resolviendo, entre otros.

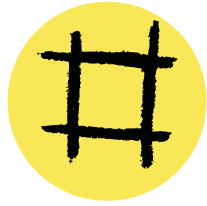


Aquí encontrarás herramientas de trabajo para temas específicos. Algunos temas: ciudadanía, medio ambiente, derechos humanos, democracia, diversidad, empoderamiento, límites personales, convivencia, entre otros.

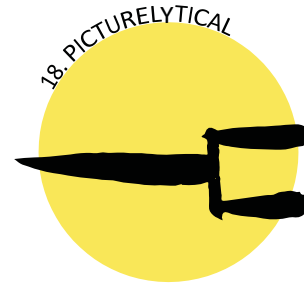
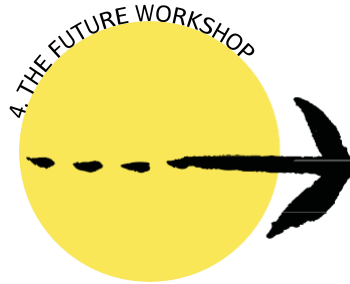


ENTRAR EN EL ESPÍRITU: 8, 20, 27, 29, 30, 32, 33, 41, 42, 45, 46, 48, 52, 55, 59





ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO EN GRUPO: 2, 4, 6, 9, 14, 18, 23, 37, 44





CONSTRUYENDO EL EQUIPO: 7,11, 12, 28, 31, 34, 36,54

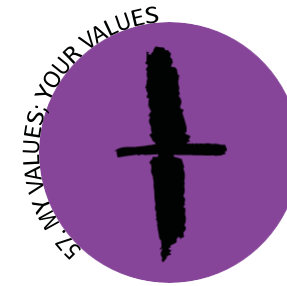
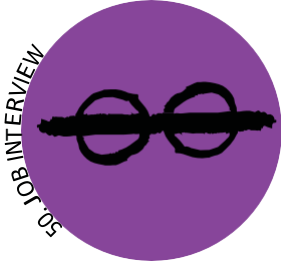
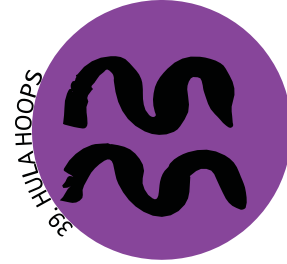


MEJORANDO COMUNICACIÓN: 3, 15, 19, 21, 24, 25, 26, 35, 47, 49,53,56





TRABAJO EN TEMAS ESPECÍFICOS: 1, 5, 10, 13, 16, 17, 22, 38, 39, 40, 43, 50, 51, 57, 58





HERRAMIENTAS



1. VALORES DE CIUDADANÍA

Palabras clave:

Ciudadanía; Integración; Societal y Democrático Valores

Objetivos:

*Comprensión diferente conceptos de ciudadanía, incluido formal y ciudadanía cívica, así como la falta de ciudadanía.

*Reflejando en la trascendencia y Consecuencias de la diferente formularios de ciudadanía y cómo afectan nuestra vida diaria.

Objetivogrupo:

Plenar grupos más pequeños de migrantes o grupos mixtos de migrantes y habitantes locales. Apto para jóvenes y adultos.

Duración:

30 – 60 minutos dependiente en la número de Participantes.

Metodología paso a paso:

- 1) Presente diferentes aspectos del concepto de ciudadanía usando la figura a continuación. Diferenciar entre ciudadanía formal, cívica y de la UE.
- 2) Reflexione y discuta los diversos tipos de ciudadanía y las diferencias entre ellos, incluidos los valores que representa cada tipo de ciudadanía para cada persona y cómo se puede practicar la ciudadanía cívica en la vida cotidiana.
- 3) Presentar las conclusiones de la discusión ya sea oralmente o usando el papel.o rotafolio.

Nota: Es importante dedicar algo de tiempo a la introducción, ya que la diferenciación entre ciudadanía formal y cívica puede ser nueva para algunos participantes.

Materiales necesarios:

*Una presentación de powerpoint que muestra la siguiente figura. También es posible agregar más ejemplos ilustrativos de ciudadanía formal e informal.

*Largo piezas de papel o arotafolio.

*Post-its o pequeños pedazos de papel.

Desafíos:

Es importante ser consciente de que el concepto de ciudadanía formal y cívica puede dar lugar a algunos debates controvertidos, ya que algunos participantes pueden haber solicitado la ciudadanía nacional (y, por tanto, europea) del país en el que viven ahora sin haber obtenido todavía la ciudadanía. eso. Puede dar lugar a frustraciones personales e incluso resaltar la discriminación presente en el grupo.



Ciudadanía cívica Formal

Es la conexión cercana entre el estado y el individuo.

La ciudadanía está vinculada a una serie de derechos civiles, políticos y sociales y a una serie de deberes, como por ejemplo el servicio militar y el deber de escolarización y educación de acuerdo con la legislación nacional, etc.



Ciudadanía cívica informal

La ciudadanía cívica es la informal.comunidad que nos une en nuestra sociedad común.

El ejercicio de la ciudadanía cívica se expresa a través de nuestro mutuo comportamiento y filiación a la sociedad.



Ciudadanía de la Unión Europea Formal

Introducido con el Tratado de Maastricht en 1992:

“La ciudadanía de la Unión tiene todo el carácter de un Estado miembro”.

Con el Tratado de Amsterdam en 1997, se incorporó el siguiente agregado: “La ciudadanía es un complemento de la ciudadanía nacional y no la reemplaza”

¿Qué valores vincularía a cada nivel de ciudadanía? ¿Qué sería más importante para ti y por qué?



2. ACLARAR LAS EXPECTATIVAS

Palabras clave:

Expectativas; objetivos; Planificación; Rompehielos

Objetivos:

- * Aclarando la Expectativas y metas de la evento.
- * Ser sensible a la Expectativas de Participantes.

Objetivogrupo:

Grupos de migrantes o grupos mixtos de migrantes y locales.

Duración:

10 minutos para la reflexión inicial del grupo.
3-5 minutos por partícipe a Expresar su Expectativas.

Metodología paso a paso:

1. Explique que desea asegurarse de que las expectativas de los participantes y los organizadores del evento coincidan.
2. Muestre las preguntas para el ejercicio en PowerPoint o en una hoja de papel distribuida a cada participante (ver más abajo para las preguntas). Luego deben considerar las preguntas desde su punto de vista personal y pueden escribir palabras clave si lo desean.
3. Después de 5 a 10 minutos, cada participante debe presentar sus respuestas, incluidas sus expectativas del evento. Cada participante tiene de 3 a 5 minutos para hacer esto.
4. Escriba los comentarios en un rotafolio y explique cómo se abordarán los temas mencionados en eventos futuros. Dé más oportunidades para comentar y reflexionar.

5. Al final del evento, vuelva a la retroalimentación y discuta si se cumplieron o no todas las expectativas.

Nota: En grupos grandes es posible realizar el ejercicio en pequeños grupos en lugar de individualmente. En este caso, el ejercicio se puede utilizar para romper el hielo. Es importante asegurarse de que todos tengan la oportunidad de hablar y participar.

Materiales necesarios:

- * Voltear gráficos para la retroalimentación.
- * PowerPoint para mostrar las preguntas del ejercicio.
- * Post-itu otros papeles pequeños para comentarios escritos
- * Lápices.

Desafíos:

Es importante que los participantes sientan que sus opiniones y expectativas se toman en serio. La capacidad de mostrar interés y compromiso personal es crucial para el éxito del ejercicio.



Aclaración de Participantes'Expectativas

Los objetivos y expectativas del facilitador

**eso usted recibir...*

**eso usted convertirse...*

**eso usted obtener...*

Los objetivos y expectativas de los participantes.

**Profesionalmente*

**Socialmente*

**Personalmente*

Cuáles son tus necesidades, objetivos y expectativas?



3. EL DISCURSO DE ASCENSOR

Palabras clave:

Comunicación habilidades; Enfocado y Concentrado Discurso; Presentación Habilidades

Objetivos:

- *Mejorando comunicación habilidades.
- *Donación enfocado, importante y interesante presentaciones.

Objetivo grupo:

Grupos de migrantes con a bueno conocimiento de la objetivo idioma.

Duración:

55 minutos más 5-10 minutos por partícipe

Metodología paso a paso:

1. Regalo la siguiendo instrucciones en PowerPoint o en a rotafolio:
 - a) El Discurso del Ascensor, que vas a presentar, es una breve historia sobre ti mismo cuando te encuentras con otras personas. Imagina que no os conocéis de antemano. Puede presentar:
 - *Quién usted están
 - *Que haces
 - *Qué usted están apasionado acerca de
 - *Qué usted deseo para el presente y el futuro
 - *Qué valores usted estar de pie por
 - *Qué te gustaría discutir con otras personas

b) El Discurso del ascensor de besar:

- *Corto: - De 30 a 60 segundos (puede adaptarse al grupo).
- *Preciso: - Derecho a la punto y sin que explicación.
- *Auténtico: - Expresar sus valores y opinión.
- *Importante: -Adapte su mensaje a los requisitos previos de los destinatarios.
- * Situacional: - Sastre su mensaje a la situación y la destinatarios
- *Sensibilización: - Crear curiosidad y deseo por más conocimiento en los destinatarios pero no seas sensacionalista.
- * Diálogo-edificio:
 - Invitar preguntas, diálogo y tal vez discusión.
 - Sea estratégico y establezca un diálogo que desee, con el que se sienta cómodo y pueda controlar.

-Considerar ya sea la destinatarios puede además ser interesado en este diálogo.

2. Dé a los participantes 45 minutos para escribir su discurso de ascensor. Cada discurso debe durar de 5 a 10 minutos.

3. Cada partícipe debería regalo su discurso en parte delantera de la grupo.

4. Después todas la discursos tener estado presentado, allá debería ser a comentarios sesión que dura 10 minutos

Consejos para su discurso de ascensor:

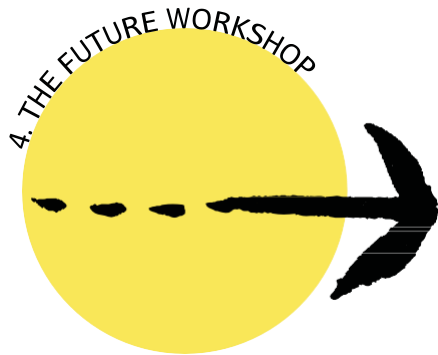
- *Use un lenguaje hablado que sea auténtico para usted y fácil de entender
- *Presenta tus intereses, ya sean personales, sociales, profesionales o culturales.
- *Hacer no Vamos en detalle- utilizar específico palabras clave eso puede proveer un visión general.
- *Hacer ojo contacto y sonrisa, pero no excesivamente.
- *Sentir gratis a utilizar retórico preguntas en su discurso.
- *Espectáculo eso Estás abierto a otros puntos de vista.

Materiales necesarios:

- * Lápices o bolígrafos
- *Escribiendo al mohadillas
- *Rotafolio
- *PowerPoint

Desafíos:

Es importante tener en cuenta que algunas personas están demasiado nerviosas para pararse frente a una audiencia. No debe haber compulsión a realizar.



4. EL TALLER DEL FUTURO

Palabras clave:

Organización y Planificación; Proceso de Cambio Democrático; Participación activa; Compromiso

Objetivos:

*Considerando y aclarando la importancia de trabajar juntos.

*Formulación a plan por futuro articulación trabaja.

Objetivo grupo:

Miembros comprometidos y enfocados de grupos de interés que buscan hacer cambios dentro de su grupo de interés. Deben tener confianza para expresar sus opiniones verbalmente, aunque no es necesario tener fuertes habilidades lingüísticas en el idioma de destino.

Duración:

En promedio 180 minutos. Sin embargo, los talleres pueden adaptarse a un contexto específico, por lo que también pueden tener una duración de varios días.

Metodología paso a paso:

1. Informar a los participantes del tema, método de trabajo y plazo antes del taller.

2. Hay tres fases, las dos primeras se discuten en plenario o en pequeños grupos.

*LA FASE DE CRÍTICA: los participantes expresan sus experiencias y sentimientos negativos en relación con el tema general, por ejemplo, una mala experiencia con contactando otro colegas. Todas declaraciones están descrito en llave palabrasen

rotafolios y están después organizado en temático círculos.

*LA FASE DE FANTASÍA: los participantes dan la vuelta a la crítica y discuten cómo se puede convertir en sueños y visiones. Los participantes elaboran propuestas de solución, denominadas borradores utópicos.

*LA FASE DE REALIZACIÓN: las soluciones de la fase de fantasía / borradores utópicos se evalúan a la luz de cuán posible es ponerlos en práctica.

NOTA: Es necesario que alguien guíe las discusiones, mientras escribe palabras clave en los rotafolios y resume continuamente los resultados. Dependiendo del tamaño del grupo, se requieren 2-3 facilitadores para esta tarea. Es imperativo que cada participante tenga la oportunidad de hablar y ser escuchado. La regla más importante en este ejercicio es escuchar a los demás sin interrumpir y sin rechazar sus declaraciones de forma degradante o sin tacto.

Materiales necesarios:

* Rotafolios.

*Post-it por Participantes a escribe su propia palabras clave

*Grandes hojas de papel para grupos de trabajo para diseñar visiones, etc.

Desafíos:

Si el grupo es grande, puede ser una buena idea dividir a los participantes en grupos más pequeños. En este caso, es importante que los resultados de todos los grupos se presenten cuidadosamente en el plenario, asegurando así que los resultados de los Talleres Futuros expresen las opiniones y los deseos de todos los participantes.



5. MÚLTIPLES IDENTIDADES Y VALORES

Palabras clave:

Identidad; Valores;
Diversidad

Objetivos:

- *Reflejando en qué es la mayoría importante área de nuestra vida.
- *Identificación de los valores, normas y sociocultural tradiciones regalo en esto y otras áreas de la vida.
- *Que se discute las similitudes y diferencias en las prioridades individuales.
- *Ilustrando la muchos, con frecuencia sorprendente, facetas de la del individuo la vida y prioridades.

Objetivo grupo:

Grupos reducidos en talleres y encuentros temáticos y talleres generales.

Duración:

40 minutos más 5-10 minutos por grupo. 5-10 minutos si se usa como energizante.

Metodología paso a paso:

1. Presente el ejercicio indicando los objetivos anteriores y mostrando la siguiente figura en PowerPoint. Explique que muchas personas en la sociedad tienen suposiciones negativas y prejuicios sobre los demás y que no debemos juzgar a las personas en función de nuestras suposiciones, prejuicios o imaginación. Esta introducción debe tomar 10 minutos.
2. Divida a los participantes en grupos y pídale que A) discutan y expliquen sus

paso, por señalando afuera y interrogatorio cada otro en similitudes y diferencias

3. Los grupos escriben sus prioridades en una hoja de papel común utilizando palabras clave. También existe la opción de nombrar a un vocero para presentar el resultado del grupo, que incluirá la variedad/similitud en las prioridades personales, los valores centrales asociados a las prioridades y una mayor reflexión del grupo sobre los patrones en términos de valores sociales, valores comunitarios y elementos sorprendentes. . El trabajo en grupo debe durar 30 minutos.

4. Presentar y comparar los resultados del grupo en plenaria. Esto debería tomar de 5 a 10 minutos por grupo. Finalice la sesión con una reflexión común sobre la importancia de respetar que las personas pueden tener múltiples identidades y prioridades en la vida.

NOTA: Esto también puede usarse como un ejercicio corto; como una especie de energizante. En ese caso, la reflexión sobre valores y prioridades no será tan profunda y exhaustiva.

Materiales necesarios:

Prioridades individuales y B) que revisen las prioridades individuales en el grupo paso a paso.

*PowerPoint demostración de la cifra de abajo

*Largo piezas de papel

*Marcador plumas y lápices

Desafíos:

Es importante observar si algunos participantes se ven afectados por el ejercicio, ya que puede implicar reflexiones más profundas sobre la situación de vida individual. En ese caso, el ejercicio debe cerrarse cuidadosamente.





6. PERSONAS

Palabras

clave:

Analítico herramienta; Diferenciación de objetivo grupos

Objetivos:

*Dibujar un perfil de un grupo (ficticio) basado en los desafíos, sueños, actitudes y normas, condiciones de vida y necesidad del grupo objetivo en relación con los bienes, los servicios de bienestar y la educación.

*Comprensión la necesidades de la objetivo grupo.

Objetivo grupo:

Grupos de personas con algo en común, como personas cuyos hijos asisten a la misma escuela, personas que trabajan juntas, etc.

Duración:

30 minutos para una breve descripción del grupo objetivo 180 minutos para una descripción más detallada.

Cabe señalar que esta es una metodología que requiere mucho tiempo y lleva varias horas dibujar un perfil/personaje.

Metodología paso a paso:

1. Discuta los temas de indagación y cree un cuestionario. Esto podría incluir preguntas centradas en: información personal, familia y relaciones, educación nivel, empleo, actividades de ocio, aficiones, ciudadanía y actitudes y motivaciones.
2. Recopile los datos.

3. Procesar los datos y elaborar un perfil del grupo. Para describir el grupo y sus integrantes, se podría hablar de un hombre o una mujer que pertenece a ese grupo; ponerles un nombre, describir su personalidad, decir qué trabajo tienen, hablar de sus gustos o inquietudes, sus aficiones y lo que hacen en su tiempo libre, utilizando los datos recopilados.

NOTA: Es importante tener en cuenta que la persona debe construirse como un conglomerado de varias personas reales dentro del mismo grupo objetivo, por ejemplo, una mujer joven migrante de 18 a 35 años sin trabajo y sin educación.

Materiales necesarios:

*PowerPoint

Desafíos:

Un riesgo potencial puede ser que las descripciones de las personas sean demasiado generales y esquemático, por lo que no se acerca lo suficiente a las necesidades y requisitos reales del grupo objetivo dado. Esto puede generar temor a la estigmatización.



7. LA BRÚJULA SEGURA

Palabras clave:

Seguridad en un Grupo; Conciencia de las Necesidades Mutuas; La cohesión del grupo

Objetivos:

- *Asegurando eso la Participantes sentir seguro y un integral parte de lagrupo.
- *Ayudando cohesión entre la miembros de la grupo.
- *Reflexionar sobre la relevancia de las actividades y temas del grupo para la vida de los participantes.

Tobjetivogrupo:

Trabaja y comunidad grupos

Duración:

20-60 minutos

Metodología paso a paso:

1. Presente a los participantes la Brújula de seguridad (consulte los folletos a continuación) y describa claramente las metas y los objetivos del ejercicio.
2. Los participantes completan la Brújula de Seguridad individualmente.
3. Coloque las brújulas una al lado de la otra para que todas sean visibles.
4. Compara y contrasta los resultados. También es posible explorar patrones en las calificaciones.
5. Discutir la resultados.
6. Discutir en plenario cual iniciativas están necesario en ordenar a fortalecer las relaciones dentro la grupo y a hacer su actividades más importante. Esto

discusión debería resultado en un acción plan a cual todas Participantesde acuerdo.

NOTA: Si ha habido desafíos en el grupo, es importante mencionar de manera neutral que el ejercicio puede ser una forma de enfrentarlos. El ejercicio de la Brújula de Seguridad se puede realizar al inicio del grupo si los participantes ya se conocen. El ejercicio también es adecuado después de que el grupo haya estado corriendo por un corto tiempo, para evaluar los sentimientos de los participantes.

Materiales necesarios:

- *Una copia de 'Él Seguridad brújula' para cada participante.
- *Lápices o bolígrafos para cada participante.
- *Posiblemente rotafolios a resumir común resultados y decisions.

Desafíos:

A algunos participantes les resulta difícil discutir sus sentimientos sobre el grupo en plenaria. El tema en discusión puede generalizarse para desviar la atención de los individuos. El ejercicio de la brújula de seguridad requiere que los participantes comprendan el sistema de puntuación del ejercicio y que entiendan y estén familiarizados con los conceptos utilizados en la brújula.



¿Me siento seguro en el reuniones

10

Poder yo ser yo mismoa ¿la reunión?

10

1

10

¿Son los temas relevantes para mi vida diaria?

10

¿Siento sentido de pertenencia?



8. MI PASATIEMPO SECRETO

Palabras clave:

Rompehielos; Buen ambiente de grupo

Objetivos:

- *Haciendo nuevo grupos de gente sentir a facilitar con cadaotro.
- *Habilitación Participantes a conseguir a saber cadaotro.

Tobjetivogrupo:

Grupos de personas que aún no se conocen.

Duración:

5 minutos a introducir la actividad más 5 minutos por persona.

Metodología paso a paso:

1. Pida a cada participante que escriba en un post-it o en un papelito un pasatiempo que tenga o haya tenido. Deben doblar el papel y colocarlo en el cuenco o sombrero.
2. Una vez que todos hayan hecho esto, pídale a alguien que saque a uno de ellos. del cuenco o sombrero y léalo en voz alta en el plenario del grupo.
3. Todo el mundo debería adivinar quién posee o tenía lapasatiempo.
4. Si los miembros del grupo no pueden adivinar correctamente después de un corto tiempo, la persona debe darse a conocer. Pueden decir un poco sobre el fondo. de esta afición, por qué la eligieron y qué significa para ellos.
5. Esta persona ahora dibuja el siguiente y lo lee en voz alta, después de lo cual se repite el ejercicio hasta que se hayan leído todos.

NOTA: Los pasatiempos pueden ser reemplazados por otros temas, por ejemplo, "mi experiencia de viaje". Si los participantes desean escribir más de un pasatiempo, deben usar una hoja de papel separada para cada uno. El ejercicio debe realizarse durante un taller o reunión, no como la primera actividad.

Materiales necesarios:

- *Post-it o tamaño post-it piezas de papel
- *Un sombrero ocuenco
- * Lápices o bolígrafos

Desafíos:

Algunas personas son tímidas y es posible que no quieran hablar frente a los demás. En este caso, pueden susurrarle a alguien que luego hable por ellos.



Task Individual

- ** Cada participante escribe sobre una afición que haya practicado anteriormente o que siga practicando activamente.
- ** Todas las notas se recogen en un gran cuenco.

Task Colectivo

- ** Los participantes se turnan sacando una nota del cuenco/ sombrero. Cada nota se lee en voz alta en el grupo.
- ** Los miembros del grupo deben adivinar ahora quién tiene o ha tenido la afición que se lee en voz alta.
- ** Si el grupo no puede adivinar correctamente tras un breve espacio de tiempo, la persona se da a conocer y cuenta un poco sobre los antecedentes.

Hobby puede ser reemplazado por muchas otras palabras.



9. LAS DIEZ PRINCIPALES PRIORIDADES

Palabras clave:

priorización; Motivación para la participación

Objetivos:

*Visualizante qué es importante y necesario por la grupo.

*Reflejando en la motivación por participativo en específico grupos y Talleres de trabajo.

Tobjetivogrupo:

Adultos y adultos jóvenes.

Duración:

120 a 180 minutos para la versión más larga y detallada 60 a 90 minutos para la versión más corta.

Metodología paso a paso:

1. Divida a los participantes en grupos según ciertos criterios, como la edad o el género.
2. Explique claramente el objetivo y el enfoque del ejercicio.
3. Dígales a los participantes que las declaraciones en la plantilla están en un orden completamente aleatorio.
4. Entregue a cada uno de los participantes la plantilla de prioridad. Deben priorizar todas las afirmaciones de la plantilla de forma individual, según una escala en la que 10 es la prioridad más importante. No es posible dar el mismo número de puntos a dos afirmaciones.

5. Cuando han terminado, presentan sus prioridades a los demás miembros de su grupo. Un líder de grupo seleccionado recopila continuamente los resultados en una plantilla común, por lo que surge una imagen de las prioridades generales del grupo. Si hay diferencias importantes, el grupo debe “negociar” una prioridad final o elegir una lista de grupo final de otra manera.

6. Una vez que el grupo ha acordado una lista común, la escriben en una hoja grande de papel en orden de prioridad. El líder del grupo también debe anotar en su propio papel donde puede haber diferencias significativas, incluso cuando las prioridades más altas entre uno o más miembros del grupo pueden no estar incluidas en la lista común o se colocan al final de la lista común.

7. Cada líder de grupo presenta las prioridades de su grupo en plenaria y luego cuelga el papel en la sala.

8. Discutir la resultados

9. Preparar una lista común de prioridades que pueda servir de base para la planificación de actividades y eventos posteriores. No tiene que contener 10 prioridades, puede tener más o menos.

10. Discuta las prioridades que no están incluidas en la lista o que están más abajo en la lista de prioridades.

NOTA:

El salón debe ser lo suficientemente grande para que los grupos tengan espacio paratrabajar y no molestarnos unos a otros.

Debe quedar claro al comienzo del ejercicio que no se permite criticar las prioridades de otra persona.

Materiales necesarios:

*Plantillas prioritarias (ver más abajo), adaptadas en la medida de lo posible al grupo objetivo actual. Una plantilla por participante y al menos 2 plantillas para el proceso de resumen en los grupos y una plantilla final para las prioridades comunes.

*Voltear gráficos por la final grupo prioridades a ser mostrado en la habitación.

*Posiblemente PowerPoint a describir paso a paso la prioridad proceso.

Desafíos:

Como en todos los procesos de grupo, existe el peligro de una dinámica de grupo en la que algunos participantes dominan y otros son reacios a expresar sus deseos si no están en consonancia con los deseos de las personas dominantes.



Qué haría usted dar la más alto prioridad en la comunidad/asociación/etc...

1 a 10

The most important thing is that I can get away from home for a while and have fun with other members

The most important thing is that some existing and relevant theme meetings are arranged

Lo más importante es que la comunidad/asociación planifique actividades para mis hijos

Lo más importante es que adquiero más conocimientos sobre las políticas y decisiones de mi municipio

Lo más importante es que la comunidad/asociación pueda reunirse con otras personas sin distinción de sexo, edad, educación, etc.

Lo más importante es que en la comunidad formo parte de una red social segura, donde compartimos los mismos valores

Lo más importante es que adquiero nuevos conocimientos sobre temas sociales.

lo mas importante es que no hay obligacion de asistir, asi que puedo venir cuando quiera o me apetezca

La cosa mas importante es eso la asociación/comunidad miembros atender la eventos en largo número

La cosa mas importante es eso yo puede encontrarse otros con mi propio años y mi propio expectativas



10. VIDRIOS DE COLORES; ESTILOS DIFERENTES

Palabras clave:

Diferente opiniones; Diversidad; Inclusión; Empatía; Tolerancia; Creatividad

Objetivos:

- *Reconociendo la límites de su tolerancia.
- *Buscando maneras a cambio su intolerante conducta.
- *Alentador inclusión.
- *Valorando la principios, valores y creatividad de cada persona.

Tobjetivogrupo:

Grupos de 20-30 personas a partir de 10 años. No se requieren conocimientos ni información previa.

Duración:

40 minutos

Metodología paso a paso:

1. Eso es importante a preparar la material en avance.
2. Pida a cada participante que tome un pedazo de cartulina de un color que no le guste.
3. Usando este cartón, deben diseñar y hacer un par de anteojos que se ajusten ellos.
4. Una vez hechas las copas, se deben agrupar personas con cartulinas del mismo color. Discuten por qué no les gusta el color y dicen cuál color que preferirían haber tenido.

5. Leer de la mesa debajo qué cada color simboliza.
6. Explique que cada persona debe asumir el comportamiento de su color, indicado en la tabla, y debe planificar una fiesta de cumpleaños.
7. Comparte con el grupo la experiencia de tener ese color y comportarse de esa manera.
8. Discuta cómo es ponerse en el lugar de otra persona; cómo puedes aceptar a las personas que son diferentes; qué diferencia haría para el mundo si practicáramos la empatía y la tolerancia.

NOTA:

No explique el simbolismo de los colores hasta después de que todos hayan terminado de hacer sus anteojos y les explicaron por qué no les gusta el color. Explique la propósito de la lentes: sin que darse cuenta eso, nosotros están siempre buscando.

al mundo a través de los lentes de nuestro yo interior. Intentar ponernos en el lugar de los demás; ponerse otras gafas de vez en cuando. Es un ejercicio de comunicación e integración sociocultural.

Materiales necesarios:

- *Cartulina en 10 diferente colores: rojo, naranja, amarillo, rosado, marrón Marrón, verde, blanco, azul, púrpura, negro.
- *Tijeras.
- *Lápiz lápices de color o sintió consejos.

Desafíos:

El mayor reto es ponerse en el lugar de aquellas personas que pueden ser intolerantes.

Los colores simbolizan...

Rojo — Puedo y lo haré todo

Naranja — Precavido - Alertas

Amarillo — Brillo - Te ayudo a brillar

Rosa — Cuidador - Protector

Marrón — Conflictivo - parcial

Verde — Positivo - buenas relaciones

Blanco — Quiero destacar más

azul — Serenidad - paz interior

Púrpura - Empático - Comprensión

Negro — Sensible - Dramático - Negativo



11. BANDERAS QUE HABLAN

Palabras clave:

Migrantes; Diversidad; Similitud

Objetivos:

*Comprensión de las similitudes entre gente de diferentes antecedentes migratorios.

Objetivo grupo:

Grupos de personas, como compañeros de trabajo, de diferentes orígenes migratorios pero con un lenguaje común.

Duración:

60 minutos

Metodología paso a paso:

1. Mano afuera piezas de diferentes colores cartulina.
2. Tórnense para decir el color en su pedazo de cartón. Cada persona con ese color en su bandera nacional debe decir 3 cosas positivas sobre la sociedad en su país y 3 cosas negativas que necesitan cambiar.
3. Repetir con el diferente color.

NOTA: Es posible pedir a los participantes que se vistan con los colores de su bandera nacional para que todos puedan conocer las diferentes banderas nacionales.

Materiales necesarios:

- *Cartulina de colores
- *Papel
- *Plumas

Desafíos:

Este ejercicio debe ser capaz de establecer la igualdad y enfatizar la similitud entre personas de diferentes orígenes. El mayor riesgo de este método es que puede generar intolerancia.



12. EL ABISMO

Palabras clave:

Migrantes; Diversidad; Similitud

Objetivos:

*Comprensión de las similitudes entre gente de diferentes antecedentes migratorios.

Objetivo grupo:

Grupos de personas, como compañeros de trabajo, de diferentes orígenes migratorios pero con un lenguaje común.

Duración:

15min

Metodología paso a paso:

1. Invite a los participantes a pararse en dos filas, hombro con hombro, con las dos filas una frente a la otra.
2. Anímelos a imaginar que entre las dos filas y detrás de las filas hay un abismo profundo. Cada fila es del ancho de sus pies.
3. Indique a los participantes que deben ordenarse en su fila por su mes de nacimiento (enero en un extremo y diciembre en el otro).
4. Deben cambiar de lugar con el apoyo de sus compañeros para no caer dentro del abismo.
5. Una vez que están en orden de mes, a partir del final de enero, cada uno dice su mes de nacimiento.

6. Felicitar cada otro en su logro.

7. Reflexiona sobre el ejercicio. Esto puede comenzar con la pregunta '¿Qué podría significar el abismo?' Todos los participantes deben tener la oportunidad de contribuir a la discusión.

NOTA:

No es una carrera. El objetivo del ejercicio es apoyarse mutuamente y lograr el objetivo de estar en el orden del mes de nacimiento.

Materiales necesarios:

*Es necesario disponer de una habitación amplia y tranquila.

Desafíos:

El desafío es crear diferentes formas de cooperación.



13. EL PROBLEMA

Materiales necesarios:

- *Papel
- *Plumas
- *Cajao contenedor

Desafíos:

Ninguno

Palabras clave:

Trabajo en equipo; resolución de problemas; Eficaz Resultados

Objetivos:

- *Analizar y hallazgo a solución a problema.
- *Ser capaz de trabajar como parte de un equipo.
- *Escuchar a y valorando diferenteopiniones

Objetivo grupo:

Grupos de personas de diferentes comunidades.
Apto para todas las personas de cualquier edad.

Duración:

60 minutos.

Metodología paso a paso:

1. Escriba en una hoja de papel un problema que enfrentan los migrantes. Por ejemplo, un migrante que tiene dificultades para integrarse en la sociedad local.
2. Doble el papel y colócalo en un recipiente.
3. Saque cada uno al azar.
4. Analizar el problema en equipo y encontrar una solución.
5. Una vez encontrada una solución, el participante que escribió el problema debe decir si el problema ha sido resuelto satisfactoriamente.



14. ÁRBOL DE FAMILIA

Palabras

clave:

diferencias; similitudes; Diversidad; Integración; multiculturalismo

Objetivos:

*Visualizante y comprensión diversidad y multiculturalismo en nuestra sociedad.

*Ayudando a la integración.

Objetivo grupo:

Grupos multiculturales de todas las edades; preferiblemente una mezcla de edades desde niños hasta personas mayores. Si es posible, grupos de personas que tengan un idioma común.

Duración:

45- 60 minutos

Metodología paso a paso:

1. Invite a cada participante a decir de dónde son sus abuelos; tanto del país como de la región.
2. Escribe el país y región en un post-it y pégalo en un rotafolio o junta.
3. Pida a los participantes que reflexionen y discutan sobre la cultura que les heredaron sus abuelos; cómo afecta su vida hoy; si hacen cosas que sus abuelos les enseñaron pero que no son la norma en la sociedad en la que ahora viven.
4. Los participantes discuten las similitudes entre las culturas y exploran cómo la cultura de sus abuelos se compara con la cultura del país en el que viven ahora.

NOTA:

Si este ejercicio lo realizan personas que hablan diferentes idiomas, se pueden utilizar mapas y mímica. Enfatice que las culturas son diferentes y que ninguna es superior o inferior.

Materiales necesarios:

*Post-it

*Plumas

*Rotafolio o junta

Desafíos:

Esta actividad debe estar bien moderada para garantizar que todos los participantes puedan expresarse y que nadie monopolice la narración.



15.MI TIEMPOPAR A USTED

Palabras clave:

Redes; Compartiendo lo mejor Práctica

Objetivos:

- *Intercambio de conocimientos y experiencia.
- *Redes.
- * Idear eficaz y innovador métodos por todas.

Objetivo grupo:

Grupos con un número par de participantes y un mínimo de 6. Es adecuado para todas las edades. Los participantes deben tener experiencia en el tema.

Duración:

60-90 minutos

Metodología paso a paso:

1. Pedir la Participantes a escoger uno pareja de lagrupo.
2. Los socios tienen 5 minutos para presentarse brevemente e intercambiarinformación y su experiencia sobre el tema específico. Necesitan hablar sobre sus experiencias personales, ¡sin teoría! Se pide a los participantes que tomen notas.
3. Después de cinco minutos, haga sonar una alarma y dígales a los participantes que cambien de pareja y repitan el ejercicio.
4. Una vez que todos los participantes hayan hablado con todos, tienen cinco minutos para escribir un memorándum con los puntos más originales e importantes que surgieron de la conversaciones.

NOTA:

Enfatizarla importancia de apegarse a los 5 minutos y que significa 2.5 minutos por persona.

Materiales necesarios:

- *Papel
- *Lápiz
- *Publicarsu
- *Alarma / Despertador

Desafíos:

Estométodo no implica ningún riesgo, sin embargo, las personas con menos experiencia pueden sentirse algo intimidadas por sus compañeros más experimentados.



16.A PARTIR DE CREAR

Palabras clave:

generar Confianza; Comunicación; Trabajo en equipo; Desarrollo de Actividades

Objetivos:

- *Fortalecimiento trabajo en equipo.
- *Desarrollando la objetivos y dinámica a ser usó en diferente actividades,
- *propuestas o proyectos
- *Identificación la cualidades de cada persona en lagrupo.

Tobjetivogrupo:

Grupos de 5-15 Participantes idealmente de multidisciplinario laboral grupos y ya trabajando juntos.

Duración:

60 - 120minutos

Metodología paso a paso:

1. Organizar la hora, fecha y localización de la reunión.
2. Si la grupo es largo, dividir la Participantes en menor grupos, con un portavoz para cada pregunta, es decir. ni un vocero para todas las preguntas.
3. Presentar preguntas al grupo o grupos. Las preguntas podrían incluir: ¿Cuál es el tema que vamos a trabajar?
¿Qué están nuestro objetivos?
¿A qué parte de la población queremos llegar? ¿Qué actividades queremos realizar y por qué?

4. Los grupos deben trabajar cada pregunta por separado durante 10 minutos, sacando un máximo de tres conclusiones para cada una de las preguntas, que luego presentana todo el grupo.
5. Una vez presentadas cada una de las conclusiones de los diferentes grupos, seLas conclusiones más comunes de todos los grupos se evaluarán en su conjunto.
6. El grupo trabaja en conjunto para establecer una hoja de ruta utilizando los objetivos, actividades, fortalezas y debilidades resaltadas en el ejercicio anterior.

NOTA:

Es necesario convocar una nueva reunión para definir el calendario y distribución del trabajo (comisiones o subgrupos). Esta no es una actividad de una sola vez, sino un método de trabajo que se elige e implementa periódicamente en las reuniones de trabajo.

Materiales necesarios:

- *Un gran espacio cerrado, como una sala de reuniones, con mesas y sillas
- *Papel
- *Plumas
- *Pizarron
- *Pizarron p l u m a s

Desafíos:

Esto metodología puede trabaja en diferente niveles y con diferente grupos que requieran el desarrollo y coordinación de sus actividades, propuestas o proyectos. Este método varía porque depende de las necesidades y demandas encontradas en la evolución y programación de las actividades.



17. ASÍ ME VEO; ASI ME VEN

Palabras clave:

Autoevaluación; Empoderamiento; Conciencia de sí mismo; Aceptación; Reconocimiento de Otros puntos de vista y opiniones

Objetivos:

- *Aprendizaje a reconocer su fortalezas y debilidades.
- * Aceptar valoraciones de otras personas sobre usted.

Tobjetivogrupo:

Grupos de 10 niños, jóvenes o adultos.

Duración:

30 - 40 minutos.

Metodología paso a paso:

1. Divide una hoja de papel en 3 secciones. En la sección central, dibuja un autorretrato. En la sección de la derecha escribe tus puntos fuertes y en la sección de la izquierda escribe lo que te gustaría mejorar de ti mismo. Dobra las secciones izquierda y derecha hacia atrás para que solo se pueda ver la imagen.
2. Encuentra un compañero y muéstrale el dibujo, asegurándote de que no pueda ver lo que has escrito. El socio debe describir lo que encuentra positivo sobre ti y lo que deberías mejorar.
3. Compara lo que has escrito sobre ti con la forma en que tu pareja lo percibe. usted y reflexione sobre ello.
4. Escribe alentador palabras y frase en piezas de papel y mostrar ellos

prominente en la habitación. Por ejemplo, 'Yo puedo', 'Me amo', 'Me valoro como valoro a mis amigos y familiares'.

NOTA:

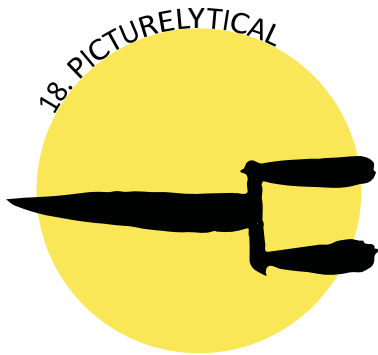
Sugerir a los participantes que se repitan estas frases durante la semana para animarse.

Materiales necesarios:

- *Papel
- *De colores plumas o lápices de color.
- * Lápices
- *Cinta cello a vara la palabras de ánimo a la pared.
- *A largo tranquilo espacio con mesas y sillas

Desafíos:

Reconociéndote por lo que eres.



18. PICTURELITICO

Palabras

clave:

expresando opiniones; Estilos de Enseñando y Moderando

Objetivos:

- *Aprender sobre diferentes estilos de enseñanza y moderación y cómo implementarlos.
- *Expresando opiniones claramente y respetuosamente.
- *Escuchar a la opiniones de otros.

Tobjetivogrupo:

Grupos de personas involucradas en la enseñanza y moderación.
Grupos de personas discutiendo un determinado tema común.

Duración:

20-30 minutos

Metodología paso a paso:

1. Poner varios fotos demostración diferente estilos de enseñando en lapiso.
2. Pida a los participantes que miren las imágenes y se paren junto a la imagen con la que estén de acuerdo o con la que se sientan más cómodos.
3. Cada partícipe debería explique por qué ellos tener elegido eso particular fotografía.
4. Explique que no hay una respuesta correcta o incorrecta y que todas las imágenes muestran buenas formas de enseñar.

NOTA:

Este método también se puede utilizar con palabras escritas en lugar de imágenes. El mismo método se puede utilizar con diferentes temas. Por ejemplo, si el tema es '¿Qué representa la democracia?' las palabras dadas pueden ser ELECCIONES LIBRES, PAZ, LIBERTAD, SIN CORRUPCIÓN

Materiales necesarios:

- *Fotos demostración diferente enseñando estilos.
- *Un gran suficiente habitación por la número de Participantes a llevar afuera la actividad.

Desafíos:

Ser consciente de posible conflicto cuándo usando esto método con controversial temas



19. DONDE ¿ESTÁS DE PIE?

Palabras clave:

Discusión; expresando opiniones; diferencias en Opinión

Objetivos:

- *Desarrollando habilidades en discusión y argumentación.
- *Respecto a las opiniones de otros.
- *Intercambio de opiniones respetuosamente.

Objetivo grupo:

Grupos de migrantes. Las personas con habilidades lingüísticas débiles pueden participar utilizando el lenguaje corporal o pueden mostrar su opinión según su posición en la sala.

Duración:

50 min

Metodología paso a paso:

1. Abierto el pensamiento con la pregunta, por ejemplo, '¿qué es la democracia?'
2. Dé a los participantes 1-2 minutos para escribir su comprensión de lo que es en un post-it. Deben pegar el post-it en un rotafolio y leer en voz alta lo que han escrito.
3. Dígalos a los participantes que imaginen una línea que atraviesa el centro de la habitación. En los lados opuestos de la línea imaginaria pegan un papel en el suelo en el que está escrito DE ACUERDO o EN DESACUERDO.
4. Invite a los participantes a ponerse de pie y formar una fila. Explique que va a leer las afirmaciones del rotafolio. Si el participante está de acuerdo con la afirmación,

deben estar del lado de ACUERDO; si no están de acuerdo, deben pararse en el lado EN DESACUERDO.

1. Señale que los participantes deben ponerse de pie según el grado en que estén de acuerdo o en desacuerdo con las afirmaciones. Cuanto más cerca de la línea imaginaria, menos extremo es su acuerdo o desacuerdo con el enunciado.
2. Después de cada declaración hay una breve discusión durante la cual el autor de la declaración explica su punto de vista y los demás reflexionan y explican por qué han elegido permanecer donde están. Durante este proceso, es posible que el participante cambie su opinión y, por lo tanto, su posición.
3. Después de haber leído todas las declaraciones, vuelva a reunir al grupo para discutir y analizar. Un impulso para ello podrían ser las siguientes preguntas: ¿Fueron alguna de las preguntas difíciles de responder porque era difícil hacer una

¿decisión? ¿Le sorprendió el grado de desacuerdo en algunos temas? ¿Hay respuestas "correctas" o "incorrectas" o simplemente están sujetas a creencias individuales?

Materiales necesarios:

- *Dos piezas de documentos con las palabras de acuerdo y DISCREPAR.
- *Post-it.
- *Plumas y lápices.
- *Voltear gráfico.
- *Espacio por gente a moverse.

Desafíos:

Tenga en cuenta el perfil de los participantes al preparar las declaraciones; ser consciente de hasta qué punto los participantes conocen el tema y entienden el vocabulario; no eligió a tema eso podría causar conflicto entre los Participantes.



20. MI PARTE FAVORITA DEL CUERPO

Palabras clave:

Hielo-interruptor automático

Objetivos:

- *Conseguir a saber la otro Participantes.
- *Estimulante a positivo, calmar y confiando medioambiente antes de a partir de a taller.

Objetivogrupo:

Grupos de migrantes, posiblemente divididos en grupos específicos de género. Apto para todosedades y géneros.

Duración:

15min

Metodología paso a paso:

1. Pida a los participantes que piensen en su parte del cuerpo favorita o más importante. o simplemente algo especial que les gusta de su apariencia. O lo escriben o lo dibujan.
2. Ponga a los participantes en parejas y pídale que se presenten hablando sobre la parte de su cuerpo.
3. Pedir cada partícipe a introducir supareja.

NOTA:

Es posible usar fotos de diferentes partes del cuerpo o personas con diferentes looks y pedirles a los participantes que elijan entre ellas.

Si alguien es incómodo haciendo esto ejercicio con alguien de a diferente

género, hacer la actividad en grupos dividido por género.

Materiales necesarios:

- *Papel A4
- *Lápizlápices de color
- * Lápices
- *Plumas
- * Rotafolios

Desafíos:

Ser consciente de Participantes quién están incómodo con que se discute su cuerpopartes.

.



21. SITUACIÓN INESPERADA

Palabras clave:

Manejo de Situaciones Inesperadas; Superando desafíos

Objetivos:

- *Relación comercial con inesperado situaciones mientras que enseñando a idioma clase.
- *Adquisidor nuevo comunicación, enseñando y moderación habilidades.

Objetivo grupo:

Grupos de migrantes en a idioma clase.

Duración:

60 minutos

Metodología paso a paso:

1. Dé la bienvenida a los estudiantes a la clase y explique que hay una situación inesperada que significa que la lección será diferente a lo planeado.
2. Pida a los participantes que se sienten en círculo. Dele una pelota a un participante y pídale que diga una palabra en el idioma de destino. Luego, deben lanzar la pelota a otro participante, quien debe decir una palabra en el idioma de destino que comience con la última letra de la palabra anterior o una palabra de la misma categoría de palabras.
3. Practique el uso de estas palabras haciendo oraciones con ellas, dibujándolas o representándolas.
4. Practique otro vocabulario señalando objetos en el aula y pidiendo a los participantes que los nombren en el idioma de destino.

Materiales necesarios:

- *Pelota
- *Papel
- *Lápis lápices de color
- * Lápices

Desafíos:

Es posible que los participantes no estén contentos de que la lección sea diferente de lo esperado. Si este es el caso, será necesario decidir si continuar con la lección o cancelarla.



22. RECICLAJE

Palabras clave:

Reciclaje; separando Basura

Objetivos:

- *Aprendizaje acerca de diferente tipos de desperdiciar.
- *Aprendizaje cómo separado basura y donde a reciclarse.
- *Comprensión por qué reciclaje es importante.
- *Conservación la medioambiente

Objetivogrupo:

Inmigrante comunidades Apto para todas las edades. Personas con un nivel de idioma básico a avanzado.

Duración:

60minutos

Metodología paso a paso:

1. Pregunte a los participantes si saben cómo separar correctamente la basura. Ajustar el taller en función de sus respuestas.
2. Presentar cómo separar adecuadamente la basura. Esto se puede hacer con la ayuda de una presentación de Powerpoint y folletos que contengan la información relevante.
3. Muestre los diferentes ejemplos de basura real. Muestre los diferentes contenedores y explique qué tipo de basura debe colocarse en cada uno.
4. Lugar la basura en la piso y la Participantes debe separado esocorrectamente.
5. Una vez la basura posee estado correctamente apartado, ellos debe ser lugar eso en las habilidades son débiles, será necesario escribir los folletos en su idioma

correcto compartimiento.

NOTA:

En lugar de basura real, es posible utilizar imágenes de basura. Es posible utilizar papel de colores en lugar de papeleras, y los participantes colocan la basura al lado del papel de color apropiado.

Materiales necesarios:

- *Presentación de Powerpoint
- * Folletos
- *Actual basura o fotos de basura
- *Diferente cajas a atender como reciclaje contenedores o de colores papel

Desafíos:

Garantizar eso la Participantes comprender la el idioma. Si su idioma también.



23. TIEMPO INTELIGENTE

Palabras clave:

Hora; Horarios; Equipo; p l a z o s

Objetivos:

*Aprendizaje qué hora es y su importancia en nuestro vidas.

* Mejorar la gestión del tiempo.

Objetivogrupo:

Grupos demigrantes.

Duración:

90 minutos

Metodología paso a paso:

1. Introduzca el tema mediante presentaciones cortas explicando qué es el tiempo, su importancia y sus efectos.
2. Llevar afuera varios ejercicios cual ejemplificar la importancia de buena gestión del tiempo y mostrar los efectos de una mala gestión del tiempo.
3. Realice varios ejercicios que ayuden a los participantes a planificar y gestionar mejor su tiempo.
4. discutir el tiempo y hora planificación.

Materiales necesarios:

*PowerPoint presentación ideado por la líder de l ataller.

*Actividades por la Participantes cual tener estado planificado en avance del a

taller por lalíder.

*Reloj o reloj.

*Calendario.

Desafíos:

Es necesario ser consciente de las diferencias culturales en cuanto al concepto de tiempo.



24. YO TÚ NOSOTROS

conflicto, sino que se trata de abrir los canales de comunicación para discutir las razones originales. por el conflicto I SPEECH muestra disposición para comunicarse y buscar soluciones mutuamente aceptables. Con YO HABLO criticamos el comportamiento, no la personalidad.

Palabras clave:

Comunicación; prevención de conflictos; Necesidades; Sentimientos; diferentes percepciones; Herramientas de comunicación

Objetivos:

- *Aprendizaje la técnicas de estratégico comunicación.
- *Desarrollando habilidades en estratégico comunicación.
- *Ser consciente de su sentimientos y necesidades y cómo a comunicar ellos.

Objetivogrupo:

Pequeña gruposde migrantes del mismo sexo. Es necesario un alto nivel de conocimientos de idiomas.

Duración:

60 minutos

Metodología paso a paso:

1. Pedir la Participantes la siguiendopreguntas:
 - a. ¿Qué es “Yo-habla”, “TÚ-habla” y “NOSOTROS-habla”?
 - b. Qué es la diferencia Entre criticando conducta y criticando de alguien¿personalidad?
2. Explique el concepto de 'YO HABLO, USTED HABLA y NOSOTROS HABLAMOS' I SPEECH es una técnica de comunicación estratégica. Ofrece la posibilidad de expresar necesidades y deseos de forma constructiva y concreta. YO HABLO implica conductas y sentimientos sin despreocuparse de la persona. No conduce a evitar el

Estructura de yoDISCURSO

- a. "Cuándo yo ver eso usted..." Nosotros hablar acerca de la otro de la persona acción.
- b. "...siento"... o... "deseo... Hablamos de nuestra propia reacción sin autoacusaciones ni justificaciones.
- c. "YO desear..." o "YO haría como... Nosotros hablar acerca de la resultado nosotros desear, sin que demandante eso.

Por ejemplo:

Cuando me dices que me calle, me siento herido. Ojalá pudiéramos hablar y me dijeras lo que realmente te molestausted.

Comparación de YO HABLO, TU HABLAS y NOSOTROS HABLAMOS:

Ejemplo de USTED HABLA

"Está bien, Nikola, ¿puedes dejar de hablar? ¡Eres realmente desconsiderado!"

Ejemplo de NOSOTROSDISCURSO

"Nosotros todas saber eso Nicolás es desconsiderado y Nunca escucha cuándo otro gente estándiscurso."

Ejemplode YO HABLO

"Nikola, realmente me importa cuando me interrumpes porque me da la sensación de que no soy respetado. me gustaríaMe gusta que me escuchen y me importa su opinión".

3. Trabajaen parejas para completar el siguiente ejercicio.

Piensa en una situación que te haya hecho enojar y explícale las circunstancias a tu pareja. Mediante el juego de roles, la pareja tiene que dar su reacción espontánea. Ellos deberíanluego formular su ira en un mensaje I.

4. Siente al grupo en un círculo y pídale a todos que completen las siguientes afirmaciones: "Cuando me comunico con la gente, no me gusta cuando alguien..."
Luego deben decir

"En ese tipo de situación reacciono..."

5. Mientras siguen sentados en el círculo, pida a los participantes que escriban un mensaje de elogio para alguien que conocen en una hoja de papel. Pon los mensajes en el sombrero. Saque un mensaje a la vez y léalos en voz alta. Los participantes deben determinar si el mensaje está formulado en YO HABLO. Si no, que digan cómo lo formularían en YO HABLO.

NOTA:

Se recomienda practicar esta actividad primero en un grupo en el que el conflicto sea poco probable. Si los participantes no quieren compartir una situación que los hace sentir enojados, puede hacer la actividad solo y escribe la situación en a trozo de papel o incluso dibujareso.

Materiales necesarios:

- *Una hoja de papel para cada participante
- *Bolígrafos o lápices
- *Un sombrero o bolso por la terceraejercicio

Desafíos:

Pueden surgir conflictos entre los participantes durante este ejercicio. Es necesario estar bien preparado para hacer frente a tal situación.



25. No seas tímido

Palabras clave:

Comunicación; participantes tímidos; Ambiente de confianza

Objetivos:

- *Proporcionar a seguro y confiando medioambiente.
- *Donación Participantes la confianza a Cuota su opiniones.

Objetivogrupo:

Gruposde inmigrantes alfabetizados, pero tímidos, que hablan un idioma común.

Duración:

30 minutos

Metodología paso a paso:

1. Hable con los participantes y tal vez bríndeles un rompehielos para que se sientan cómodos en el grupo.
2. Nombre a tema eso usted haría como adiscutir.
3. Dé a los participantes lápices y papel y pídales que escriban lo que piensan sobre el tema. Pueden poner su nombre en la hoja si lo desean.
4. Coloque las declaraciones en un cuadro.
5. Lea cada declaración individualmente y anime a los participantes a discutir las.

NOTA:

El paso 5 puede excluirse si los participantes son extremadamente tímidos.

Materiales necesarios:

- * Lápices
- *Papel
- *Caja
- * Rompehielos (Opcional)

Desafíos:

Algunos de los participantes aún pueden ser demasiado tímidos para expresar su opinión.



26. GERENTEC ONFLICTO

Palabras

clave:

Comunicación; Prevención C o n f l i c t o

Objetivos:

- *Comprensión la causas de conflicto.
- * Resolviendo conflict exitosamente.

Objetivo grupo:

Pequeños grupos de migrantes, divididos por género. Un buen nivel del idioma de destino.es esencial.

Duración:

145 minutos

Metodología paso a paso:

1. Introduzca el tema con la ayuda de una presentación de powerpoint. La presentación debe incluir por qué surge el conflicto y cuáles son los obstáculos para la comunicación. Posibles explicaciones:
 - a) Las barreras semánticas pueden dar lugar a malentendidos; el destinatario del mensaje puede no entender correctamente lo que quiere decir el hablante.
 - b) El conflicto también puede ser causado por prejuicios, valores y actitudes individuales. Defina 'prejuicio' y demuestre que el prejuicio puede funcionar en ambos sentidos. Dar e l ejemplo de comunidades migrantes; a menudo hay prejuicios contra ellos en su país de acogida, pero las comunidades de migrantes también tienen sus propios prejuicios contra su país de acogida.

2. Realizar dramatizaciones de situaciones de conflicto, que deben ser situaciones que ellos participantes pueden identificarse. Prepare estos juegos de roles con anticipación.
3. Discuta las situaciones y los juegos de roles, señalando dónde las percepciones individuales y los prejuicios jugaron un papel en el conflicto.
4. Guíe a los participantes para que busquen soluciones por sí mismos; pregúnteles cómo manejarían el conflicto; hacerlos conscientes de sus propias habilidades de gestión de conflictos, ya sean constructivas o destructivas. Después de esta discusión, presente maneras de resolver o prevenir conflictos.

NOTA:

Si nadie quiere llevar a cabo el juego de roles, es posible leer la situación y luego continuar con la discusión. No llame al juego de roles 'un juego', ya que puede disuadir a las personas de querer hacerlo.

Materiales necesarios:

PowerPoint presentación

Desafíos:

Los juegos de roles podrían causar un conflicto real; Esté preparado para mediar si esto ocurre.



27. GATO EN EL SACO

Materiales necesarios:

Objetos bien envueltos

Desafíos:

Ninguno

Palabras clave:

Expectativas; Fantasía; Realidad; suposiciones; miedos

Objetivos:

- *Iniciar una discusión sobre expectativas y suposiciones frente a la realidad.
- *Comprensión la contraste Entre suposición y realidad.
- *Desarrollando confianza dentro la grupo.

Tobjetivogrupo:

Apto para todos los grupos y edades. También recomendado para niños.

Duración:

15 minutos (dependiente en la grupo Talla)

Metodología paso a paso:

1. Pida a los participantes que se sienten en círculo. Coloque un regalo envuelto para cada persona en el medio.
2. Cada participante coge un regalo y sin abrirlo adivina lo que hay dentro del paquete.
3. Después de 2 minutos de adivinar, permita que los participantes abran su regalo. Pregúntales si hubieran adivinado bien de qué se trataba; si hubieran esperado otra cosa; cómo se sienten acerca de su regalo.

NOTA:

Eso es posible a utilizar objetos con simbólicovalor.



28. BOLA DE FUEGO

Palabras clave:

Sentimientos; emociones; miedos; opiniones; Conflicto Resolución

Objetivos:

- *Ayudando conflictioresolución.
- *Relación comercial con emociones y miedos.
- *Reflexionar sobre una situación que nos puede afectar emocionalmente y cómo diferentes “maneras fuera” son posibles.
- *Edificio empatía dentro la grupo.

Objetivo grupo:

1 persona sola o en grupo. Adecuado tanto para adultos como para niños.

Duración:

1-3 minutos por partícipe.

Metodología paso a paso:

1. Entregue a cada participante una pelota de tenis.
2. Giro afuera laluces.
3. En un tono lento y tranquilo, diga lo siguiente:
Cierra los ojos y respira consciente y profundamente. Inhala por la nariz y exhala por la boca. Toma la pelota en tus manos y muy conscientementepercibir su superficie. ¿Qué sientes? ¿Cómo te sientes? Describa en supensamientos qué usted sentir. Pegamento todas aquellos sentimientos a la superficie de la bola.Cubrir

y llena la pelota con todos los sentimientos y sensaciones que te llegan en este momento. Relaciona esos sentimientos y sensaciones con el color; a un olor; darles un nombre. Sostenga la pelota con firmeza; controlarlo. Imagine que la pelota ahora se está calentando, cómodamente calentándose, y lentamente se calienta más y más hasta que comienza a calentarse y arder. Respira hondo, muy hondo, y.....

OPCIÓN 1 – soplar y apagar el fuego

OPCION 2 - páselo a la persona a su izquierda

OPCIÓN 3: tire el balón lejos de usted

4. Discuta los sentimientos en la superficie de la pelota; cómo se sintieron los participantes acerca de la actividad y por qué eligieron lo que hicieron con la pelota al final del ejercicio.

Materiales necesarios:

1 pelota de tenis por participante

Desafíos:

Ninguno



29. PICTOGRAMA

Palabras clave:

Rompehielos; Sentido de pertenencia; Común Terrestre

Objetivos:

- *ganando confianza y a sentido de pertenencia dentro la grupo.
- *Hablando acerca de usted mismo sin que teniendo a respuesta directo pregunta.
- *Hallazgo común terrestre con miembros de la grupo.

Objetivo grupo:

Grupos decolegas

Duración:

2-5 minutos por partícipe (Entrenador puede colocar a máximo límite)

Metodología paso a paso:

1. Pida a cada participante que elija una imagen u objeto.
2. El participante debe explicar por qué eligió esa imagen u objeto específico y su conexión con él.

NOTA:

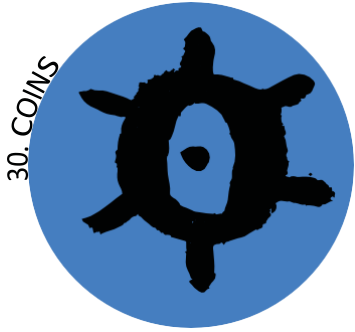
Un participante habla a la vez y los demás deben escuchar sin haciendo preguntas o agregando comentarios. No hay respuestas correctas o incorrectas. No es una conversación; se trata de escuchar lo que el colega quiere compartir. Es importante elegir imágenes u objetos que tengan algún tipo de asociación con los participantes.

Materiales necesarios:

- *Tarjetas
- *Fotos
- *Objetos

Desafíos:

Cuanto mejor se conozcan los miembros del grupo, mayor será el riesgo de que los participantes entablen una conversación y tomen más tiempo del asignado para el ejercicio. Muy buen manejo del tiempo y habilidades de moderación son esenciales.



30. MONE DAS

Desafíos:

Cuanto mejor se conozcan los miembros del grupo, mayor será el riesgo de que los participantes entablen una conversación y tomen más tiempo del asignado para el ejercicio. Muy buen manejo del tiempo y habilidades de moderación son esenciales.

Palabras clave:

Rompehielos; encontrar un terreno común; Recuerdos; Sentido de pertenencia

Objetivos:

- *ganando confianza y a sentido de pertenencia dentro la grupo.
- *Hablando acerca de usted mismo sin que teniendo a respuesta directo pregunta.
- *Hallazgo común terrestre con miembros de la grupo.

Tobjetivogrupo:

Grupos de colegas

Duración:

2-5 minutos por partícipe (Entrenador puede colocar a máximolímite)

Metodología paso a paso:

1. Cada participante debe tomar una moneda de la caja, mirar la fecha de emisión en ella y cuéntele al grupo algo que sucedió en su vida durante ese año.

NOTA:

Un participante habla a la vez y los demás deben escuchar sin haciendo preguntas o agregando comentarios. No hay respuestas correctas o incorrectas. No es una conversación; se trata de escuchar lo que el colega quiere compartir.

Materiales necesarios:

- *Caja de monedas de diferentes países con diferentes fechas, no mayores a la edad promedio de los participantes.



31. SOLO TRES PREGUNTAS

Desafíos:
ninguno

Palabras clave:

Empatía; Equipo edificio; Escuchar

Objetivos:

- * Compartir información personal.
- * Construyendo un ambiente seguro.

Objetivo grupo:

Alguna grupo eso regularmente Satisface a aprender o a trabaja juntos.

Duración:

20-30 minutos

Metodología paso a paso:

1. Divida a los participantes en parejas. El primero se presenta y responde a tres preguntas de su compañero. El compañero debe memorizar o anotar las respuestas. Intercambiar roles.
2. Presente a su pareja al resto del grupo usando esta información. Luego preséntese al grupo.

NOTA:

Las tres preguntas también pueden ser personales, por ejemplo, '¿cuáles son tus fortalezas?'

Materiales necesarios:

ninguno



32. ¡DIME!

Palabras clave:

Rompehielos; Edificio Confianza; Empatía

Objetivos:

*Hallazgo afuera cómo alguien De Verdad siente.

*Haciendo gente sentir eso su sentimientos están importante.

Objetivo grupo:

Uno a uno o pequeños grupos de personas que se reúnen regularmente. Está especialmente recomendado para grupos online.

Duración:

5 minutos

Metodología paso a paso:

1. Antes de comenzar una sesión de capacitación o taller, diga a cada participante 'dime cómo estás' o 'dime cómo ha sido tu semana'. Permítales hablar sin interrupción.
2. Después de que cada participante haya tenido la oportunidad de decir cómo se siente realmente, comience la sesión de capacitación o el taller.

NOTA:

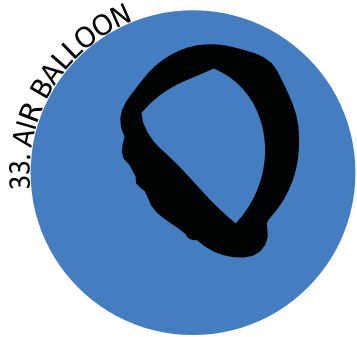
La pregunta debe formularse sistemática y conscientemente antescada sesión. Les da a los participantes la confianza de que sus sentimientos se toman en serio, lo cual es esencial para aprender de manera efectiva.

Materiales necesarios:

ninguno

Desafíos:

El formador debe ser muy bueno en la gestión del tiempo. El riesgo es que la discusión de los problemas personales se prolongue demasiado.



33. GLOBO

Palabras clave:

Conseguir Listo a trabaja; Rompehielos; Motivación

Objetivos:

- * Crear una relajada, cómoda atmósfera.
- * Descartar tensión y negativos pensamientos.

Tamaño del grupo:

Algunos grupos pero no gente que haya sufrido de traumáticos eventos.

Duración:

5-10 minutos

Metodología paso a paso:

1. Pida a los participantes que busquen un espacio en la sala y se paren allí.
2. Contar ellos a cerca sus ojos y concentrarse en su respiración.
3. Dígalos que imaginen un globo gigante. Deben imaginarse llenándolo con todos sus problemas, tensiones y malos pensamientos.
4. Después de 2 minutos, dígalos que el globo imaginario está lleno de todo su "equipaje negativo". Deberían dejar que el globo flote lejos.
5. Invitar a los Participantes a abrir sus ojos. El principal taller o la sesión de entrenamiento ahora puede comenzar.

NOTA:

Este ejercicio también se puede hacer separando temas o pensamientos en globos diferentes. En el caso de personas con discapacidad visual, recomendamos

describiendo el globo sin que mencionen colores.

Materiales necesarios:

Habitación larga y ventilada

Desafíos:

Existe el riesgo de despertar de un trauma pasado. No utilice esta actividad con personas que se sabe que han sufrido un trauma



34. LIMPIEZ A RADICAL

Palabras clave:

Equipo edificio; Toma de decisiones colectiva

Objetivos:

- *Fomentando equipo espíritu y colectivo Toma de decisiones.
- *Establecer confianza.
- *Ser capaz a colaborar efectivamente.

Tobjetivo grupo:

Grupos de todos los siglos

Duración:

Esto varía según el tamaño del grupo y la actividad de limpieza elegida.

Metodología paso a paso:

1. Discuta con el grupo lo que necesita ser limpiado. Tome un voto.
2. Planifique la actividad de limpieza democráticamente, por ejemplo, quién es responsable de limpiar qué área, quién debe supervisar la limpieza, etc.
3. Realizar la actividad de limpieza.

NOTA:

Este ejercicio se puede llevar a cabo de diferentes maneras y en lugar de limpieza, el grupo podría cocinar algo juntos, construir algo, organizar una habitación, etc. El punto principal es realizar una actividad juntos que el grupo ha planeado en conjunto.

Materiales necesarios:

- *Limpieza productos
- *Escoba
- *Aspirador/limpiador
- *Plumero etc.

Desafíos:

Eso puede ser difícil a comprometer todos persona en a grupo en la limpieza actividad. El caos podría surgir si todas las decisiones no se acuerdan colectivamente.



35. CÍRCULO DE NACIONES

Palabras clave:

Donación Comentario; Conflicto Resolución; resolución de problemas; autoexpresión

Objetivos:

- *Fomentando democrático y participativo problema resolviendo
- * Disolución jerarquía
- *Permitiendo todas Participantes a Rápido ellos mismos y su opinión
- *lento y sin dolor conflictore soluciones

Objetivo grupo:

Grupos de adultos jóvenes maduros y adultos que se conocen y que están experimentando conflictos dentro de su grupo. La madurez emocional es esencial. También recomendado para grupos de personas que trabajan en un sistema jerárquico que no permite la expresión abierta de sentimientos y opiniones. No apto para niños o adolescentes.

Duración:

30 – 180 minutos dependiendo del tamaño del grupo, qué tan bien se conocen los participantes y el nivel de conflicto existente.

Metodología paso a paso:

1. Pida a los participantes que se sienten en círculo. Dígales que se sienten cómodamente porque el ejercicio podría ser bastante largo.
2. Espectáculo la conversacional objeto a la grupo.
3. Explique las reglas del juego:

- A) Sólo puede hablar la persona que tiene el objeto en sus manos.
 - B) Pase el objeto de persona a persona en orden secuencial; nadie puede estar Excluido.
 - C) Nadie es permitido a interrumpir.
 - D) Nadie puede abandonar el círculo hasta que el objeto se haya pasado a todos.
4. Entregue el objeto a la primera persona, quien luego comienza la ronda expresando sus pensamientos, sentimientos y comentarios sobre la situación de conflicto.
 5. Permita que el objeto continúe pasándose por el grupo hasta que se resuelva el conflicto.

Nota:

La primera ronda suele ser de protestas y reclamos; el segundo y el tercero son de exposición la causa de la problema y de la cuatro ronda, allées resolución del problema. Se debe permitir que este proceso se desarrolle por sí mismo, sin intervención. Es fundamental que se respeten todas las normas anteriores.

Materiales necesarios:

- * objeto bonito y robusto
- *Sillas o asientos que permitan a las personas sentarse cómodamente en círculo durante mucho tiempo
- *No telefonos o comunicación dispositivos están permitido en la círculo

Desafíos:

Algunos participantes pueden no respetar las reglas y pueden intimidar a algunos de los Participantes. Una jerarquía inflexible que no permita comentarios o críticas podría sabotear la actividad. Podría haber violentos estallidos de emoción.



36. BOLAS ESTRATÉGICAS

Palabras clave:

organizando la Trabaja Agenda; Participantes'Expectativas

Objetivos:

* Idear a curso / taller / capacitación sesión eso Satisface la necesidades y expectativas de los participantes.

*Evaluando la logro de la objetivos de la curso.

Objetivo grupo:

Apto para todo tipo de grupos, incluidos los niños.

Duración:

15 – 30 minutos, dependiente en la tema y la reacción de la grupo

Metodología paso a paso:

1. Explique que solo la persona que sostiene la pelota puede hablar. cuando recibenla pelota, cada participante debe presentarse y decir lo que suexpectativas son para el curso/taller/sesión de capacitación.
2. Dar la pelota a un participante. Una vez que hayan terminado de hablar, deben lanzar o pasar la pelota a otra persona. Repita esto hasta que todos hayan hablado.
3. Escribe abajo la principal puntos en la voltear gráfico ojunta.
4. Después todo el mundo posee hablado, mostrar la plan por la taller / capacitaciónsesión / curso y señalar cómo se pueden cumplir las expectativas de los participantes. Si es posible, cambie el plan para incluir los puntos planteados por los participantes.

NOTA:

Esta es también una oportunidad para indicar claramente qué expectativas no se cumplirán. Además, este ejercicio ofrece la posibilidad de evaluar, al final del evento, en qué medida se cumplieron satisfactoriamente las expectativas de los participantes.

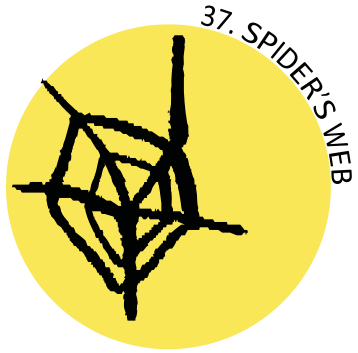
Materiales necesarios:

*Una pelota de tenis

*Rotafolio

Desafíos:

Los participantes pueden expresar demasiadas expectativas ajenas al tema que ha preparado el formador. Esto crea frustración en el grupo y es desmoralizador para el capacitador si no puede ajustar su programa.



37. TELARAÑA

Palabras clave:

Participación; Diálogo; Creatividad

Objetivos:

*Alentador todas Participantes de Talleres de trabajo y seminarios a participar en adiscusión.

*Visualizante la comunicación transportado afuera durante la discusión.

Objetivo grupo:

Apto para todo tipo de grupos, incluidos los niños.

Duración:

15 – 30 minutos

Metodología paso a paso:

1. Pida a los participantes que se paren en un círculo.
2. Introduzca el tema mientras sostiene un ovillo de lana. Explique que cada persona debe sostener el ovillo de lana al hablar. Si alguien quiere hablar, la persona que está hablando en ese momento debe arrojarle el ovillo de lana mientras sostiene el extremo de la lana.
3. Al final de la discusión, observe la 'telaraña' de lana y discuta esta conexión visible y comunicación entre los participantes.

Materiales necesarios:

Un gran ovillo de lana.

Desafíos:

Ninguno



38. ESMALTE DE UÑAS

Palabras

clave:

Personal Límites; El respeto; Dicho "No"

Objetivos:

*Reconociendo y respecto a personal límites.

*Ser capaz de decir 'no'.

*Respecto al espacio personal, el gusto y las opiniones de los demás y la expresión de los nuestros.

Objetivo grupo:

Apto para todo tipo de grupos, incluidos los niños.

Duración:

15 minutos

Metodología paso a paso:

1. Al comienzo de un taller o sesión de capacitación sobre límites personales, dejar la caja de esmalte de uñas de diferentes colores en un lugar visible. No lo menciones ni hagas referencia a él.

2. Realizar el taller o sesión formativa, que incluye una reflexión sobre la importancia de decir 'no' a algo que te incomoda y cómo escuchar y aceptar el 'no' de los demás.

3. Explique a los participantes que ahora van a realizar un ejercicio. Cada persona deberá elegir y llevarse uno de los esmaltes de uñas de la caja. Debe ser el que más les guste.

4. Cuando cada participante tenga una botella en sus manos, pídeles que la abran y pinten las uñas de la persona a su derecha.

NOTA:

Él reacciones voluntad ser inmediato y espontáneo. Mayoría gente voluntad negarse, utilizando argumentos variados.

Materiales necesarios:

A caja que contiene aproximadamente 25 botellas de de diferentes colores clavopolaco.

Desafíos:

Aunque los participantes no deberían pintarse las uñas unos a otros, algunos participantes pueden considerar el ejercicio como "invasivo".



38. AROS DE HULAHO P

debería representar la distancia ellos desear a mantener Entre ellos y

Palabras clave:

Personal Límites; El respeto; Viviendo Juntos

Objetivos:

- *Reconocer y respetar los límites personales y cómo coexistir dentro de ellos.
- *Respetar el espacio personal de los demás.

Objetivo grupo:

Apto para todo tipo de grupos, incluidos los niños.

Duración:

10 minutos

Metodología paso a paso:

1. Preséntese normalmente al grupo mientras sostiene un hula hoop a su alrededor. Pida a los participantes que digan sus nombres. Luego, presente el horario del día mientras camina por la habitación. No haga ninguna referencia al hula hoop.
2. Después de unos minutos, diga 'hoy, como todos los días, me he ido de casa con mis límites personales. Simplemente decidí hacerlos un poco más visibles.
3. Pregunte a los participantes si han traído consigo sus límites y compruebe si pueden ver los límites de los demás participantes.
4. Pida a los participantes que elijan un hula hoop. El diámetro del que elijan.

alguien más. Aclare que esta distancia no es fija ni permanente y depende de la situación y de las personas involucradas.

Materiales necesarios:

Aros de hula hop en diferentes tamaños.

Desafíos:

Los participantes pueden reaccionar fuertemente contra el contacto físico o el distanciamiento.



39. CONTORNOS

Materiales necesarios:

- *Hojas de papel 2m x1.5m
- *Artesanía material (a Decorar la Auto retrato)
- *Marcador plumas

Desafíos:

Algunos participantes pueden necesitar mucho tiempo para completar su autorretrato, mientras que otros pueden no disfrutar el ejercicio y completarlo rápidamente.

Palabras clave:

Identidad; Sentimientos; Creatividad

Objetivos:

- * Expresando autopercepción.
- *Reflejando en Auto imagen y autoestima.
- *Expresar lo que consideras característico de tu persona física.

Objetivo grupo:

Apto para todo tipo de grupos, especialmente mujeres y niños.

Duración:

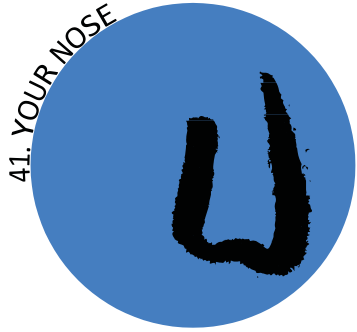
45 minutos

Metodología paso a paso:

1. Entregue a cada participante una hoja de papel y divida el grupo en dos.
2. Uno partícipe mentiras en la papel en su favorito posición. Su compañero dibuja alrededor de ellos con un rotulador. Cambiar roles.
3. Los participantes tienen 15 minutos para trabajar solos y dibujar un autorretrato con su propia silueta.
4. Cada participante se para al lado de su autorretrato. Los otros participantes pueden mirar pero no comentar. Es posible hablar de su propio autorretrato.

NOTA:

El autorretrato no tiene que ser una imagen realista y puede ser humorístico o abstracto. Es posible decorarlos utilizando los materiales artesanales provistos.



40. TU NARIZ

Palabras clave:

Consciencia; Relajación; Armonía

Objetivos:

- *Relajante en preparación de o después teniendo transportado afuera a Estresante tarea.
- *Ser capaz a lograr interno tranquilidad y enfocar.
- * Crear un ambiente relajante.

Objetivo grupo:

Apto para todo tipo de grupos, incluidos los niños.

Duración:

15 minutos

Metodología paso a paso:

1. Pedir la Participantes a sentar o poner abajo en lapiso.
2. Diga lo siguiente, lenta, clara y suavemente:
Mientras está sentado o acostado, coloque su mano sobre su plexo solar e inhale de tal manera que su mano se mueva hacia arriba y hacia abajo. Respira hacia tu vientre y no hacia tu pecho. Deja caer los hombros, relaja la mandíbula, endereza la espalda y coloca la lengua en el paladar. A continuación, mantenga cerrada una fosa nasal con el pulgar e inhale, luego mantenga cerrada la otra fosa nasal con el dedo índice y exhale".
3. Repetir la ejercicio, alterno la inhalando y exhalando fosas nasals.

NOTA:

Este ejercicio no es fácil de guiar. Es necesario preparar y practicar las palabras y el tono de voz con antelación.

Materiales necesarios:

- *Yogaesteras
- *Cojines
- *Sillas

Desafíos:

A algunas personas les resulta difícil cerrar los ojos o relajarse adecuadamente si no hay confianza entre los participantes.



41. RESPIR A TUS PENSAMIE NTOS

Palabras clave:

Balance; Consciencia; Relajación; Armonía; Enfocar

Objetivos:

*Terminar una reunión o sesión en paz y armonía con los compañeros.

*Comprensión la importancia de internopaz.

Objetivo grupo:

Apto para todo tipo de grupos, incluidos los niños.

Duración:

15-20 minutos

Metodología paso a paso:

1. Pida a los participantes que busquen un lugar en la habitación donde se sientan cómodos. Pueden sentarse, pararse o acostarse.
2. Oscurecer la habitación si es posible.
3. Dígales a los participantes que cierren los ojos y respiren profundamente, permitiendo que todos sus pensamientos pasen a su lado, como nubes.
4. Pídales que realicen un "escaneo corporal", comenzando por la cabeza y bajando hasta los dedos de los pies. Hablar despacio, claro y armónicamente nombrando las partes del cuerpo.
5. Dígales a los participantes que sientan/perciban lo que cada parte de su cuerpo les está diciendo, sin juzgar. Pídales que elijan uno de los pensamientos, uno que sea

negativo o intenso – y a permitir este pensamiento a venir a la primer plano.

6. Dígales a los participantes que sigan respirando profundamente mientras imaginan colores cálidos y claros y exhalan colores más fríos y nítidos y permiten que los malos pensamientos se vayan; para llevar.

Materiales necesarios:

*Yoga estereras

*Cojines

*Sillas

Desafíos:

Alguno gente encontrar eso difícil acerrar los ojos o relajarse adecuadamente si no hay confianza entre la Participantes.



42. UN NUEVO NOMBRE

Palabras clave:

Ideales; Role modelos; Valores; Identidad

Objetivos:

- * Reflexionar sobre qué o quién te gustaría ser: qué fortalezas te gustaría tener.
- * Reflexionar sobre metas y valores personales.
- *Uniendo la grupo y estimulantetrabajo en equipo.

Tobjetivogrupo:

Para todo tipo de grupos y para particulares, incluso en un contexto terapéutico

Duración:

1- 3 minutos por participante

Metodología paso a paso:

1. Pida a los participantes que tomen el nombre de su amigo/familiar/personaje de programa de televisión/colega favorito... y que representen el papel de esta persona; asumir su identidad.
2. Pídeles que reflexionen sobre lo que les gusta de esta persona y qué cualidades suyas les gustaría tener. Explique que les permite convertirse en personas nuevas y encarnar nuevas habilidades y potencial. Esta "nueva" persona puede aprender mejor y funcionar con mayor eficacia.
3. Participantes debería contar la grupo brevemente quién ellos eligió a ser y por qué.

NOTA:

En lugar de pedir a los participantes que elijan un nombre, pueden elegir un animal que admiren y "convertirse" en ese animal.

Se puede pedir a los participantes, en el caso de un grupo en el que los participantes se conocen, que adopten el nombre de un colega y que asuman sus fortalezas y virtudes. En este caso, es un ejercicio muy empoderador para el participante cuyo nombre es "prestado" porque puede ver cómo lo perciben sus compañeros y este reconocimiento reafirma sus fortalezas personales.

Materiales necesarios:

Ninguno

Desafíos:

Ninguno



43. LA HISTORIA DE MI NOMBRE

Palabras clave:

Grupo cohesión; narración de cuentos; Empatía; Rompehielos

Objetivos:

- *Intercambio personal información a generar grupo cohesión.
- *Hallazgo común terrestre con gente quién aparentemente tener nada en común.
- *Recordando difícil nombres.

Tobjetivogrupo:

Grupos de adultos, preferiblemente de diferentes orígenes culturales. No se recomienda para niños pequeños.

Duración:

2-3 minutos por persona

Metodología paso a paso:

1. Pedir la Participantes a escribe su nombre en un individual trozo depapel.
2. Cada persona debería introducir ellos mismos y ellos debe pronunciar sunombre claramente.
3. Pregunte a cada participante el significado y el origen de su nombre, por qué sus padres lo eligieron y si les gusta o no su nombre.

NOTA:

Las preguntas no son intrusivas, lo que permite a los participantes explicar tanto o tan poco como quieran. Explique a los participantes que el nombre es parte esencial de nuestra identidad y hablar de nuestros nombres nos permite hablar de nosotros mismos.

Materiales necesarios:

- *Papel
- * Lápices

Desafíos:

El riesgo es que algunos participantes hablen demasiado. Se recomienda ponerse de acuerdo con antelación el tiempo máximo que cada participante podrá hablar.



44. SEAMOS CREATIVOS

Palabras

clave:

Relajante; Creatividad; Conociendo a los miembros del grupo

Objetivos:

- * Expresando usted mismo mediante creatividad.
- * Búsqueda de nuevas ideas e innovación.
- * Conseguir a saber la otro miembros de la grupo en a relajante, creativomanera.

Objetivo grupo:

Grupos de adultos o jóvenes.

Duración:

60-120 minutos

Metodología paso a paso:

1. Coloca los recursos de manualidades en una mesa central y prepara mesas o espacio para que los participantes trabajen. P o n m ú s i c a d e f o n d o r e l a j a n t e .
2. Invite a los participantes a explorar los recursos y elegir los que les atraigan. Con estos recursos, pueden construir su 'obra de arte' que los representa o quiénes son.
3. Al final del tiempo, cada participante debe presentar su trabajo y los demás participantes pueden observarlo, hacer preguntas o hacer comentarios.

Materiales necesarios:

Abundante montos de

- * Pintura
- * Pinceles
- * Lana
- * Agujas
- * Lápices
- * Marcador plumas
- * Papel
- * Arcilla
- * Alguna otro artesanía material

Desafíos:

Algunos participantes pueden reaccionar diciendo “No soy un artista” o “Soy muy malo en esto”. Debes dejar claro que el ejercicio no se trata de ser artista, sino se trata de producir algo que te represente.



45. FECHA DE VELOCIDAD

Palabras clave:

Rompehielos; Llegar a conocer unos a otros; Trabajo en equipo

Objetivos:

*Donación Participantes la oportunidad a conseguir a saber cada otro en a ambiente relajado.

* Permitir que cada participante sea considerado como un individuo, no simplemente como parte del grupo

Tobjetivogrupo:

Grupos de personas que no se conocen. Apto para todas las edades.

Duración:

30 minutos (para un grupo de 12 personas)

Metodología paso a paso:

1. Invite a los participantes a salir de la habitación normal e ir a la otra habitación o espacio al aire libre.
2. Pedir la Participantes a introducir ellos mismos a cada colega.
3. Deben decir su nombre y luego cada colega puede preguntarles unopregunta, a la que responden. Luego le hacen una pregunta a cada colega.
4. Oferta la Participantes abebida.

NOTA:

Es imperativo que la actividad se desarrolle en una sala o espacio al aire libre no asociado al lugar de trabajo habitual o sala de formación. La actividad debe realizarse antes del trabajo o de la sesión de formación.

Materiales necesarios:

*Café Té

*Otrobebidas

*A habitación o exterior espacio fuera de la normal aula /lugar de trabajo

Desafíos:

La gestión del tiempo es importante para que cada persona tenga suficiente tiempo para hablar y para disuadir a alguien de hablar demasiado, apoderándose así de la actividad.



46. BABEL

Materiales necesarios:

Ninguno

Desafíos:

Ninguno

Palabras clave:

Comunicación; Tomando vueltas Discurso; Escuchar; Rompehielos

Objetivos:

*Experimentando qué sucede cuándo todo el mundo negociaciones y Ninguno escucha

* Presentando a tema en a divertida, inusualmanera

Tobjetivogrupo:

Todos los grupos. Apto para todas las edades.

Duración:

15- 20minutos

Metodología paso a paso:

1. Pedir uno partícipe a estar de pie hasta y decir algo acerca de sudía.
2. Invite a una segunda persona a empezar a hacer lo mismo, mientras la primera todavía estádiscurso.
3. Invite a la tercera persona a hacer lo mismo, mientras los otros dos siguen hablando, y así sucesivamente, hasta que cada participante hable al mismo tiempo.
4. Después de unos 30 segundos de que todos hablen, aplaude. A continuación, los participantes deben guardar silencio.
5. Pregunte a los participantes sobre lo que decían sus colegas. ¿Cuánto entendieron? ¿Entendieron algo?

NOTA: esta actividad también se puede utilizar para introducir un tema. En este caso, cada participante debe hablar continuamente sobre el tema en lugar de

sobre su día.



47. INTRODUCCIONES CON UNA DIFERENCIA

Palabras

clave:

Idioma curso; Rompehielos; Confianza Aumentar

Objetivos:

- * Animar a las personas a hablar entre sí.
- * Revisando vocabulario.
- * Habilitación gente a hablar quién no como a hablar acerca de personal temas

Objetivo grupo:

Todos los grupos de personas, especialmente como parte de un curso de idiomas.
Apto para todas las edades.

Duración:

15- 20 minutos

Metodología paso a paso:

1. Pedir la Participantes a escribe respuestas a la siguiendopreguntas:
 - a) nombra un tipo de fruta
 - b) elegir a número de 1-6
 - c) usando la número usted tener elegido, escribe eso número devegetales
 - d) escribeun lugar en el que no te gustaría vivir
 - e) escribe su sueño trabajo
 - f) escribe a trabajo usted haría no como atender
2. Una vez que los participantes hayan respondido todas las preguntas, dígales que la fruta eligieron es su apellido; el número y los nombres de las verduras son los

número de hijos que tienen y sus nombres; vives en el lugar donde no te gustaría vivir; su esposa/esposo tiene el trabajo de sus sueños; el trabajo que no te gustaría es tu trabajo.
3. Pida a los participantes que caminen por la sala presentándose a los demás participantes utilizando esta información.

Recursos necesarios:

- * Papel
- * Lápices

Desafíos:

Ninguno



48. EXPRESIONES LOCALES Y MODISMOS

Recursos necesarios:

- *Pizarra o largo hoja de papel
- *Marcador plumas

Desafíos:

Ninguno

Palabras clave:

Comunicación; Evitando Malentendido; multicultural

Objetivos:

- *Mejorando conocimiento de la objetivoidioma.
- * Estableciendo bueno comunicación entre la Participantes.

Tobjetivogrupo:

Grupos de hasta 10 personas de diferentes culturas que estén dispuestas a compartir sus ideas y experiencias. Un buen conocimiento del idioma de destino es importante.

Duración:

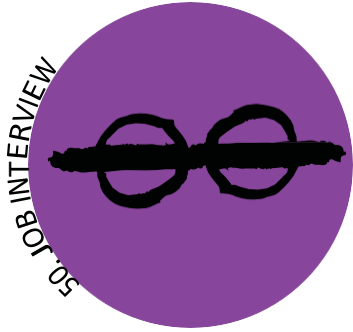
30 minutos.

Metodología paso a paso:

1. En una pizarra o en una hoja grande de papel, escriba expresiones y modismos que puedan ser difíciles de entender.
2. Explique la sentido de estas expresiones y modismos.
3. Pida a los participantes que digan si estas expresiones y modismos existen en su lengua materna y explicar cómo expresarían su concepto.

NOTA:

El objetivo más importante de este ejercicio es permitir que los participantes se comuniquen entre sí.



49. ENTRE VISTA DE TRABAJO

Recursos necesarios:

- *Papel
- *Plumas

Desafíos:

Ninguno

Palabras clave:

Trabajo Entrevista; Integración; Role To car

Objetivos:

- *Edificio auto confianza.
- * Practicar las habilidades necesarias para una entrevista de trabajo.

Objetivo grupo:

Grupos de hasta 10 migrantes que estén dispuestos a compartir sus ideas y experiencia. Un buen conocimiento del idioma de destino es importante. Es necesario tener un número par de participantes.

Duración:

40 minutos.

Metodología paso a paso:

1. Pida a los participantes que se sienten en círculo y hablen sobre sus estudios, intereses y habilidades laborales y experiencia.
2. Divídalos en parejas; uno desempeñará el papel de reclutador y el otro como trabajosolicitante. Después de unos 5 a 10 minutos, deben cambiar los roles.
3. Pida a los participantes que se sienten en círculo y discutan las dificultades que encontraron en la entrevista e intercambien consejos sobre cómo tener una buena entrevista de trabajo. Pueden tomar notas.



50. ¿CUÁLES SON TUS VALORES?

Palabras clave:

Reflexión; Valores

Objetivos:

- * Autorreflexión.
- * Intercambio ideas y experiencias.
- * Habilitación buena comunicación Entre Participantes.

Objetivo grupo:

Grupos de hasta 10 personas que estén dispuestas a compartir sus ideas y experiencias, especialmente grupos de inmigrantes.

Duración:

60 minutos.

Metodología paso a paso:

1. Pida a los participantes que se sienten en círculo. Coloque una hoja grande de papel en el medio del círculo.
2. Entregue a los participantes 2/3 de post-its. Tienen 15 minutos para reflexionar sobre los valores morales y prácticos que guían sus acciones y decisiones. Deben escribir uno en cada uno de los post-its y pegarlo en el papel en el medio del círculo.
3. Después de los 15 minutos, pida a los participantes que compartan y expliquen con el resto del grupo lo que han escrito - ¿Por qué esos valores? ¿Cómo se relacionan con sus

¿experiencia? ¿Cómo las ponen en práctica? También es posible hablar de otro valor escrito por otro miembro del grupo.

NOTA:

Al usar esta actividad con un grupo de migrantes, los valores en los que se enfocan pueden ser aquellos que desean conservar de su cultura nativa.

Recursos necesarios:

- * Hoja grande de papel
- * Post-it
- * Plumas
- * Cronógrafo reloj

Desafíos:

Ninguno



51. ENFRENTAR EL MIEDO

Recursos necesarios:

- * Post-its o pequeños pedazos de papel
- * Plumas
- * A pequeña envase
- * Cronógrafo o reloj

Desafíos:

Eso es posible eso alguno Participantes voluntad ser reacio a Cuota sumiedos

Palabras clave:

Seguro Espacio; Intercambio miedos; Práctico soluciones; superación in seguridades

Objetivos:

- * Reconocer y superar el miedo.
- * Ofrecimiento soluciones prácticas.
- * Estableciendo buena comunicación entre la Participantes

Objetivo grupo:

Grupos de personas dispuestas a participar en la discusión.

Duración:

60-70 minutos.

Metodología paso a paso:

1. Dividir la Participantes en grupos de 5-6.
2. Pida a los participantes que escriban un miedo que tengan sobre su futuro inmediato en un post-it/pequeño trozo de papel. Deles 15 minutos para hacer esto. Ellos debería luego colóquelo en el contenedor de su grupo.
3. Pida a los miembros de cada grupo que se turnen para sacar un 'miedo' del contenedor. Deben leerlo y trabajar juntos para encontrar soluciones prácticas y consejos para superar el miedo. Esto debería tomar de 40 a 50 minutos.

NOTA:

No es necesario admitir cuál es el 'miedo' tuyo. El objetivo del ejercicio es establecer un clima de confianza.



52. LENGUAJE CORPORAL

Palabras clave:

Cuerpoldioma, Gesto

Objetivos:

- *Reconociendo la cultural diferencias de cuerpo idioma.
- *Permitiendo expresión sin que idioma barreras
- *Animar conocimiento mediante juegos

Objetivo grupo:

Grupo de migrantes

Duración:

20 minutos.

Metodología paso a paso:

1. Seleccione una emoción o reacción de la preparadolista
2. Pregunte a cada participante cómo lo expresa en lenguaje corporal.
3. Comparar diferentes maneras de usar el cuerpo idioma.

Nota: La conciencia sobre la dinámica del grupo es fundamental, algunos temas pueden ser muy sensibles, si ve que los participantes están aprensivos, pídeles que seleccionen las palabras mismas.

Recursos necesarios:

- *Lista de emociones
- *Lista de reacciones

Desafíos:

Es posible que algunos participantes se muestren reacios a compartir sus emociones o estén demasiado traumatizados para evocar su pasado.



53. INTERACCIÓN LOCAL

Desafíos:

Esto puede recrear traumáticas situaciones o recuerdos.

Palabras clave:

Interacción con Local Gente, Integración, Inclusión

Objetivos:

- *Conseguir conocer el comportamiento 'normal' en el país de destino.
- *Fomentando disolución de barreras de comunicación

Objetivo grupo:

Grupo de migrantes o recién llegados a país

Duración:

10 minutos.

Metodología paso a paso:

1. Pida a cada participante que imagine una situación en su país de origen y actúe, por ejemplo, pedir información a alguien, interactuar con la policía, saludar a un amigo.
2. Mostrar cuál es la forma normal de comportarse en una misma situación en el país de destino.
3. Discutir entre el grupo las diferencias.

Recursos necesarios:

Ninguno



54. ADIVINA MI NOMBRE

Palabras clave:

Rompehielos; Introducciones

Objetivos:

*Conseguir a saber la otro Participantes

*Fomentando comunicación y complicidad en a grupo

Objetivo grupo:

Grupos de personas que no se conocen

Duración:

10 minutos.

Metodología paso a paso:

1. Pida a un participante que diga 3 características de su personalidad.
2. Pedir a segundo partícipe a intentar a adivinar la primero Participantes nombre.
3. Repetir con otro Participantes.

Recursos necesarios:

Ninguno

Desafíos:

Ninguno



55. ¡AYUDAR!

Recursos necesarios:

*Lápiz

*Papel

Desafíos:

Esto puede recrear traumático situaciones o recuerdos.

Palabras clave:

Migrantes; recién llegados; Difícil o Peligrosas Situaciones

Objetivos:

*Comprender las diferencias entre país de origen y país de destino ante una situación difícil.

*Ser capaz de utilizar señas o las palabras adecuadas para pedir ayuda.

Objetivo grupo:

Uno a uno o pequeños grupos de migrantes, especialmente los recién llegados

Duración:

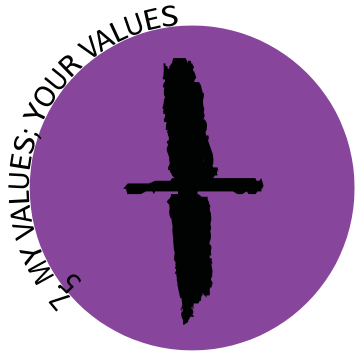
10 minutos.

Metodología paso a paso:

1. Pedir la participe a imaginar eso alguien robado ellos en la calle.
2. Pedir qué ellos haría normalmente hacer.
3. Escriba en un papel y diga a los participantes las palabras correctas para pedir ayuda o llamar a la policía.

NOTA:

Es posible usar una variedad de situaciones, como ser dañado en un accidente o caída en la calle.



56. MIS VALORES; TUS VALORES

Palabras clave:

Diferente Valores; Diferente Culturas; Tolerancia

Objetivos:

*Aclarar sus propios valores, comparándolos con los de los demás y aceptando valores diferentes a los suyos.

*Alentador la habilidad a vista su propio valores críticamente

Objetivo grupo:

Grupos de adolescentes y adultos de diferente cultural antecedentes.

Duración:

20- 30minutos

Metodología paso a paso:

1. Lea uno de los valores de la lista preparada.
2. Pedir la Participantes si ellos de acuerdo o discrepar coneso.
3. Pedir uno partícipe quién acordado y uno quién en desacuerdo a explicar sus razones.
4. Pedir ellos ambas cosas a resumir la otro de la persona razones sin que juzgarellos.
5. Discutir la encima.

Recursos necesarios:

*Una lista de valores

*Plumas

*Papel

Desafíos:

Es posible que esta actividad cause conflicto.



57. CULTURAY FUNCIONES

Palabras clave:

Género papeles; Cultura

Objetivos:

*Comprensión género papeles en la destino país.

*Reflejando en la hecho eso casi todas conducta considerado como masculino o femenino es un producto de la cultura y no inherente.

Objetivo grupo:

Pequeña multicultural grupos de adolescentes y adultos

Duración:

20- 30minutos

Metodología paso a paso:

1. Pida a cada participante que escriba en la hoja grande de papel las características y el comportamiento de hombres y mujeres en su cultura.
2. Discutirestas características y comportamientos. Explique en qué se diferencian de los del país de destino.

NOTA:

Es posible adaptar este ejercicio de las siguientes maneras:

1. Él Participantes podría crear role obras de teatro con la características descrito.
2. Podrían escribir en el papel las características y el comportamiento de las mujeres y los hombres que esperarían encontrar en el país de destino.

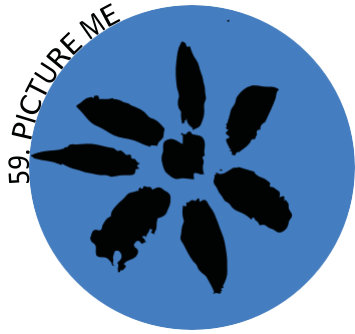
Recursos necesarios:

*Hoja grande de papel

* Lápices

Desafíos:

Los estereotipos de género pueden estar profundamente arraigados.



58. IMAGÍENME

Desafíos:
Ninguno

Palabras clave:

Rompehielos; Llegar a conocer unos a otros; Autoestima

Objetivos:

- * Reflexionar sobre cómo te ves a ti mismo.
- * Comparando diferente perspectivas

Objetivo grupo:

Grupos de adolescentes y adultos que no se conocen.

Duración:

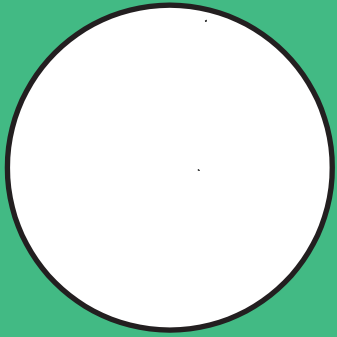
20- 30minutos

Metodología paso a paso:

1. Pida a cada participante que elija 3 adjetivos de la lista preparada con los que se identifique y los escriba.
2. Ponga a los participantes en pequeños grupos o parejas. Luego deben tratar de adivinar qué adjetivos eligieron los otros participantes.
3. Pedir ellos a reflejar en cómo la otros ver ellos y cómo ellos verellos mismos.

Recursos necesarios:

- *Papel
- *Lápiz
- *Lista de adjetivos eso afirmativamente describir nuestro personal características



HAZ TU HERRAM IENTA PROPIA

Palabras clave:

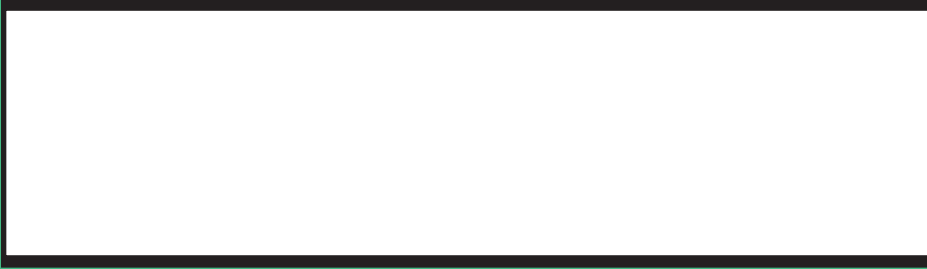
Objetivos:

Objetivo *grupo:*

Duración:

Metodología paso a paso:

*Recursos
necesitados:*

A large, empty rectangular box with a thick black border, intended for listing resources needed.

Desafíos:

A large, empty rectangular box with a thick black border, intended for listing challenges.

FinalPalabras

¿Ha accedido a esta Caja de herramientas y le ha ayudado a trabajar en su comunidad?
¡Que alegría! Eso es precisamente lo que el libro pretende hacer.

¿Aún no has encontrado lo que buscabas o has adaptado alguna herramienta a las necesidades de tu grupo? ¡Perfecto! Por favor, ayúdanos a mejorar. Sigue moviendote.

Dado que se trata de un compendio en continuo crecimiento abierto, también puede compartir sus herramientas y anotaciones con la colección. Puede compartir sus herramientas y notas usando el formulario que compartimos arriba.

La información sobre herramientas, consejos e ideas también está vinculada a la página web de MultiPLUS+ Projekt (www.multipiusprojekt.com) e incluidos en la plataforma: www.interculturaltrainingtoolbox.eu. Puede descargar todos los materiales de esta plataforma y comunicarse fácilmente con nosotros.

Imprimir

Esta caja de herramientas representa un esfuerzo colectivo entre los multiplicadores activos en el país del Consorcio MultiPLUS+. Es una colección hecha de multiplicadores a multiplicadores. Las organizaciones socias apoyaron a sus multiplicadores en sistemáticamente compartiendo y organizando sus herramientas de trabajo.

Los editores de esta edición son Mad for Europe — Gregorio Garcia, OMEGA Graz— Virginia Argarate y Nayari Castillo, y Slovevska Filantropija — Helena Liberšar.

La versión en inglés ha sido revisada y corregida por Rachel Makinson y diseñado y supervisado por Nayari Castillo-Rutz (OMEGA Graz).

Ilustraciones: helenaThummel

MultiPLUS+ es un proyecto cofinanciado por la Unión Europea en Erasmus+ 2020-2022.

La Caja de herramientas o compendio es el segundo resultado del proyecto

MultiPLUS+. El proyecto unifica cinco instituciones en 5 países europeos:







MULTIMÁS +

Inmigrante multiplicadores
ConstruirPuentes

<https://www.multiplusproject.com/>



Cofinanciado por el
programa Erasmus+
de la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.