ISALP

INVESTIGACIÓN SOCIAL Y ASESORAMIENTO LEGAL POTOSI

wfd.
Weltfriedensdienst e.V.

Juegos didácticos que promueven el enfoque de Cultura de Paz

elaborado por voluntarios y voluntarias de Paz



K'acha Kausakunapaq
Hablar y escuchar con el corazón

Juegos didácticos que Promueven el enfoque De Cultura de Paz

Autor:
K´acha Kausakunapaq "Para que Vivamos Todos en armonía"

Investigación Social y Asesoramiento Legal Potosí-ISALP
Calle: Sucre # 69

E-mail: isalp@entelnet.bo

Fijo: 62-24192

Celular: +591 78626618

INDICE

Presentación 5

El sendero de las emociones 6

Elaboración del juego 8

Pacha mamaq kausaynin tanqarina 9

Elaboración del juego 11

Dado de las emociones 12

Elaboración del juego 14

Manos unidas 15

Elaboración del juego 17

La ruleta de las emociones 20

Elaboración del juego 22

60 segundos 25

Elaboración del juego 27

Comunicación no violenta 32

Elaboración del juego 34

Chakana de las emociones 38

Elaboración del juego 40

Ponte en mis zapatos 43

Elaboración del juego 45

Piezas de un puente de cambio 46

Elaboración del juego 47

La ruleta preguntona 48

Elaboración del juego 49

Domino de valores 51

Elaboración del juego 52

Qhawakusunmanchu 53

Elaboración del juego 54

Imagínate..... 55
Elaboración del juego..... 56
¿Qué es la violencia?..... 57
Elaboración del juego..... 58

Presentación

Frente a la necesidad de contar con materiales que permita reflexionar la transformación constructiva de conflictos, la convivencia pacífica se presenta el siguiente manual de juegos didácticos con material reciclado, elaborado desde las vivencias, prácticas de los voluntarios y voluntarias de Paz durante los procesos de replicas, que permite la construcción de saberes desde el análisis y reflexión.

Se parte del juego, para abrir la mente y el corazón de las mujeres y hombres, tomando consciencia sobre la existencia del otro desde sus diferencias. De igual forma con el reciclaje, se contribuye a la utilización de materiales del medio en el que vive y la preservación de la naturaleza, el medio ambiente como aporte a la convivencia pacífica.

El manual contiene por una parte los juegos didácticos respecto a las diferentes temáticas y por otra su elaboración.

K'acha Kausakunapaq

EL SENDERO DE LAS EMOCIONES

Temática que se trabaja con el juego
Emociones y gestión de emociones

Objetivo: Comprender que en cada momento de nuestra vida expresamos diferentes emociones y que podemos manejarlas.

Duración: 1 hora

Desarrollo:



Todos los participantes forman un círculo y cada uno vota el dado, se elige a las tres primeras personas que saquen el número 1 o 6. Esas tres personas eligen un muñeco de cartón para que se mueva en el tablero. El tablero está enumerado del 1 al 21, cuando el muñeco llegue a cualquiera de los números del tablero, el facilitador o facilitadora realizara la pregunta para ese número de la hoja que tiene. Las preguntas son las siguientes:

En el 1 reflexiona sobre el consejo: "Acéptate tal y como eres".
En el 2 Responde a la siguiente pregunta ¿Quién es responsable de la emoción que sientes?; ¿por qué?, (Reflexión con todos los participantes).
En el 3 deja un consejo para todos que anime a manejar su negatividad: (reflexión con todos los participantes).
En el 4 cuelga la cara feliz en tu cuello y pon tu cara de felicidad. Ahora responde a la pregunta ¿Qué sentiste?.
En el 5 reflexiona sobre el consejo, "aprende a analizar las críticas" (reflexión con todos los participantes).
En el 6 Cuelga la cara sorprendida en tu cuello y pon tu cara de sorprendido, después responde a la pregunta ¿Qué emociones te hizo sentir?.
En el 7 reflexiona sobre este consejo: "el bienestar emocional nace dentro de uno mismo".
En el 8 responde a la pregunta ¿Qué es lo peor que puede ocurrirte? ¿Por qué?.

En el 9 cuelga la cara de enojado en tu cuello y pon tu cara de enojado, después cuenta un chiste, si son pocos los que se ríen retrocede al 6 y responde a la pregunta: ¿Por qué piensas que no se rieron?.
En el 10 reflexión sobre el consejo, "Es necesario encarar nuestros miedos para superarlos" (Reflexión con todos los participantes).
En el 11 responde a la pregunta ¿Qué emoción negativa sentiste en esta semana?, ¿Cómo reaccionaste? y ¿Qué piensas sobre esa reacción?.
En el 12 como es tu rostro cuando estas alegre, dibújalo en una hoja, ahora responde a la pregunta ¿Qué es lo que sientes al ver ese rostro?.
En el 13 que piensas sobre el siguiente mensaje: "Ahora es momento de decir y compartir lo que estas sintiendo, date permiso de respirar, pensar, llorar, reír".
En el 14 cuelga la cara triste en tu cuello y pon tu expresión triste, seguidamente comparte(si tú deseas) algo triste que te pasó.
En el 15 responde a la pregunta ¿Qué haces para liberar la emoción que estas sintiendo? (llorar, gritar, respirar etc.), ¿Por qué?.
En el 16 canta una canción triste. Después responde a la siguiente pregunta ¿Qué sentiste?.
En el 17 reflexiona sobre la frase: "Tú sonrisa es el mejor regalo que le puedes dar a alguien".
En el 18 pon tu cara de avergonzado y salta a la pata coja sin parar hasta contar 15. para finalizar responde a la pregunta: ¿Qué sentiste al poner esa cara?, si no puedes saltar sin parar retrocede al 14.
En el 19 todos los participantes ponen su rostro de pensativo y responden a la pregunta: ¿Podrían compartir alguna experiencia donde se sintieron satisfechos consigo mismos?, ¿Qué piensan sobre ello?.
En el 20 indica tres cosas que hiciste por alguien en este mes, que ahora te alegra.
En el 21 felicidades llegaste eres una gran persona que habla de sus emociones ¿Cómo te sientes?.

Recomendaciones:

*Antes de iniciar el juego, es importante reflexionar con los participantes sobre la escucha activa durante el juego, mostrar empatía con los demás, ser sinceros, sinceras sobre nuestras emociones.
*Para seguir jugando en otro momento, las preguntas pueden ser sustituidas por otras que también permitan la reflexión de las emociones y gestión de emociones.

Elaborado por: Roxana Castro Gallego
Voluntaria de Paz

ELABORACIÓN EL JUEGO



Materiales:

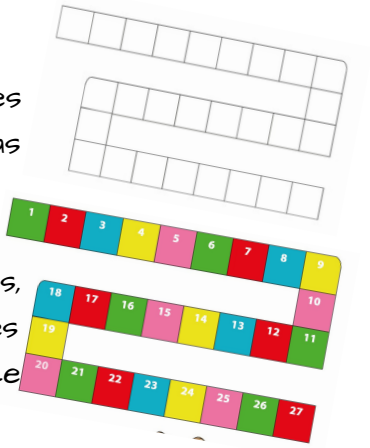
Se consideran los siguientes materiales, limpios.

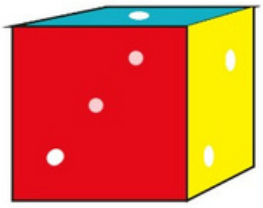
- ***Cartón**
- ***Tijera**
- ***Marcador**
- ***Cartones de papel higiénico**
- ***Bolsa de chocolates**
- ***Hojas de color usado o pintura**
- ***Tarjetas usadas**
- ***Goma Eva**
- ***Pegamento o masquín**
- ***Lana o cordón**

Tablero:

Utiliza el cartón del tamaño que tu consideres adecuado para el juego, une cada una de las piezas con masquín o pegamento de tal forma que queden como un camino.

Encima pega hojas de diferentes colores, formando casillas, donde pondrás números.(puedes reforzarlo con masquín para que no se destroce fácilmente).





Dado:

Pega cartones de tal forma que quede como un cuadrado. Encima pega hojas de diferentes colores y realiza círculos en cada una de las caras formando un dado.

Muñecos y/ muñecas:

Utiliza tres cartones de papel higiénico, seguidamente con hojas de colores dibuja los rostros, manos, pies de los muñecos y muñecas para que después sean pegados en el cartón de papel higiénico.





Caras

Corta cuatro círculos pequeños, seguidamente dibuja expresiones de alegría, tristeza, ira, sorpresa en los círculos de cartón, para finalizar ponle cordón a cada uno de los rostros de un tamaño considerable que permita colgarse en el cuello.

PACHA MAMAQ KAUSAYNIN TANQARINA

Temática que se trabaja con el juego
Valores

Objetivo: Fortalecer los valores para una convivencia armónica con uno mismo y el entorno.

Duración: 40 minutos



Desarrollo:

Todos los participantes forman un circulo con sus sillas y se sientan. Seguidamente de forma voluntaria pasan tres participantes al medio del circulo, donde se les entrega un almohadón para que se sienten y una canasta con un dado.

Para iniciar el juego cualquiera de los participantes levanta la mano y saca de la canasta de su compañero o compañera que se encuentra a lado derecho, su dado y lanza. La palabra que le salga es un valor, entonces la persona que se quedo solo con la canasta pregunta ¿Qué entiendes tú por.....?(se dice el valor), después de la respuesta, el participante que tiene la canasta complementa la definición.

Seguidamente el facilitador o facilitadora realiza una pregunta sobre el mismo valor a los demás participantes que están fuera del circulo. (Las preguntas para cada uno de los valores se encuentran abajo). Y así sucesivamente con los demás valores.

Al final se realizan las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron con la dinámica?, ¿Cuál es el aprendizaje que rescatamos de esta reflexión? y ¿Cuál será nuestro compromiso personal de ahora en adelante?.

Preguntas para la reflexión de los valores:

1.-¿Cuándo practicaron ese valor? y ¿Cómo se sintieron?.
2.-¿El valor qué se acaba de definir, es importante para una convivencia armónica? y ¿Por qué?.
3.-Den un ejemplo sobre el valor que acaban de escuchar.
4.-¿En qué situaciones practicamos ese valor?.

5.-El valor que se acaba de definir, ¿Permite abrir el diálogo? y ¿Por qué?.
6.-En la familia ¿Cómo practicamos ese valor?.
7.-¿Qué actitud asumimos cuando se nos presenta la oportunidad de practicar el valor que se acaba de definir?.
8.-¿En la calle alguna vez vieron practicar ese valor? y¿Cómo se sintieron?.
9.-¿Cómo reaccionarían ante un conflicto, teniendo presente ese valor?.
10.-¿Qué pasa si no se práctica ese valor? ¿Entonces como debemos actuar ante esa situación?.
11.-¿Qué sugieren para poner en práctica ese valor?, ¿Lo practican o pondrán en práctica? y ¿Por qué?.
12.-¿En la ultima semana practicaron ese valor? y ¿Cómo se sintieron?.
13.-En este momento están presenciando una pelea, ¿Qué harían para que se aplique ese valor en esta situación?.
14.-Van pasando por la calle y un señor que no conocen de repente les saluda, ¿Cómo reaccionarían de acuerdo con el valor que se acaba de definir?.
15.-Escuchan a alguien decir que se encontró un reloj en el piso de la casa de su amiga, de acuerdo al valor que acaban de definir ¿Cómo actuarían o qué harían? y ¿Por qué?.
16.-¿Qué harían para transformar constructivamente un conflicto, con ese valor que acaba de definir?.
17.-¿Cuándo se debe practicar ese valor? y ¿Por qué?.
18.-¿Qué debería hacer cada uno de nosotros, nosotras para practicar siempre los valores?.

Recomendaciones:

*Se puede intercambiar los roles en la participación, es decir, la persona que debería decir el valor, lo dice el grupo de participantes y la reflexión la persona que tenia que decir el valor.
*Es importante trabajar con dos o tres valores, no con los seis que tiene el dado, por el tiempo que se requiere.
*Las preguntas que se tienen para la reflexión, pueden ser modificadas para una próxima reflexión, que permita profundizar los valores y la convivencia armónica.
*Si al lanzar el dado sale el mismo valor nuevamente, se debe responder con mayor especificidad y con un ejemplo.
*Solo la persona a la que le toca debe responder, las demás deben escuchar activamente.

Elaborado por: Epifania Gaspar Nina
Voluntaria de Paz

ELABORACIÓN DEL JUEGO

Materiales:

Se consideran los siguientes materiales, limpios.

- *18 CDs utilizados
- *3 Tiras de botella plástica
- *3 Madejas de lana de colores
- *7 Mechillas de diferentes colores
- *18 Tarjetas de pre pago
- *1 Cinta adhesiva
- *Croche
- *Hoja blanca o de color utilizada
- *1Tijera
- *Tela
- *Aguja
- *Bolígrafo
- *Bolsas

Canasta:

Toma 6 CDs y une una por una grocheando con lana hasta formar una canasta. Después une las tiras de la botella de plástico a cada uno de los lados de la canasta, siendo este el agarrador que debe ser cubierta con el hilo.



Imprime o escribe con un bolígrafo la definición del valor(refuerza con yurex el papel para que no se destruya fácilmente) y en la pared de cada uno de los lados de la primera canasta, pega la definición de 6 valores: paciencia, sociabilidad, disciplina, gratitud, prudencia y sinceridad. En la segunda canasta: empatía, justicia, paz, amistad, humildad, respeto. Y en la tercera canasta: libertad, tolerancia, compasión, comprensión, honestidad y equidad.





Dados:

Pega 6 tarjetas de pre pago hasta formar un cuadrado. Imprime o escribe con un bolígrafo los valores, para cada una de las canastas. Ahora a cada uno de los lados pega los valores en cada una de las canastas. Refuerza con yurex cada uno de los dados.

Almohadones:

Corta la tela del diseño que tu quieras, con mechilla borda una frase o un mensaje en una de las caras de los tres almohadones. ahora cose al rededor del almohadón dejando un pequeño agujero donde pondrás un cierre. Rellena el interior con las bolsas plásticas hasta que quede acolchonado.



DADO DE LAS EMOCIONES

Temática que se trabaja con el juego
Emociones y supuestos

Objetivo: Reflexionar sobre las diferentes emociones que sentimos y como las manejamos, descartando supuestos

Duración: 20 a 30 minutos



Desarrollo:

Se forma un circulo con todos los participantes, a quienes se les reparte unos bolillos al azar. Las seis personas que tienen los bolillos jugaran con el dado de las emociones, que van pasando uno a uno.

El juego inicia cuando se entrega dos dados al participante, un dado contiene seis emociones y el otro seis palabras.

De igual forma se entrega una pequeña hoja junto con un bolígrafo a cada uno de los participantes del circulo, quienes tienen la tarea de observar las expresiones, comportamientos que tiene el participante que realiza la actividad.

Seguidamente se pide al participante que lance los dados, la emoción y palabra que se tenga como resultado, será la acción que realice el participante, por ejemplo: emoción= triste; palabra=bailar, entonces el participante bailara mostrando tristeza. Enseguida los participantes que observan anotan las expresiones y comportamientos.
Se realizara la misma acción con todos los participantes.

Concluida la dinámica, todos los participantes se sientan en sus lugares formando un círculo, para realizar la reflexión y análisis a partir de las siguientes preguntas.

Preguntas para la reflexión y análisis:

1.-¿Cómo se sintieron al realizar la dinámica? (todos los participantes).
2.-¿Qué pensaron y sintieron los participantes que observaron?,
¿Por qué?.

3.-¿Qué pensaron y sintieron los participantes que realizaron el juego?.
4.-Los participantes que observaron, ¿Qué comportamientos y actitudes vieron?.
5.-Los participantes que jugaron, ¿Tuvieron esos comportamientos y actitudes que dan a conocer los participantes que observaron?.
6.-Cuándo se les pidió que expresen una determinada emoción, ¿En que pensaron y sintieron en ese momento?. ¿Por qué?.
7.-En el juego se les pedía que lloren o estén tristes, ¿Pudieron manejar esa emoción?, ¿Cómo?.

A partir de ello se reflexiona sobre las emociones, gestión de emociones y supuestos.

Recomendaciones:

*Se tiene dos dados de las emociones y dos dados con palabras, es mejor trabajar solo con un dado de las emociones y palabras, para así reflexionar en otro momento o en otros espacios.
*La regla del juego es: no reírse o mostrar gestos negativos a las personas que realizan la actividad, conversar mientras se realiza el juego, ser irrespetuoso porque inhibe y no permite un buen desenvolvimiento.
*Para seguir profundizando las emociones, supuestos con el dado, puede sustituir las emociones y palabras por otras, como las preguntas para la reflexión.

Elaborado por: **Doris Ramirez Amonzabel**
Voluntaria de Paz

ELABORACIÓN DEL JUEGO

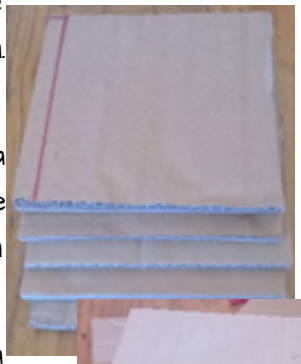
Se consideran los siguientes materiales, limpios.

Materiales:

- ***Cartón**
- ***Cartulina, papel o almanaque viejo**
- ***Hojas de color utilizadas**
- ***Colores y marcadores**
- ***Cinta o naylon**
- ***Tijera**
- ***regla**
- ***Pegamento**

Dado con las emociones:

Se realizan 2 dados de las emociones, para ello se debe cortar el cartón en 6 pedazos de 16x16 cm. cada uno.



Una vez cortado los cartones se procederán a armar los dados, utilizando el pegamento (de preferencia silicona), posteriormente forrar con papel o almanaque viejo para dar forma al dado.



Encima con papel de colores forra el dado, una vez forrado se procederá a realizar los dibujos de las emociones utilizando marcadores, colores o la impresión (las emociones deben reflejarse claramente y en toda la cara del dado). En el dado dibuja las siguientes emociones: tristeza, felicidad, asco, ira, sorpresa y miedo. En el dado 2: Agresivo, asustado, confundido, interesado, desesperado y repulsivo.



Al final refuerza el dado con masquín para que no se destroce con facilidad.



Dado con las palabras:

Realiza el mismo procedimiento que se realizo en el dado de las emociones para realizar el dado de las palabras.

El el dado 1 y 2 escribe o imprime las siguientes palabras (las palabras no deben ser en letras pequeñas): saltar, chiste, bailar, cantar, recitar y trotar.

Al final refuerza el dado con masquin para que no se destroce con facilidad.

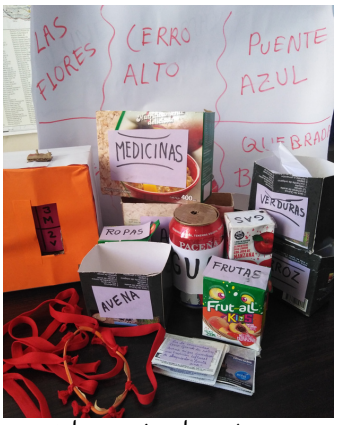
MANOS UNIDAS

Temática que se trabaja con el juego
Comunicación

Objetivo: **Identificar las necesidades desde las diferencias utilizando la comunicación basada en la complementariedad**

Duración: **50 a 60 minutos**

Desarrollo:



Se pone una mesa a lado derecho y dos al lado izquierdo, a una distancia de 5 metros cada una. En la mesa de la derecha se pondrá a cada esquina la caja con una ruleta, las tarjetas y la liga para sujetar los objetos. Los objetos se podrán al medio y son: verduras, gas, avena, casa, trabajo, agua, colegio, frutas, arroz, ropas, medicinas.
En las mesas del lado izquierdo se pondrá el mapa.
Se pide a todos los participantes que se dividan en dos grupos utilizando la dinámica 1 y 2.

Seguidamente los grupos se acercan a la mesa del lado izquierda donde se encuentra el mapa, y ahí elegirán un supervisor o supervisora que debe acercarse a la mesa del equipo contrario, quien tendrá la tarea de entregar la tarjeta y observar sin intervenir en el equipo.

El facilitador o facilitadora explica a los participantes que deben designar un representante para que vaya a girar la ruleta, por ejemplo: si en la ruleta sale 3V y 2M, quiere decir que, del equipo se elegirán a 3 varones y 2 mujeres para el primer juego.

En seguida cualquier participante del equipo elegido para el primer juego va a la mesa de la derecha, donde el supervisor o supervisora le entregara una tarjeta que llevara al equipo. En equipo darán lectura de la tarjeta en voz baja e irán en busca del objeto que necesitan llevar y poner encima del mapa.

Para ello todos los participantes deben ir a la mesa de la derecha y tomar la liga con varios cordones. Cada uno de los participantes debe sujetar solo un cordón y llevar el objeto al mapa

(en el mapa se encuentran las comunidades, para las cuales se llevan los materiales). Las reglas del juego para llevar los objetos son:
-No agarrar el cordón con ambas manos.
-No tocar el objeto con las manos.
-Al tomar el objeto, NO decir palabras como ARRIBA, ABAJO, IZQUIERDA o DERECHA, el resto de las palabras están permitidas.
Si se cae el objeto antes de llegar al mapa, se debe volver al punto de partida.
-Si el objeto cae donde no corresponde en el mapa, se puede acomodar utilizando la liga.
-Todo el equipo debe participar en el juego.
Se realiza la misma actividad hasta llevar todos los objetos al mapa.

Concluido el juego, el facilitador o facilitadora observa si las comunidades tienen lo que necesitan y después se realiza un circulo para realizar la reflexión a partir de las siguientes preguntas:

Preguntas para la reflexión:

1.-¿Cómo se sintieron durante la dinámica?(Todos los participantes).
2.-¿Como se sintieron y que observaron las personas que estuvieron como supervisores o supervisoras?.
3.-Para los jugadores ¿Cómo actuaron en el juego?.
4.-¿Cómo se comunicaron sin utilizar las palabras: arriba, abajo, izquierda o derecha?.
5.-¿Las comunidades tienen lo que necesitan? y ¿Qué sucedió?.
6.-En nuestra vida cotidiana o ante un conflicto, ¿Cuál seria la mejor forma de comunicarnos? y ¿Por qué?.
7.- ¿Se trabajo en equipo? y ¿fue fácil?.

A partir de ello se reflexiona sobre las diferencias individuales, las diferentes formas de comunicar, hombres y mujeres son un complemento que trabajan para mitigar cualquier necesidad, donde todos y el aporte que realicen son importantes.

Recomendaciones:

*Todos los materiales utilizados en el juego deben estar limpios.
*Si la cantidad de mujeres y varones es menor al mencionado en el juego, se juega con el total de mujeres o varones.
*Se puede modificar la frase de las tarjetas para reflexionar en otra oportunidad.

Elaborado por: **Ana Maria Castro Gallego**
Basilia Gallego Flores
Voluntarias de Paz

ELABORACIÓN DEL JUEGO



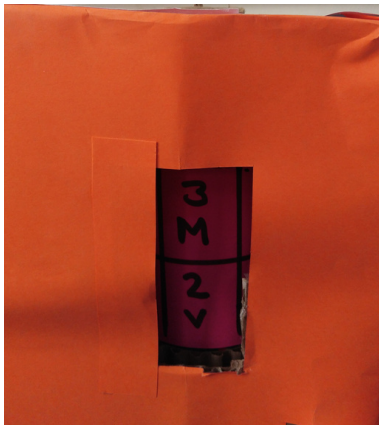
Materiales:

Se consideran los siguientes materiales, limpios.

- ***Cartón**
- ***Latas de cerveza**
- ***2 Palitos de brocheta**
- ***Tarjetas usadas**
- ***Hojas de colores**
- ***Envaces de algunos alimentos pequeños**
- ***2 Ligas**
- ***16 Cordones**
- ***Pegamento**
- ***Masquín**
- ***Marcadores**

Ruletas:

Toma dos cartones pequeños, dos latas de cerveza o maltín y palos de brocheta.



Realiza un agujero en la parte media de arriba y abajo de la lata, para después poner el palo de brocheta para que la lata gire sin ninguna dificultad.

Ahora corta dos hoja de color del tamaño de la lata para forrar la misma. Divide con marcador esas hojas en cuatro columnas, dos filas y llena el patrón como se tiene a continuación:

1v	2v	3v	4v
2M	3M	1M	4M

1v	2v	3v	4v
2M	3M	1M	4M

Pega el mismo patrón en las latas.

La caja debe ser del tamaño de la lata, en la parte de atrás de la caja realiza un agujero para meter la lata.
En la parte de adelante realiza un agujero del tamaño de un patrón, como este:

1v
2M

Después realiza un agujero en la parte de arriba, abajo de la caja y mete por ahí la brocheta que atraviese toda la lata y la caja, seguidamente en la parte de arriba y abajo de la caja refuerza la brocheta para que no se mueva con cartón, pegamento y masquín. (la lata se moverá a través del agujero que se hizo en ella).

Para finalizar pega el agujero que se hizo en la parte de atrás de la caja y forra con hojas de colores toda la caja reforzando con masquín. (La ruleta se moverá con el dedo).

Materiales:



En las cajas de jugos, avenas, latas de cerveza, maltín u otros objetos que puedas reciclar, se pondrá los siguientes nombres:

verduras, ropas, arroz, medicinas frutas, trabajo, avena, gas, agua, casa y colegio.
(solo un ejemplar de cada uno).

Reforzar los objetos con masquín para que no se destruyan con facilidad.

Liga con cordones:

Se debe tener 2 ligas y 16 cordones.
En cada una de las ligas de un diámetro considerable o cuellos de un globo grande amarra 8 cordones o hilos reforzados de 40 centímetros de largo a cada uno.



Tarjetas:



Recolecta 12 tarjetas de pre pago.
Divide las tarjetas en 2 grupos (para cada uno de los grupos) de 6 tarjetas cada una. En la parte de atrás de cada una de ellas escribe o imprime la frase para que los grupos lo analicen. Las frases son las siguientes:

Grupo I:

En la comunidad de Cerro grande les sobra avena, así que inventaron una tradición cultural de obsequiarlo a Santa Ana.	En Puente Verde su cultura tradicional es cocinar mucha comida, pues necesita gas para cocinar.	Una cultura de Santa Ana tiene la costumbre de ayudar a comunidades vecinas como Cerro Grande, con medicinas.	En la comunidad de Sumaj Wayra existe la costumbre de que un vecino a los 20 años debe ayudar a conseguir trabajo, tú eres ese vecino.
La comunidad lunes tiene la costumbre de regalar frutas. Lo necesitan.	La comunidad Arrocero tiene una fiesta cultural y necesitan más arroz para el banquete.		

Grupo2:

En la comunidad Puente Azul, hoy se prepara una fiesta cultural de verduras, necesitan verduras.

Una cultura de Rio Grande mandó a los nuevos integrantes a estudiar a Santa Anita, donde hace falta un colegio.

En la comunidad de Cerro Alto una familia necesita agua, porque en su cultura está prohibido comprar.

Una familia de Santa Anita quedaron fascinados con la cultura de Rio Grande, se quedaron ahí necesitan una casa.

La cultura de la Quebrada Brava hoy tiene un ritual donde usan muchas ropas, ayúdalos a conseguirla.

Una cultura muy curiosa de Las Flores, acostumbran recaudar arroz para el mes que viene, lo necesitan desde ahora.



Mapas:

Recicla 2 hojas de papel de un tamaño considerable para realizar mapas con marcadores. (Si deseas puedes dibujar en ella).

El mapa del grupo 1 debe tener las siguientes comunidades:

Lunes, Sumaj Wayra, Puente Verde, Arrocero, Santa Ana y cerro Grande.

El mapa del grupo 2 las comunidades de:

Las Flores, Cerro Alto, Puente Azul, Rio Grande, Santa Anita y Quebrada Brava.

Refuerza el mapa con masquín para que no se destruya con facilidad.

LA RULETA DE LAS EMOCIONES

Temática que se trabaja con el juego
Emociones y gestión de emociones

Objetivo: **Identificar las emociones que sentimos y como gestionarlas para abrir el diálogo**

Duración: **30 a 40 minutos**

Desarrollo:



Se pega en la pared un papel con las preguntas de reflexión, para que los participantes anoten las conclusiones de la reflexión realizada a partir de las preguntas.
Se pide a los participantes que formen un círculo y en medio del circulo se pone la ruleta.
El facilitador o facilitadora tendrá en sus manos una caja con tarjetas. En el anverso de las tarjetas se pone el caso y en el reverso la emoción que se encuentra en la ruleta.

De forma voluntaria se pide a una o un participante que tome la canica y la ponga en el círculo de las emociones para después hacer girar la ruleta de la parte media.

Cuando la canica se quede en una emoción, la facilitadora o facilitador debe tomar la tarjeta correspondiente a esa emoción y dársela al participante para que lo lea en voz alta.

Ahora se pide a todos los participantes que reflexionen a partir de las siguientes preguntas:
1.-¿Qué emoción sintieron al escuchar el caso? y ¿Por qué?.
2.-¿Cuál es nuestra reacción frente a este tipo de situaciones?.
3.-¿Cómo debe ser nuestra actitud o comportamiento frente a esta situación?, ¿Por qué?.

El participante que realizó la dinámica, toma el marcador y anotara las conclusiones de la reflexión realizada a cada una de las preguntas en el papel que se encuentra en la pared.
Se realiza la misma acción con todas las emociones.

Al terminar se realiza la siguiente pregunta:
¿Es posible manejar nuestras emociones?, ¿Cómo?.

A partir de ello se realiza el análisis de las emociones y la gestión de las mismas.



Recomendaciones:

*Si bien se tienen dieciséis emociones, es importante trabajar solo con cinco, así en otra oportunidad se profundizara las otras.
*Si en la ruleta sale la misma emoción, es necesario volver a lanzar la canica y hacerla girar.
*Para próximas reflexiones se pueden cambiar el caso de las tarjetas.

Elaborado por: Rogelio Ordoñez Poquechoque
Voluntario de Paz

LA RULETA DE LAS EMOCIONES

Se consideran los siguientes materiales, limpios.

Materiales:

- ***Cartón**
- ***Palo de anti cucho**
- ***Papel bom de colores**
- ***Papel bom blanco**
- ***1 tapa plastica de soda**
- ***1 Canica (pepa)**
- ***3 Silicona en barra**

Ruleta:

Toma 2 hojas de papel bom blanco y con el primer papel realiza un tubo del grosor de un lápiz de 6cm. y el otro delgado como el palo de anticucho de 9cm. Enseguida introduce el tubo delgado dentro del grueso, de tal forma que el delgado gire dentro del grueso, después asegura cada uno de los tubos con cinta adhesiva para que no se deshagan.



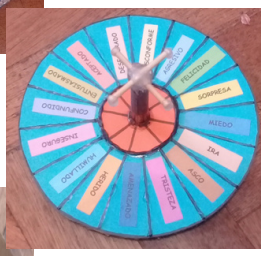


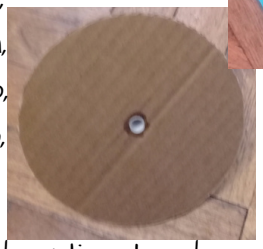
Después corta 2 discos de cartón de 19 cm.

Toma un disco de cartón del tamaño que quieras la ruleta. En el mismo disco corta otro mas pequeño, después lima el borde interno del cartón que es grande para que pueda pasar con facilidad el disco pequeño.



Ahora en el disco pequeño traza 16 líneas, encima repasa con silicona, para que las mismas queden con alto relieve. En los espacios pega las 16 emociones(felicidad, sorpresa, miedo, ira, asco, tristeza, amenazado, herido, humillado, inseguro, confundido, entusiasmado, aceptado, desesperado, disconforme y agresivo).





En la tapa realiza un agujero del grosor del palo de anticucho, después corta el palo de 9 cm, ahora mete el palo en la tapa, encima el tubo delgado de papel que se hizo, asegura con silicona para que no se mueva, 1 cm encima de la tapa pega un trozo de cartón tamaño de la tapa (servirá para sujetar el disco pequeño). Después pega la tapa en medio del disco de cartón de 19cm, no debe moverse.

Toma el disco pequeño y realiza un agujero en medio grosor de un lápiz, ahora mete el tubo de papel grueso en medio de disco pequeño al ras y pega con silicona. Encima pega un cartón pequeño forrado con hoja de color para que sujete la base, pero no debe tapar las letras de las emociones.

En la cima del papel grueso pega pequeños palos de anticucho en forma cruz, que servirá a la ruleta para girar.

Corta cartón de 10 cm de alto y forra con la hoja de color, al borde del disco de 19 cm, pega con silicona el cartón forrado. ahora mete el tubo grueso de la rueda pequeña dentro del tubo delgado de la tapa, para que gire con facilidad.

Forra la rueda grande que se había sacado de la rueda pequeña y pon el nombre de emociones. Sobre la rueda pequeña pega el borde externo de la rueda grande.

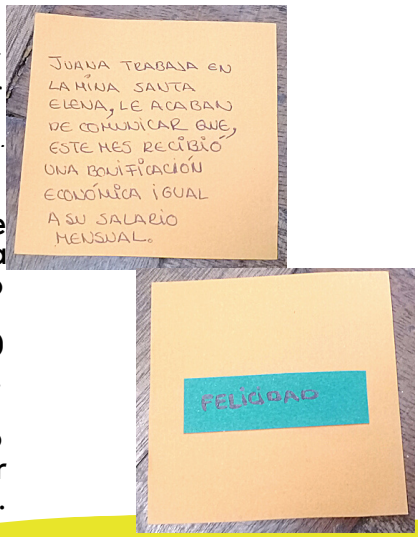


Caja para guardar las fichas:

Corta 3 trozos de cartón de 8 x 8 cm. y uno de 24 cm de alto y 8 cm de ancho. Pega cada una de las partes con silicona hasta formar una caja. En la tapa de la caja póngale un alambre y en la parte delantera de la caja un hilo para que ambos funcionen como sujetador y la caja no se habrá. En la caja se guarda todas las fichas.

Fichas:

Corta hojas de papel de colores de 6 x 6 cm. que serán las fichas, puedes imprimir o escribir en ella los 16 casos y en el reverso la emoción. Los casos y la emoción son los siguientes:



Caso 1: Juana trabaja en la mina Santa Elena, le acaban de comunicar que, este mes recibió una bonificación económica igual a su salario mensual. (Felicidad).

Caso 2: Al pasar por la calle, ves a una niña de 10 años, sin brazos tocando la guitarra con los pies. (Sorpresa).

caso 3: Tú y tu familia fueron al viaje que tanto estaban esperando. En una bajada, empieza a fallar el freno de la movilidad, se salen del camino y paran. (Miedo).

Caso 4: En la reunión de tu comunidad empiezan a conversar sobre tu falta de asistencia a las reuniones, argumentando que no te interesa las acciones que se realizan a favor de la comunidad. Por tu parte siempre aportas y contribuyes a la comunidad. (Ira).

Caso 5: De camino a tu casa, tú amigo que va junto a ti, de repente escupe al piso abundante saliva. (Asco).

Caso 6: En un juicio José que es el hijo de Lucia, le quita la casa a su madre, argumentando que la misma le pertenece por herencia. (Tristeza).

Caso 7: Juana al dejar a su niña en el Colegio, vio a un hombre extraño vigilar a los niños y niñas que entraban al colegio, ella siente una desesperación por lo que estaba viendo. (Amenaza).

Caso 8: Flora tiene una discusión muy fuerte con su amiga, su amiga le insulta y dice palabras que nunca imagino escuchar de ella. (Herido).

Caso 9: Justina es indígena y abogada de profesión, en un caso que acompañaba le ofendieron y menospreciaron por su identidad. (Humillado).

Caso 10: José fue contratado para trabajar a la empresa minera la Salvadora, en su primer día de trabajo, ingreso a la mina sin material de protección a penas llevaba un casco. (Inseguro).

Caso 11: Felicia trabaja en una repostería, la responsable informo a todas las trabajadoras que desde mañana la entrada al trabajo será una hora antes. Al día siguiente la dueña, manifiesta que el horario de ingreso es el habitual. (Confundido).

Caso 12: Tanía es miembro de la sociedad protectora de Medio Ambiente, les acaban de comunicar que recibirán apoyo económico para la ejecución de actividades dirigidas al cuidado del Medio Ambiente. (Entusiasmado).

Caso 13: Lucia es una adulta mayor que vive con sus dos hijas, las mismas la quieren, cuidan y respetan su decisiones. Licia se siente querida. (Aceptado).

Caso 14: Julio saco préstamo del banco para la construcción de su casa, ahora tiene dos meses de retraso en el pago. El banco le mando una notificación solicitando el pago, caso contrario le quitaran la casa. (Desesperado).

Caso 15: Sonia trabaja hace 5 años en una empresa de pinturas como administradora, actualmente pasa por una situación económica difícil, por lo que solicita al director un aumento de salario. El mismo acepta un aumento de 100bs. Ella por su parte no esta de acuerdo con ese monto. (Disconforme).

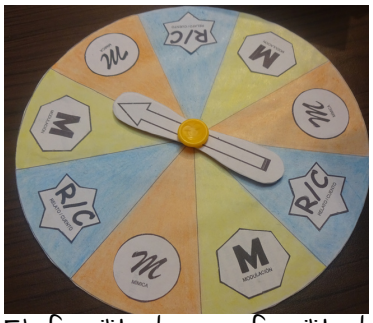
Caso 16: Clara trabaja en una panadería, a cualquier consulta que le hacen los clientes ella responde de mala forma o algunas veces ni responde. Cuando tienen un reclamo ella les ofende. (Agresivo).

60 SEGUNDOS

Temática que se trabaja con el juego
Comunicación no violenta; supuestos y emociones

Objetivo: Reflexionar sobre las emociones que expresamos y la comunicación no violenta para la construcción de espacios dialógicos.

Duración: 25 a 30 minutos



Desarrollo:

Se forma un circulo con todos y todas las participantes. Se pide que cada participante se enumere del uno al dos. Las personas que son el número uno forman un grupo y el dos otro. Cada grupo se sienta frente a frente.

El facilitador o facilitadora pone en medio de ambos grupos la ruleta. que contiene diferentes símbolos y cada símbolo hace referencia a la actividad que se debe realizar. Los símbolos son los siguientes:

M=mímica **R/C**=Relato/Cuento **M** =Modulación

Para iniciar el juego un participante de cualquier grupo hace girar la flecha. El mismo realizara la acción que se pide en el símbolo y el grupos responde las preguntas. Si los participantes del otro grupo quieren aportar, se les permite.

El facilitador o facilitadora tendrá el manual con las acciones a realizarse en cada uno de los símbolos. Para ello debe conocer las siguientes reglas:

1.-En el relato/cuento, se relata en voz alta el cuento, solo una parte sin finalizar, después se realiza las preguntas que están en el manual a los dos grupos. Para finalizar se lee la parte que falta del cuento.

2.-En la mímica, el representante del grupo debe comunicar a todo el grupo la palabra o frase con su cuerpo, estando prohibido hablar y hacer sonidos. El grupo debe adivinar la acción que se realiza. Si nadie adivina se debe dar la oportunidad al otro grupo, si tampoco adivinan el facilitador o facilitadora lo da a conocer. Seguidamente responden a cada una de las preguntas los dos grupos.

3.- En la modulación, el representante del grupo debe decir la frase solo utilizando la boca y los labios, sin emitir sonido alguno, ni mímica.

El grupo contrario contabiliza 60 segundos a partir de la lectura o instrucción dada para que el representante del grupo de la respuesta al relato/cuento, mímica o modulación.



Recomendaciones:

*Es importante que los participantes profundicen en la reflexión y sea retroalimentadas por el facilitador o facilitadora.

*Para próximas reflexiones se pueden cambiar el cuento, mímica, modulación que responda al objetivo para el cual fue diseñado este juego.

Elaborado por: **Jael Eva Cuellar Chile**
Jhordan Apaza Ojalvo
Voluntaria y voluntario de Paz

60 SEGUNDOS

Materiales:

Se consideran los siguientes materiales, limpios.

- *Hojas recicladas
- *Palo de helado
- *Tijera
- *Broche
- *Colores
- *1 Cartón
- *Silicona líquida
- *Punzón



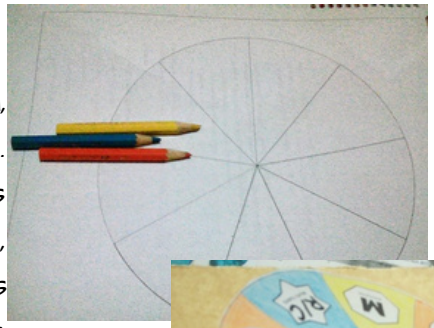
Ruleta:

Colorea a tu gusto la ruleta, diferenciada en tres colores. Encima pega cada uno de los símbolos en el color que elegiste, por ejemplo: mímica en todos los amarillos, modulación todos los rojos.

Posteriormente pegar la hoja en un cartón. Así estará la base más firme.

Materiales:

Imprime o dibuja en la hoja reciclada la ruleta, 9 símbolos diferentes (3 de relato/ cuento; 3 de mímica, 3 de modulación) y 1 flecha.







Palo de helado:

Tomando el palo de helado, perfora en medio con el punzón.

Recorta la flecha de acuerdo al diseño del palo de helado y pega la flecha en el palo de helado.

Ahora el palo de helado y la ruleta une con el broche, de tal forma que permita a la flecha girar.

Con ello ya tenemos la ruleta para el juego.

Manual del juego:

1 Relato o Cuento

Asamblea en la carpintería

Hubo en la carpintería una extraña asamblea; las herramientas se reunieron para arreglar sus diferencias.

El martillo fue el primero en ejercer la presidencia, pero la asamblea le notifico que debía renunciar. ¿La causa? Hacia demasiado ruido, y se pasaba el tiempo golpeando. El martillo reconoció su culpa, pero pidió que fuera
expulsado el tornillo: había que darle muchas vueltas para que sirviera de algo.

El tornillo acepto su retiro, pero a su vez pidió la expulsión de la lija; era muy áspera en su trato y siempre tenía fricciones con los demás.

La lija estuvo de acuerdo, con la condición de que fuera expulsado el metro, pues se le pasaba midiendo a los demás, como si fuera el perfecto.

En eso entro el carpintero, se puso el delante e inicio su trabajo, utilizando alternativamente el martillo, la lija, el metro y el tornillo.

Al final el trozo de madera se había convertido en un lindo mueble.

LEER hasta aquí y preguntar al grupo:

1.- ¿Qué mensaje nos va dejando el cuento?.

2.- ¿Cómo se comunican cada uno de ellos?.

3.- ¿Qué emoción expresaban cada una de las herramientas?.

4.- ¿Cómo actuaban cada una de las herramientas al escuchar que son expulsadas?.

tienen 60 segundos para responder a cada una de las preguntas.

Después concluir con el relato.

Cuando la carpintería quedo sola otra vez, la asamblea reanudo la deliberación. Dijo el serrucho; "Señores, ha quedado demostrado que tenemos defectos, pero el carpintero trabaja con nuestras cualidades. Eso es lo que nos hace valiosos.

Así que no pensemos ya en nuestras flaquezas, y concentrémonos en nuestras virtudes". La asamblea encontró entonces que el martillo era fuerte, el tornillo unía y daba solidez, la lija limaba asperezas y el metro era preciso y exacto. Se sintieron como un equipo capaz de producir hermosos muebles, y sus diferencias pasaron a segundo plano.

Lectura extraído del libro: "La culpa es de la vaca".

1 Mímica

Demuestra las siguientes emociones: IRA Y ASCO.

Ahora el grupo responde a las siguientes preguntas:

1.- ¿Qué sentiste cuando expresaste la emoción de ira y asco?.

2.-¿Qué sintieron las personas que presenciaron la emoción?.

3.- ¿Cómo reaccionamos generalmente cuando tenemos esta emoción? Y ¿Cómo debemos manejar esas emociones? Tienen 60 segundos para responder a cada una de las preguntas.

1 Modulación



OBSERVAR SIN JUZGAR

Ahora el grupo responde a las siguientes preguntas:

1.- ¿Cuál es la interpretación que le dan a esa frase?.

2.- ¿Por qué creen que es importante utilizarlo en nuestra comunicación? Tienen 60 segundos para responder a cada una de las preguntas.

.

2 Relato o Cuento



Fortunas del campo

Cierta vez un acaudalado padre de familia llevo a su hijo a un viaje por el campo con el firme propósito de que este viera cuan pobres eras ciertas personas y comprendiera el valor de las cosas y lo afortunados que eran
ellos. Estuvieron un día y una noche en la granja de una familia campesina muy humilde. Al concluir el viaje, ya de regreso en casa, le pregunto a su hijo:

-¿Qué te pareció el viaje?

-Muy bonito, papá!

-¿Viste que tan pobre y necesita puede ser la gente?

-Sí.

-¿Y qué aprendiste?

-Vi que nosotros tenemos un perro en casa, ellos tienen cuatro. Nosotros tenemos una piscina de veinticinco metros, ellos un riachuelo sin fin. Nosotros tenemos lámparas importadas en el patio, ellos tienen las estrellas. Nuestro patio llega hasta el muro de la casa, el de ellos hasta el horizonte. Especialmente, papá, vi que ellos tienen tiempo para conversar y vivir en familia. Tú y mi mamá deben trabajar todo el tiempo y casi nunca los veo.

Leer hasta aquí y pregunta al grupo:

1.- ¿Qué mensaje les va dejando el cuento?.

2.- ¿Qué emociones expresaba el niño y el padre?, ¿Los personajes tenían una comunicación no violenta? y ¿En qué momento?. Tienen 60 segundos para responder a cada una de las preguntas.

Después concluir con el relato:

El padre se quedo mudo y el niño agrego:

-Gracias, papá, por enseñarme lo ricos que podríamos llegar a ser.

Lectura extraído del libro: "La culpa es de la vaca".

2 Mímica

Demuestra la siguiente emoción: HERIDO O HERIDA.

Ahora el grupo responde a las siguientes preguntas:

1.- ¿Cuándo sentimos este tipo de emociones?.

2.-¿Cómo reaccionamos?.

3.-¿Cómo debemos manejar esta emoción?. Tienen 60 segundos para responder a cada una de las preguntas.

2 Modulación



ESCUCHAR CON EL CORAZÓN

Ahora en grupo, responde a las siguientes preguntas:

1.- ¿Cuál es la interpretación que le dan a esa frase?.

2.- ¿Por qué es importante llevar a la práctica esa frase?. Tienen 60 segundos para responder a cada una de las preguntas.

3 Relato o Cuento



Copos de nieve

Dos pájaros estaban posados sobre una rama, durante una nevada y se pusieron a conversar:

-Dime,

¿Cuánto pesa un copo de nieve?.

-Le pregunto el pájaro carbonero a la paloma salvaje.

-Casi nada - fue la respuesta.

En tal caso antes de irme déjame contarte una maravillosa historia

-replico el carbonero.

-Al empezar el invierno me pose sobre la rama de un abeto. No era un duro invierno, y como no tenía otra cosa que hacer, me puse a contar los copos de nieve que se iban asentando en las ramitas y en las hojas de mi tallo. Su número exacto fue 3.741.952. Cuando el último copo de nieve se depositó sobre la rama, sin que nada pasara, esta se partió.

-dijo el pájaro, y se alejó volando.

Lee hasta aquí y pregunta al grupo:

1.- ¿Qué mensaje les va dejando el cuento?

2.- ¿Qué emociones se visibiliza con frecuencia la paloma y pájaro?, ¿Por qué?.

3.- ¿Qué comunicación utilizó el pájaro? Y ¿Cuál fue?. Tiene 60 segundos para responder a cada uno de las preguntas..

Después concluir con el relato:

La paloma estuvo reflexionando un rato sobre la historia y por fin se dijo:

-Quizá solo haga falta la voz de una persona más para que la paz llegue a este mundo. Concluye con la siguiente pregunta: ¿Cuál es la interpretación que tienen sobre esta frase?.

Lectura extraído del libro: "La culpa es de la vaca".

3 Mímica

Demuestra la siguiente emoción: DESESPERACIÓN

Ahora el grupo responde a las siguientes preguntas:

1.- ¿Cómo reaccionamos cuando tenemos esta emoción?.

2.- ¿Cómo manejaríamos de forma positiva?.

3 Modulación

Cuando te dicen esta palabra:

¡PÁSAME EL LÁPIZ!

Ahora en grupo responde a las siguientes preguntas:

1.- ¿Qué sientes al escuchar esas palabras?.

2.- ¿Qué comunicación es la que se utiliza en esta frase?.

3.- ¿Cuál sería la expresión adecuada de la frase?.

COMUNICACIÓN NO VIOLENTA

Temática que se trabaja con el juego
Comunicación no violenta

Objetivo: **Promover la comunicación no violenta en nuestras relaciones interpersonales.**

Duración: **30 minutos**

Desarrollo:



El juego se iniciara después que el facilitador o facilitadora reflexione con el grupo la comunicación no violenta (CNV), donde el fin del juego es reforzar el contenido.

Seguidamente se forman dos círculos con ocho participantes hasta quince como máximo en cada grupo. Se sientan frente a frente en una mesa donde están distribuidas fichas del 0 al 7.

A 1 metro 1/2 delante de los grupos, se realiza un círculo en el piso, donde los participantes irán a exhibir la cifra.

Antes de iniciar el juego el facilitador o facitadora explica las reglas del juego:

1. Ningún participante podrá cambiar el número que le toco o cambiarse de grupo.
2. Los integrantes del juego se mantendrán en silencio, mientras responden las preguntas, caso contrario se restaran puntos.
3. Cualquier participante del grupo que sea sorprendido usando su celular para buscar información u otros fines, se sancionara al grupo.

Ya en los grupos, se repartirá a cada integrante una ficha con un número, que harán circular hasta que el facilitador o facilitadora diga alto y de a conocer un número o cifra, que inmediatamente cada grupo debe formar la cifra con sus fichas y correr al circulo para exhibir el número a la altura del torso.

Una vez que el número este formado, el facilitador o facilitadora pedirá que el grupo que no alcanzó a mostrar el número responda la pregunta que contiene la cifra. (Ver la hoja guía de preguntas y respuestas).

Si la integrante del grupo no responde adecuadamente la pregunta, se le dará la oportunidad al participante del otro grupo.

Si el grupo brindara correctamente la respuesta, el otro grupo puede también complementar.

El facilitador o facilitadora apoyara mencionando ejemplos cotidianos para contextualizar, generar la participación y reflexión de los participantes.

El grupo que mas respuestas correctas tenga, recibirá un aplauso y felicitación de todos los participantes.



Recomendaciones:

*El facilitador o facilitadora debe conocer el tema de Comunicación No Violenta.

*Es importante que los participantes profundicen en la reflexión y la retroalimentación del facilitador o facilitadora es fundamental.

*Jugar con cuidado a la hora de armar las cifras con los números, para que no existan confusiones.

*Las preguntas pueden ser modificadas y/o complementadas con otras preguntas para próximos juegos.

Elaborado por: **Daniela Astoraique Javier**
Voluntaria de Paz

COMUNICACIÓN NO VIOLENTA



Materiales:

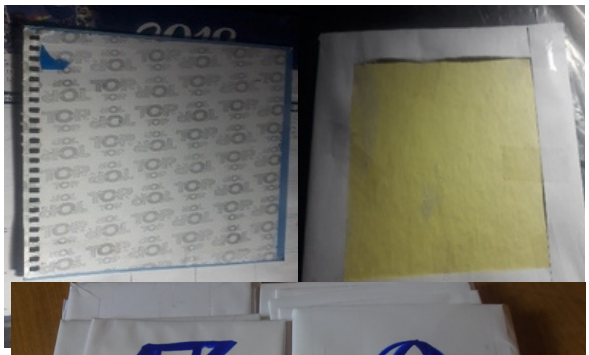
Se consideran los siguientes materiales, limpios.

***Hojas recicladas** ***Almanaques usados**
***22 tapas de cuaderno espiral de cualquier tamaño o cartones**
***1 Carpicola** ***1 Tijera**
***1 Cinta adhesiva** ***2 marcadores gruesos negros**
***Regla de 30 cm** ***1 Yurex**



Números:

Imprime o dibuja en la hoja reciclada los números del 1 al 7 dos veces y el 0 una vez.



Fichas:

Toma 15 tapas de cuaderno o cartón y córtalas de un solo tamaño.

Forra todas las tapas de cuaderno con los almanaques.

Seguidamente en la cara de la tapa pega la hoja bom, con un número, partiendo del 0 al 7.

Plastifica las fichas con yurex, esto para que las fichas tengan durabilidad.







Caja:

Toma 4 tapas de cuaderno o cartón, para armar una caja donde se puedan guardar las fichas.

Después construye la tapa con 1 forro y corta otro para hacer los bordes.

Al final con carpicola pega las hojas recicladas al borde de la caja, y con yurex embálalo como forro.

Guía de preguntas y respuestas

Las cifras y respuestas de los números serán armados de acuerdo a lo que mencione el facilitador o facilitadora, es decir, los números que mencione el facilitador o facilitadora deberá ser del 1 al 15, si se menciona el 0 es para distencionar a los participantes. Esto también evitara que se reflexionen sobre los mismos números y preguntas.

1. ¿Qué es la comunicación no violenta?

Es una herramienta que facilita la conexión con nosotros mismos y con los demás. Es otra alternativa de comunicación, para todas las personas que quieren vivir en una relación con calidad y felicidad en una Cultura de Paz.

2. ¿Cuáles son las etapas de la Comunicación No Violenta?

Son la observación, sentimientos, necesidades y peticiones.

3. ¿La observación es el primer paso de la Comunicación No Violenta: F o V. por qué?

Verdadero, porque primero debemos separar las cosas que VEMOS de lo que PENSAMOS, suspendiendo así los SUPUESTOS que tengamos, para no lastimar los sentimientos de los demás, prevenir la violencia., evitar JUZGAR y aprender a ver los HECHOS sin INTERPRETAR, ni CALIFICAR.

4. ¿Es importante saber lo que sentimos?

Sumamente importante, porque los sentimientos son ventanas para ver nuestras NECESIDADES satisfechas e insatisfechas.

5. Los sentimientos y emociones son ventanas que nos ayudan a ver nuestras necesidades insatisfechas y satisfechas. F. o V.

Verdadero.

6. ¿Alguna vez juzgaste antes de tiempo?

No, ¿Por qué crees que los demás lo hacen?.

Sí, ¿Eso cómo te hace sentir?.

La mayoría de las personas estamos acostumbrados siempre primero a juzgar a sacar nuestras propias interpretaciones sin antes saber las verdaderas razones, que obviamente no es correcto, debemos saber usar aplicar una comunicación no violenta para CONECTAR con los demás y nosotros mismos.

7. Tú eres alguien que exige o pide sus necesidades, ¿Por qué?

*Bloqueado, exige, porque significa que no acepto una respuesta negativa.

*Desbloqueado, pedir; porque significa que acepto una respuesta negativa.

8. Imagina que vivimos juntos, yo te digo lavare los platos y resulta que cuando vuelves aun ves los platos sucios ¿Cómo reaccionas?

Bloqueado; le digo que es un flojo, que no cumple su palabra, que no creeré mas en el porque es un mentiroso, etc.

Desbloqueado; pregunto ¿Qué paso, por qué los platos siguen sucios?, trato de ver los hechos en si evitando interpretaciones.

La idea es que NO SE PIENSE, pero eso no quiere decir que dejemos de pensar, sino que no PENSEMOS en una INTERPRETACIÓN PERSONAL de lo que vemos, también debemos tener en cuenta que la OBSERVACIÓN es ver los HECHOS sin AÑADIR INTERPRETACIONES, solo así podremos ver un gran cambio.

9. Saca tu celular y muestras las tres primeras fotos de tu galería al otro grupo.

Pedir al grupo contrario describir las imágenes (Se busca ver la reacción del grupo contrario y las primeras palabras que pudieran manifestar).

Bloqueado; juzgar sin saber los verdaderos motivos de la imagen y sacando sus propias interpretaciones.

Desbloqueado; decir con 3 palabras lo que ven sin interpretaciones personales.

Concluida la participación del grupo, se pedirá al dueño de las imágenes a explicar el origen de la imagen.

10. Yo solo les hablo a mis padres para pedirles ayuda económica u otra cosa. ¿Por qué?

Bloqueado; SI. Porque es su deber, porque dependo de ellos.

Desbloqueado; No, porque tengo una buena comunicación y buena relación con ellos.

Para usar bien la herramienta de la comunicación no violenta, es necesario antes saber comunicarnos con los demás, con nuestros seres queridos más cercanos como lo son nuestros padres, saber conectar con ellos para tener una buena relación. Con esto buscamos conocer los sentimientos y respetar las necesidades de los demás, en este caso de nuestros padres.

11, ¿En una discusión de pareja quien debe ceder?, ¿Por qué?

Bloqueado; el hombre o la mujer, depende del caso.

Desbloqueado; quien sabe que tiene razón y que la otra parte no está viendo algo que debe ver.

Muchas veces las parejas jóvenes y adultas tienen discusiones, en donde una de las apartes casi siempre quiere salir ganando tenga o no la razón. Por ello es importante practicar la comunicación no violenta en parejas para saber sentir la EMPATÍA, donde uno no este debajo ni encima de otros, sino que CONECTEN no CONFLICTÚEN.

12. ¿Te cuesta expresar tus sentimientos? ¿Por qué?

Bloqueado; si, porque no estoy acostumbrado a expresar lo que siento.

Desbloqueado; no, y ¿crees que es importante?.

Muchas veces a los oídos les gusta escuchar cosas lindas. Es bueno saber manifestar nuestros sentimientos eso es parte de la salud humana, y nos permite CONECTAR con los demás. A veces en la familia no sabemos manifestar nuestros sentimientos, porque pensamos que ellos lo saben porque viven con nosotros, llegando a distorsionar.

13. Vas por la calle y ves una bella mujer pintando sentada en un banco, tú inmediatamente sientes una atracción por ella y te acercas a saludarle, ella no te escucha lo intentas dos veces, ¿Cómo te sientes? y ¿Cómo reaccionas?.

Desbloqueado; No suspender SUPUESTOS para no caer en el error de juzgar antes de saber las verdaderas razones.

14. No es fácil culpar a los demás... F. o V.

Bloqueado; Verdadero.

Desbloqueado; Falso, porque estamos acostumbrados a juzgar, Calificar, escudarse y negar todo, para no asumir responsabilidad. Aunque sería bueno decir que esto es verdadero por que así nos comunicamos de forma no violenta.

15. ¿Es bueno considerar mis necesidades y la de los demás?

Bloqueado; No.

Desbloqueado; Sí, así podremos practicar la EMPATÍA, que es parte fundamental en la comunicación no violenta.

CHAKANA DE LAS EMOCIONES

Temática que se trabaja con el juego
Emociones

Objetivo: **Identificar las emociones que tenemos y el diálogo con las mismas para exteriorizarlas**

Duración: **30 minutos**



Desarrollo:

Se formara un circulo con todos los participantes, a partir de una dinámica se elegirán 25 participantes.

Cada jugador/a, hará un origami o una figura en miniatura, que le presentara en el juego como ficha, que debe poner al inicio del juego.

Antes de iniciar el juego el facilitador o facitadora explica las reglas del juego:

1. Respetar el turno.
2. Escuchar y participar durante el juego.
3. Cada jugador/a tiene 2 minutos para responder a la pregunta.
4. Una vez sacada la tarjeta del sobre, no se puede volver a poner hasta que termine el juego.

El grupo de jugadores, se sientan al rededor de la mesa o en el piso donde esta el juego.

Cualquier participante puede iniciar el juego sacando 6 al lanzar el dado.

El juego consiste en lanzar el dado y de acuerdo al número que salga, se pone en la casilla de la chakana la figura. En esta casilla se identifica una emoción.

Seguidamente se saca una tarjeta del sobre, entonces el participante deberá leer la acción de la tarjeta y contar una anecdota o cuento teniendo en cuenta esa emoción, en 2 minutos, mientras los demás escuchan, Por ejemplo: Lanzo el dado y avanzo con mi figura a la casilla del numero 3 y en esa casilla hay una cara feliz, saco una tarjeta del sobre numero 3. En esta tarjeta se tiene una imagen de un gato, entonces el participante empieza a contar feliz una anecdota con un gato.

Recomendaciones:

*Es importante que los participantes profundicen en la reflexión y la retroalimentación del facilitador o facilitadora es fundamental..

*Las preguntas pueden ser modificadas y/o complementadas con otras preguntas para próximos juegos.

Elaborado por: Virginia Roxana Quispe Yujra
Voluntaria de Paz

CHAKANA DE LAS EMOCIONES



Materiales:

Se consideran los siguientes materiales, limpios.

- *Cartulina
- *1 Carpicola
- *1 Cinta adhesiva
- *Regla
- *Periódico
- *Marcadores
- *1 Tijera
- *Hojas de color
- *1 Yurex
- *1 Lapiz



Fichas:

Imprime o elabora alguna figura que te representara en el juego como ficha.

Chakana:

Toma la cartulina y dibuja una chakana mediana, en medio pega o dibuja una chakana pequeña.

En la parte de arriba de la chakana pequeña dibuja un rectángulo y escribe en medio META.

Al borde de la chakana dibuja 20 cuadrados, como se ve en la imagen. Y pega encima hojas de colores.



Sobre los cuadrados dibuja o pega caras con diferentes emociones como: felicidad, tristeza, miedo, ira, asco, sorpresa, amenaza. Seguidamente a lado de las emociones enumera cada uno de los cuadrados del 1 al 20.

Para finalizar rellena todo el borde de la chakana grande, con un solo color de hoja.



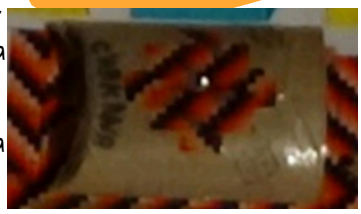
Dado:

Toma un trozo de cartulina y realiza el dado. Para concluir forra el mismo con yurex.

Caja:

Para guardar las figuras y el dado, toma la base del papel higiénico, dobla los bordes.

Encima puedes poner el dibujo de la Chakana.





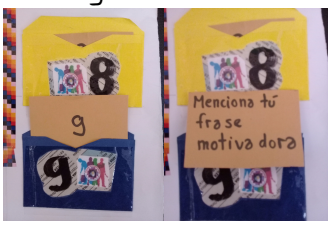
Sobres:

Toma el periódico y realiza 20 sobres pequeños para guardar las tarjetas. Forra con diferentes hojas de color cada sobre.

Enumera del 1 al 20 encima del sobre. (Puedes poner algún otro adorno).

Tarjetas:

Recorta de las hojas de color 20 tarjetas que puedan entrar en cada sobre. Las tarjetas deben contener lo siguiente:



#1:

¿Qué es para ti las emociones?.

#2:

Pregúntale al siguiente jugador o jugadora ¿De que forma nos ayuda las emociones?.

#3:

Con tus palabras expresa como te sientes en este momento?.

#4:

¿Cuál es el recuerdo más triste que tienes de tu infancia? y ¿Qué piensas al respecto?.

#5:

¿Qué es lo que mas te gusta comer? y ¿Cómo te sientes si no lo tienes?.

#6:

Ponte a cantar llorando cualquier canción que desees.

#7:

Avanza una casilla, después de responder a la siguiente pregunta ¿Cómo reaccionas si alguien ofende a la persona que tú quieres?.

#8:

¿Cómo te sientes cuando no tienes dinero?.

#9:

Menciona tú frase motivadora y ¿Explícanos por qué es tú frase motivadora?.

#10:

¿Qué es lo que más te arrepientes haber hecho? y ¿Qué piensas sobre ello?.

#11:

Imagina que eres un animal y te acaban de dejar en un lugar desconocido. ¿Qué sientes? y como reaccionarias?.

#12:

¿Cómo reaccionas ante una situación desagradable para ti?.

#13:

Alguna vez deseaste el mal a alguien y ¿Cómo te sientes ahora al respecto?, lo volverías a hacer, ¿Por qué?.

#14:

Preséntate a todos de forma triste, considerando tu nombre, procedencia, edad, comida favorita, el color y fruta que te gusta. (después pregúntale) ¿Cómo te sentiste? y ¿Por qué?.

#15:

¿Cómo te hace sentir lo bueno y malo de ti?.

#16:

¿Qué haces para dejar de sentirte mal ante alguna situación que viviste?.

#17:

Ante un momento de rabia, ¿Qué haces par no agredir a la otra persona?.

#18:

¿Cuál es el recuerdo más lindo que tienes? y ¿Por qué?.

#19:

Busca entre tus recuerdos a quien alguna vez ayudaste y te recompenso haciéndote daño. ¿Qué harías ahora al respecto?.

#20:

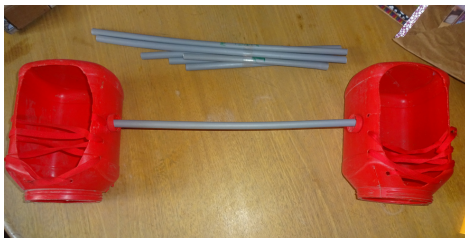
Deja un mensaje para todos y todas.

PONTE EN MIS ZAPATOS

Temática que se trabaja con el juego
Empatía y gestión de supuestos

Objetivo: Reconocer a todos los seres vivos que nos rodean y la gestión de supuestos

Duración: 30 minutos



Desarrollo:

El circulo de participantes, se divide en 3 grupos de forma equitativa.

Se reparte a los jugadores o jugadoras que se encuentran al inicio de la fila los zapatos de la verdad junto a los 4 palos de los valores (son de diferentes tamaños enumerados del 1 al 4). Seguidamente los participantes se ponen los mismos ajustándolos a los pies como un zapato.

Antes de iniciar el juego el facilitador o facitadora explica las reglas del juego:

1. Respetar el turno.
2. Trabajar en equipo.
3. No usar las manos bajo ninguna circunstancia.

Se define una linea del cual partirán los participantes, A dos metros se ponen dos objetos en el cual darán vuelta para volver a donde partieron.

Para iniciar el juego se pide a los participantes que pongan el palo de los valores 1, en medio de los zapatos de la verdad. Cuando el facilitador o facilitadora de la orden, los participantes parten de la linea caminando con los zapatos.

Durante el camino el facilitador o facilitadora pide a los participantes que sigan la ruta saltando con un pie o en otros casos saltando con ambos pies, dando vueltas rápido, lento, etc.

Una vez que los participantes lleguen al punto de partida, se sacan los zapatos y le dan al siguiente, pero esta vez el participante pondrá entre sus pies el palo de los valores 2 y realizara otra acción como ser saltar con ambos pies. Así sucesivamente se realiza la misma acción pero cambiando los palos de los valores en cada participante hasta concluir con todos.

Para finalizar se plantea las siguientes preguntas de reflexión:

1.¿Cómo se sintieron?.

2. ¿Qué dificultades tuvieron durante el juego?.

3. Cuando vieron participar a los demás en el juego ¿Qué se les vino a la mente? y ¿Por qué?.

4. Los participantes que estaban realizando el juego, ¿Qué pensaban de los que les veían?.

Recomendaciones:

*Es importante que los participantes profundicen en la reflexión y la retroalimentación del facilitador o facilitadora es fundamental..

*Las acciones a realizar durante el juego pueden ser complementadas con otras.

Elaborado por: **Lizandro Cristian Castro Gallego**
Voluntario de Paz

PONTE EN MIS ZAPATOS

Se consideran los siguientes materiales, limpios.

Materiales:

***6 botes de mayonesa grande**
***6 cordeles o lana**
***6 tapas de botella pets**
***1 clavos mayores a una pulgada**
***1 carpicola u silicona liquida**
***Tubo Belman**



Zapatos:

Lava cada uno de los botes, por dentro y por fuera. Posteriormente marca y corta un lado, de tal forma que entre los pies sin problema.

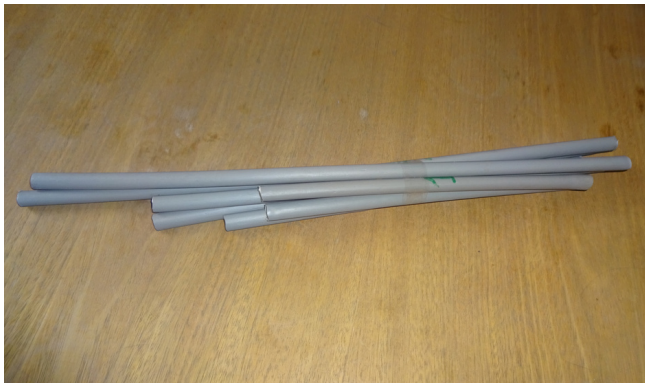


Después con un clavo caliente perfora 6 agujeros a cada lado para ir poniendo los cordeles o lanas.

A cada lado en la parte interna a una misma distancia se pondrá la tapa de la botella que sera pegada con silicona liquida o carpicola, de tal forma que no se salga fácilmente, porque el mismo alojara a los palos de la verdad.

Palos de la verdad:

Toma el tuvo Belman y corta en 4 trozos de diferentes tamaños.

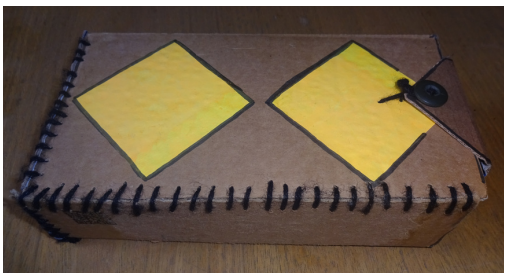


PIEZAS DE UN PUENTE DE CAMBIO

Temática que se trabaja con el juego
Trabajo en equipo y reconocimiento del otro

Objetivo: **Identificar que todos, todas somos parte importante para el cambio.**

Duración: **40 minutos**



Desarrollo:

Se pide a todos los participantes que formen un círculo y en medio del circulo se ponen dos mesas.

El facilitador o facilitadora proporcionara una caja que contiene el juego.

Seguidamente se pide a los participantes que saquen todas las piezas de la caja y cada uno de ellos, ellas recogen solo una pieza.

Con la pieza que tienen, entre todos arman el rompecabezas, acomodando cada participante la pieza que eligió donde corresponde.

Al finalizar se plantea las siguientes preguntas de reflexión:

1.¿Cómo se sintieron durante el juego?.

2. ¿Qué dificultades tuvieron?.

3. ¿Qué acciones realizaron para llegar al producto que tienen?.

A partir de las preguntas se profundiza el trabajo en equipo y el reconocimiento al otro utilizando los elementos de la preguntas y desde el armado de la imagen se reflexiona sobre el puente de cambio que significa la chakana desde la descripción de cada uno de los elementos.

Recomendaciones:

*Mientras se realiza el juego no se debe dar las pautas sobre la imagen final, con el fin de que reflexionen juntos como equipo.

*Es importante que los participantes profundicen en la reflexión y la retroalimentación del facilitador o facilitadora es fundamental.

*Las acciones a realizar durante el juego pueden ser complementadas con otras.

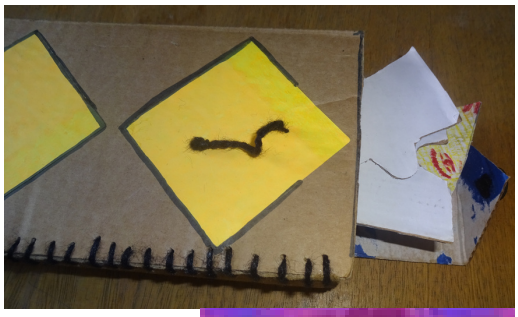
Elaborado por: **Rodrigo Mario Fernández Arteaga**
Voluntario de Paz

PIEZAS DE UN PUENTE DE CAMBIO

Se consideran los siguientes materiales, limpios.

Materiales:

*Cartón 50 cm x 40 cm
*Marcadores y/o lápices
*Papel blanco o de color
*1 tijera
*1 Regla
*1 Pegamento
*Colores y crayones





Rompecabezas:

Toma el cartón que utilizaras y mide la proporción que deseas el juego y recórtalo.

Encima pega la hoja blanca o de color encima del cartón con ayuda del pegamento cubriendo por completo ambas caras.

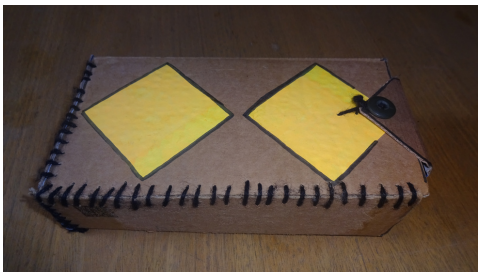
Dibuja el símbolo de la chakana con ayuda de un regla y lápiz en una cara.

Ahora pinta el dibujo con los colores, crayones o pintura que eligió.

Marca y corta toda la figura como un rompecabezas en piezas pequeñas.

Caja:

Corta 2 cartones de 20 cm de ancho y 2 de 10cm de alto, seguidamente une cada una de las piezas hasta formar una caja para guardar el rompecabezas.



LA RULETA PREGUNTONA

Temática que se trabaja con el juego
Emociones y gestión de emociones

Objetivo: Reflexionar sobre las emociones y su manejo para una convivencia pacífica.

Duración: 30 minutos

Desarrollo:



Se pide a todos los participantes que formen 3 grupos de forma equitativa y a cada grupo se reparte un juego.
Para iniciar el juego se pide a uno de los participantes que haga girar la ruleta.

Cuando la manecilla de la ruleta caiga en:
*La tapa, el participante leerá la pregunta que se encuentra debajo de la tapa.
*Espacios vacíos, si la manecilla cae en los espacios vacíos, toma la pregunta de las hojas que se encuentran a un costado.
*La línea, si la manecilla cae en una de las líneas que separa, el participante deberá realizar: un chiste o juego de palabras, trabalenguas, penitencias, adivinanzas, etc
En todos los casos el participante que hace girar la ruleta debe responder la pregunta y después los demás pueden argumentar.

Recomendaciones:

*Es importante que los participantes profundicen en la reflexión y la retroalimentación del facilitador o facilitadora es fundamental..
*Las preguntas deben ser respondida de forma rápida.
*Para próximas reflexiones se pueden cambiar las preguntas del juego.

Elaborado por: Jazmín Cucho Vásquez
Voluntaria de Paz

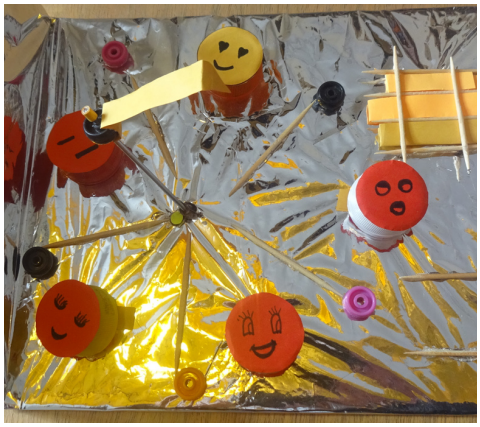
LA RULETA PREGUNTONA



Materiales:

- *1 Cartón
- *7 tapas de botellas pets
- *Papel de color
- *1 marcador negro
- *Alambre grueso
- *1 Pegamento
- *Masquin o yurex
- *Silicona líquida
- *Mondadientes o palos

Se consideran los siguientes materiales, limpios.



Ruleta:

Corta el cartón de 40cm x 40cm y forra el borde con masquin o yurex.
Ahora toma una tapa y pega en medio del cartón con una silicona de tal forma que este firme, con un alambre de 10cm, realiza un orificio en medio de la tapa que permita moverse.
En la parte de arriba del alambre introduce una tira gruesa de hoja a color y con silicona sujétala. para finalizar pega el dibujo de la flecha en la punta de la hoja en forma de tira.

Tapas:

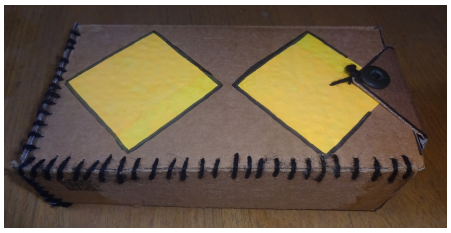
Al rededor de la manecilla de la ruleta, pega 6 tapas de tal forma que puedan abrirse y separa las mismas con mondadientes o palos.
Seguidamente toma una hoja de color, una tapa, un lápiz, con ello marca 6 circulos y corta.
Posteriormente pega las hojas encima de las 6 tapas y realiza en cada una de ellas diferentes caras: llorando, con asco, triste, alegre, confundido, asombrado.
Ahora es momento de cortar 6 trozos de hojas a color y escribir en las mismas lo siguiente:







1.¿Cuando sientes rabia que es lo primero que haces?.
2. Cuéntanos una experiencia tuya, donde expreses alegría?.
3. En que momentos te sientes triste, y ¿Qué es lo que haces al respecto?.
4. Crees que es malo sentir tristeza?, ¿Por qué?.
5. ¿Qu es lo más bonito que recuerdas de tu infancia?.
6. En que situaciones tú sientes asombro? y ¿por qué?.
Después dobla las tiras como acordeón y ponlas debajo de la tapa.



Caja de preguntas:

Corta 2 cartones de 6cm de largo y 4 de 2cm de alto, y con silicona pega todos los bordes hasta formar una caja para guardar 6 tiras con las siguientes preguntas:

1. Vas caminando por la calle y de repente alguien te empuja muy fuerte y sin pedirte disculpas se va. ¿Qué haces tú?.
2. Cuando te sientes confundido, ¿Qué es lo que haces?.
3. Desde tú experiencia, ¿Crees que es malo el enojo?.
4. Si murieras ahora ¿Tendrías algún motivo para no hacerlo?.
5. ¿Te gusta la vida que tienes?, ¿Porqué?.
6. ¿Qué harías si te dijeran que toda tu familia acaba de fallecer?.
Con ello dobla las tiras como acordeón y ponlas en la caja de preguntas.

DOMINO DE VALORES

Temática que se trabaja con el juego
Valores

Objetivo: **Reflexionar sobre los valores y su importancia en la transformación constructiva de conflictos.**

Duración: **40 minutos**



Desarrollo:

Se pide a todos los participantes que formen un solo circulo. En medio se pone la caja con el juego, donde uno de los participantes sacara todas las fichas del domino, las mezclara con las manos para que queden bien repartidas y las podrá al revés.

Seguidamente se reparte a cada jugador o jugadora una ficha. Para iniciar la partida cualquier jugador debe poner una ficha, a lado una ficha similar, es decir, la primera ficha es el valor del respeto, entonces a lado se pondrá otra ficha que tenga el valor del respeto. Con ello se reflexiona a partir de cualquiera de las siguientes preguntas:

1. ¿Pueden dar un ejemplo con ese valor?.
2. ¿Cómo se aplicaría este valor, ante un conflicto?.
3. ¿Qué debemos hacer cuando no se aplica este valor ante un conflicto?.
4. ¿Creen que este valor es importante para la convivencia pacífica? y ¿Por qué?.
5. ¿Dónde creen que esta la causa para que este valor no se aplique? y ¿Qué debemos hacer?.
6. Si no existiera esa valor, seria fácil de transformar un conflicto?, ¿Por qué?.

Recomendaciones:

*La retroalimentación del facilitador o facilitadora es fundamental.
*Las fichas deben ser manipuladas con cuidado.
*Para próximas reflexiones se pueden cambiar las preguntas.

Elaborado por: **Ermenegilda Olivera Zurita**
Carmen Rodríguez Olivera
Rebeca Choque Olivera
Voluntarias de Paz

DOMINO DE VALORES

Se consideran los siguientes materiales, limpios.

Materiales:

*Periódico
*Palos de helado
*Pintura
*Carpicola
*Silicona líquida
*Lana



Domino:

Corta el periódico en trozos de 10cm de alto y 5cm de ancho.
Después toma un trozo de periódico y enrolla, al final pega la punta con Carpicola.
Une al mismo nivel, 8 rollos con silicona líquida, que serán las fichas. Se debe realizar esta acción hasta tener 28 fichas.

Ahora dibuja o recorta 2 ejemplares de los siguientes valores: Gratitud, libertad, armonía, amor, reconocimiento, paz, lealtad, amistad, entendimiento, honestidad, empatía, equidad, cooperación y igualdad.
Después pega encima de cada una de las fichas.

Caja:

Une palos de helado con silicona líquida para formar la base, caja y la tapa.
En la tapa realiza el título del domino con trozos de hilo y pégalo.
Seguidamente guarda todas las fichas en la caja.

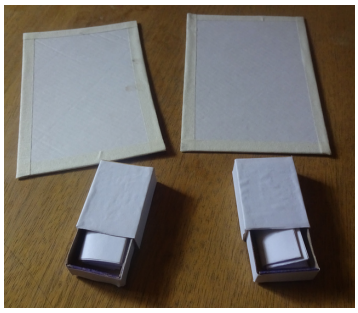


QHAWAKUSUN MANCHU

Temática que se trabaja con el juego
Emociones

Objetivo: Identificar las emociones que sentimos ante un conflicto

Duración: 40 minutos



Desarrollo:

Se pide a todos los participantes que formen 2 equipos. A 2 metros de los equipos en una mesa se pondrán la pizarra pequeña y la caja con las palabras.

Cuando el facilitador o facilitadora de la orden uno de los participantes en representación del equipo parte a la mesa de en frente y de la caja saca una tira de papel con la palabra, que lleva junto con la pizarra al equipo, donde todo el equipo reflexiona para formar otra palabra con las mismas letras, es decir, tengo la palabra amor utilizando las mismas letras se arma la palabra mora que será escrita en la pizarra que tiene el equipo.

Se dará 3 minutos para que los equipos armen la palabra.

Después de armar cada palabra el facilitador o facilitadora realizara cualquiera de estas preguntas, para que en equipo lo reflexionen:

1. ¿Qué sintieron al momento de reflexionar sobre esa palabra?, ¿Por qué?.
2. ¿Qué pasa si la palabra inicial se aplicara en un momento de rabia?.
3. ¿La palabra que tenemos permitirá manejar nuestras emociones?.
4. ¿Esta palabra ayudara en momentos de tristeza?, ¿Por qué?.
5. ¿Esa palabra que emoción les provoca?, ¿Por qué?.

Recomendaciones:

*La retroalimentación del facilitador o facilitadora es fundamental.
*Para próximas reflexiones se pueden cambiar las preguntas y las palabras que lleven al análisis de las emociones..

Elaborado por: Zenaida Lanza Romay
Voluntaria de Paz

QHAWAKUSUN MANCHU

Materiales:

Se consideran los siguientes materiales, limpios.

***Cartón**
***Marcadores**
***Tijera**
***2 cajas de fosforo**
***Papel bom**
***Carpicola**
***Plástico transparente**



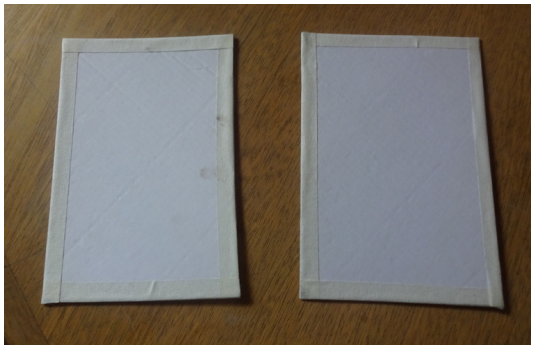
Caja de fosforo:

Toma dos cajas de fósforo vacías en buen estado y fórralos.

Corta 6 trozos de papel y escribe en cada una, las siguientes palabras: convivencia, armonía, consenso, comunicación, amor, justicia. para posteriormente doblarlos como acordeón e introducirlos tres en cada caja de fosforo.

Pizarra:

Corta 2 cartones de 20cm x 20cm y fórralo con una hoja a color y encima con un plástico transparente para que sea facil de borrar al escribir.



IMAGÍNATE

Temática que se trabaja con el juego
Emociones y supuestos

Objetivo: **Identificar las emociones y supuestos que experimentamos ante una situación desconocida.**

Duración: **50 a 60 minutos**



Desarrollo:

Se pide a todos los participantes que tomen asiento en media luna. Delante en una mesa se pondrá la caja con el juego, donde se pedirá de forma voluntaria a un participante que pase.

Seguidamente el facilitador o facilitadora le proporcionara una venda para que pueda cubrirse los ojos.

Una vez hecho esto el facilitador o facilitadora aproximara al participante cerca del juego, donde le dará a conocer: toca el objeto con una mano hasta encontrar el centro de la caja, seguidamente ingresa la mano en la caja y mueve la mano por toda la caja, para después sacarla. Posteriormente se dirige a su asiento y no debe comentar con nadie lo ocurrido hasta que concluya el juego.

Una vez experimentado con cada uno de los participantes, se reflexiona a partir de las siguientes preguntas::

1. ¿Qué sintieron durante el juego?, ¿Por qué?.

2. ¿Qué pensaban que se encontraba en la caja?.

3. ¿Sintieron lo mismo en otro tipo de situaciones? y ¿Cómo reaccionaron?.

Recomendaciones:

*La retroalimentación del facilitador o facilitadora es fundamental.

*Para próximas reflexiones se pueden cambiar las preguntas manteniendo la reflexión en la temática.

*Debe asegurarse que el borde de la caja donde se meterá la mano no tenga bordes punteagudos que puedan lastimar.

Elaborado por: **Rodrigo Mario Fernández Arteaga**
Voluntario de Paz

IMAGINATE

Se consideran los siguientes materiales, limpios.

Materiales:

- ***Caja de cartón**
- ***Pedazos de tela**
- ***Marcadores**
- ***Pegamento**
- ***Papel, masquín**
- ***Tijera**
- ***Hilo y agujas**
- ***Hojas**
- ***Trozo de esponja**
- ***Plástico**
- ***Cosas ásperas, suaves**
- ***Goma eva**

Caja:



Toma una caja de cartón pequeño y sella todo de tal forma que no se abra. En uno de los lados, en medio marca un circulo del tamaño de una mano.

Ahora corta ese espacio de forma circular, forra el borde con masquín y toda la caja con papel.

Encina del orificio pega goma eva.

introduce a la caja diferentes objetos: trozos de esponja, plástico, cosas asperas, suaves, etc. Ecepto cosas punzo cortantes que puedan lastimar.

Venda para ojos:

Toma un trozo de tela del tamaño que permita cubrir los ojos y se pueda amarrar.



¿QUE ES LA VIOLENCIA?

Temática que se trabaja con el juego
Ley 348 para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia

Objetivo: Reflexionar sobre la violencia y la prevención.

Duración: 50 minutos



Desarrollo:

Se forma un circulo con todos los participantes y en medio en una mesa se pone el juego.

Se pide a cualquiera de los participantes que se vayan acercando y tome una tarjeta, que contendrá una pregunta o reflexión para posteriormente leer en voz alta para todos.

Desde el análisis individual cada uno va aportando.

Una vez concluido el juego, se reflexiona a partir de las siguientes preguntas::

1. ¿Qué sintieron durante el juego? y ¿Por qué?.

2. ¿Qué piensan sobre la violencia? y ¿Qué acciones podríamos realizar para prevenir la violencia, desde nuestra vivencia?.

Recomendaciones:

*La retroalimentación del facilitador o facilitadora es fundamental.

*Para próximas reflexiones se pueden cambiar las preguntas manteniendo la reflexión en la temática.

Elaborado por: Elizabeth Muñoz Ramos
Voluntaria de Paz

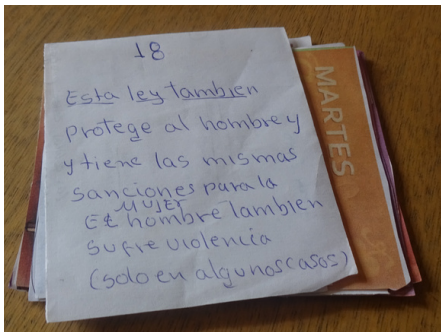
¿QUÉ ES LA VIOLENCIA?

Materiales:



Se consideran los siguientes materiales, limpios.

- ***Papel de cemento**
- ***Pedazos de tela**
- ***Marcadores**
- ***Pegamento**
- ***Papel, masquín**
- ***Hilo y agujas**
- ***Hojas blancas y de color**
- ***Algunas imágenes**
- ***Tijera**



Tarjetas:

Corta las hojas de un tamaño considerable, de tal forma que sean visibles las letras.

Las tarjetas tendrán las siguientes preguntas:

1.¿A qué institución debe acudir un varón victima de violencia?.

2. ¿Dónde se debe denunciar cuando se sufre violencia?.

3. ¿La ley 348 protege al hombre y tiene las mismas sanciones para la mujer?.

4. ¿Quiénes van a la casas de acogida?.

5. ¿Qué acciones se debe realizar para prevenir la violencia?.

6. Los principios de la ley ¿ A qué tipo de convivencia nos invita?.

7. ¿Qué valores nos plantea la ley para la Transformación Constructiva de Conflictos? y ¿Cómo aplicarlo en nuestra vida diaria?.

8. ¿Qué acciones podemos realizar, cuando no reciben nuestra denuncia en las instancias correspondientes?.

"Hagamos que la justicia y la Paz sea el sentido común de la humanidad"

