



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

“LA PREVENCIÓN DE CONFLICTOS”

AUTORÍA BEGOÑA CUADRADO REYES
TEMÁTICA ANIMACIÓN Y DINÁMICA DE GRUPOS
ETAPA Ciclo Formativo de grado superior de Animación Sociocultural

Resumen

El presente artículo trata sobre la resolución de conflictos en los grupos. Esta temática corresponde a uno de los contenidos específicos del módulo profesional de animación y dinámica de grupos del ciclo formativo de animación sociocultural. Nos centraremos en la prevención de los conflictos y concretamente, en uno de los recursos que el educador/a (animador/a sociocultural, profesor/a, etc.) debe conocer y utilizar, las técnicas de dinámica de grupos.

Palabras clave

Conflictos interpersonales

Prevención ante los conflictos

Técnicas de dinámica de grupos

1. DEFINICIÓN DE CONFLICTO

Los conflictos son situaciones en las que dos o más personas entran en oposición o desacuerdo a causa de la incompatibilidad entre sus intereses, necesidades, deseos o valores.

El conflicto es una realidad cotidiana para todas las personas. Detrás de un conflicto existe una falta de comunicación, escucha y empatía, mezclada con el desconocimiento de la otra persona y, muchas veces, con problemas de autoestima personal que desatan enfrentamientos hacia los demás.

Debido a esto, es interesante trabajar con el grupo estos factores que pueden desencadenar el conflicto. Una forma eficaz serían las técnicas de dinámica de grupos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

2. TÉCNICAS DE DINÁMICA DE GRUPOS PARA PREVENIR EL CONFLICTO

Es importante prevenir la aparición del conflicto. Para ello, es interesante aplicar entre los miembros de un grupo durante las diferentes etapas de su evolución, diversas técnicas de dinámica de grupos. A continuación se expondrán algunos ejemplos:

2.1. Técnicas para presentarse y conocerse los miembros de un grupo

2.1.1. La historia de mi nombre

Se forma un círculo y cada uno de los participantes tendrá que decir su nombre y el por qué se lo pusieron.

2.1.2. Mis memorias

Se pide a los miembros del grupo que se imaginen que ya son personas jubiladas y que desean escribir las memorias de su vida. Se les asigna un tiempo y una extensión de folios. Cada participante leerá sus memorias dando a conocer sus proyectos, sus trabajos, su familia, sus actividades profesionales, sus gustos, sus tipos de relaciones, etc.

2.1.3. ¿Te conozco?

Cada participante escribe su nombre en un folio. El/la profesor/a las reúne todas, y a continuación vuelve a repartirlas, de manera que no coincida nadie con su folio.

Los participantes van respondiendo en la tarjeta a las preguntas realizadas por el coordinador/a. Por ejemplo: ¿Cuántos/as hermanos/as tiene?

Cuando todos han terminado, cada participante dice la persona que le ha tocado, y lee las respuestas que ha escrito sobre ella. La persona de la que se está hablando irá diciendo si la respuesta que ha dado el otro es acertada o no.

Para finalizar se realizará una puesta en común grupal sobre lo experimentado durante la técnica.

2.1.4. El detector de mentiras

Los participantes deben agruparse en parejas, y sentarse uno enfrente del otro. Cada uno dispondrá de cinco minutos para realizar a su compañero/a una entrevista siguiendo un cuestionario con preguntas de carácter personal. La persona que responde, lo hará con sinceridad



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

en todas las ocasiones salvo en tres. Cuando concluya el tiempo, el/la entrevistador/a deberá identificar los tres datos falsos, y marcarlos en la ficha de la actividad.

A continuación se cambian los papeles, y el que hacía de periodista pasa ahora a ser entrevistado/a. Seguidamente se contrasta si han sido capaces de detectar las mentiras correctamente. A continuación, se realiza una puesta en común con todo el grupo.

2.2. Técnicas para potenciar la confianza dentro del grupo

2. 2. 1. La ducha

Se forman grupos de cuatro personas. Una persona se mete en el centro, mientras que las otras, colocadas alrededor, le hacen un ligero masaje con los dedos desde la cabeza hasta los pies, haciendo el rumor de una ducha. Se hacen tres pases de ducha, tres pases de champú con la palma de la mano, y tres pases de ducha. Se cambian los roles hasta que todo el mundo tuvo su ducha.

2. 2. 2. El tren aventurero

Se forman grupos de 6-8 compañeros/as, en filas, con las manos en los hombros del compañero/a de delante, y cada grupo situado en un lugar diferente del espacio.

Todos los participantes llevarán los ojos vendados excepto el último de cada “tren”, que irá dirigiéndolo mediante golpes en los hombros del compañero/a de delante (al golpear en el hombro derecho significa girar hacia la derecha; en el izquierdo, hacia la izquierda),

que se van transmitiendo por todos los miembros “ vagones” del “tren”.

Al finalizar, se realizará una puesta en común de lo experimentado durante la técnica.

2. 2. 3. Equilibrio

Las personas participantes se reparten por parejas. Dentro de cada pareja los integrantes se ponen frente a frente, dándose las manos, juntando los pies y uniendo las punteras.

A partir de esta posición y sin despegar los pies del suelo, cada integrante va dejándose caer hacia atrás con el cuerpo completamente recto. Así hasta llegar a estirar completamente los brazos y conseguir el punto de equilibrio dentro de la pareja.

Una vez alcanzado el equilibrio se pueden intentar hacer movimientos cooperando y sin doblar los brazos: una de las integrantes de la pareja dobla las piernas mientras la otra la sostiene, las dos bajan, etc. Para finalizar, se realiza una evaluación de lo sucedido durante la técnica mediante



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

diferentes preguntas: ¿Cómo nos sentimos? ¿Fue fácil encontrar el equilibrio? ¿Qué ocurrió con parejas muy desproporcionadas?, etc.

2.3. Técnicas que fomentan la comunicación grupal

2.3.1. El orden de las edades

Todos en fila, adquieren en compromiso de no hablar mientras dure el juego, sólo pueden hacer señas. El objetivo del grupo es ordenarse por fechas de nacimiento por orden descendente, de mayor a menor, pero sin hablar. Ganará el grupo cuando esté ordenado. Al final se contrasta el orden conseguido sin hablar, con las fechas reales que cada cual nos cuente. Se realizan diversos comentarios finales sobre las dificultades que han tenido y sobre cómo se han sentido sin poder hablar.

2.3.2. El refugio subterráneo

El/la educador/a distribuye una copia de un texto a cada participante en la que se expresa una situación hipotética sobre un desastre nuclear. Cada uno tendrá que realizar su opción personal escogiendo a las seis personas que salvaría dentro del refugio entre las siguientes:

- Un violinista de 40 años, drogadicto.
- Un abogado de 25 años.
- La mujer de ese abogado, de 24 años, que acaba de salir de un psiquiátrico.
Ambos quieren estar juntos en el refugio o fuera de él.
- Un sacerdote de 75 años.
- Una prostituta de 35 años.
- Un ateo de 20 años, autor de varios asesinatos.
- Una universitaria que tiene votos de castidad.
- Un físico de 28 años, que sólo acepta entrar en el refugio si puede llevar consigo su pistola.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

- Un orador fanático, de 21 años.
- Una muchacha de 12 años, retrasada mental.
- Un homosexual, de 47 años.
- Una mujer de 32 años, con dificultades psíquicas y que sufre ataques epilépticos.

Se organizan, luego, subgrupos de cinco personas para que realicen su opción de grupo trabajando por llegar al consenso en su decisión.

Se forma de nuevo el grupo grande y cada subgrupo relata el resultado de su decisión intentando llegar al consenso entre las opciones hechas por cada subgrupo. A continuación, se realiza un debate sobre la experiencia vivida.

2. 3. 3. Dictar dibujos

El grupo se divide por parejas que se sitúan espalda contra espalda y sin tocarse. El /la coordinador/a entrega un dibujo a uno/a de cada pareja.

La persona que lo está viendo tratará de dictarle a su pareja el dibujo, sin que la que no lo ve pueda hablar ni hacer ningún sonido o pregunta. Mientras que dura el ejercicio ninguno de los miembros de la pareja puede volver la cabeza.

Una vez acabado por todas las parejas y sin mirar sus respectivos dibujos, se vuelve a empezar, cambiando las reglas. Esta vez, quien dictaba se da la vuelta, quedando cara a cara, y comienza a dictar, sin hacer gestos. Su pareja puede hacerle cualquier tipo de preguntas, pero no pueden verse los dibujos.

A continuación se realiza una puesta en común sobre lo experimentado durante la técnica.

2. 3. 4. EL Rumor

Se pide seis voluntarios/as dentro del grupo. Todos, menos uno, salen del aula. El /la profesor/a lee un mensaje al nº 1, luego se llama al nº 2. El nº 1 le comunica al nº 2 lo que fue leído, sin la ayuda de nadie. Así sucesivamente, hasta que pasen los seis compañeros. El resto de participantes observarán realizando anotaciones en una plantilla. Se lee el texto original y se realizará una puesta en común. Un ejemplo puede ser el siguiente:

“ El camión de mercancías que venía en dirección sur estaba girando a la derecha en el cruce, cuando el deportivo, que venía en dirección norte, intentaba girar a la izquierda. Cuando los conductores vieron que



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

estaban girando en el mismo sentido, ambos tocaron sus bocinas, pero continuaron girando sin aminorara la marcha. De hecho, el coche deportivo pareció que estaba acelerando justo antes del choque”.

2.3.5. Masaje de manos

Se forman parejas y se pone música relajante de fondo. Cada pareja se coge de las manos y sin hablar se van haciendo un masaje. A continuación, se realiza una puesta en común comentando lo sentido en la actividad.

2.4. Técnicas de autoestima personal y grupal

2.4.1. Valentinas

Cada persona se coloca un folio en la espalda y tendrá que escribir en el folio de los/as compañeros/as algo positivo. Cuando todos/as hayan acabado, cada uno/a leerá al resto de compañeros/as lo que le han escrito. Se realizará una puesta en común sobre lo sentido en la actividad.

2.4.2. Mi árbol

Cada persona dibuja un árbol, el que más le guste, con sus raíces, ramas, hojas y frutos. En las raíces escribe las cualidades y capacidades que cree tener. En las ramas puede ir poniendo las cosas positivas que hace. Y en las hojas y frutos, los éxitos o triunfos.

A continuación se hace la puesta en común, en el transcurso de la cual cada participante puede añadir “ raíces” y “ frutos” que los/as demás le reconocen e indican.

2.4. Técnicas de distensión

2.4.1. El inquilino

Todos/as se colocan por tríos formando apartamentos. Para ello una persona se coloca frente a otra agarrándose de las manos, y la tercera se meterá en medio, rodeada por los brazos de las



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

anteriores. La que está en el interior será el/la inquilino/a y las que están a sus lados serán la pared izquierda y derecha respectivamente.

La persona que queda sin apartamento para buscar sitio puede decir una de estas cosas: pared derecha, pared izquierda, inquilino o terremoto.

En los tres primeros casos, las personas que están haciendo el rol nombrado tienen que cambiar de apartamento, momento que debe aprovechar la que no tienen sitio para ocupar uno.

En el caso de que diga terremoto, serán todos/as los/as que tienen que cambiar y formarse nuevos apartamentos. Continúa el juego las personas sin sitio.

2. 4. 2. Mensaje amplificado

Colocados/as todos/as en círculo el/la profesor/a indica que la técnica consiste en pasar un mensaje al compañero/a de al lado sin que los/as demás lo oigan, pero debiendo aumentar/amplificar el mensaje, sea lo que sea.

El/la profesor/a comienza el juego con un pequeño mordisco, sin ser visto/a en la oreja de su compañero/a de la derecha, para que éste continúe el juego, hasta llegar al final del círculo.

2. 4. 3. El mundo

Uno de los participantes se sitúa en medio del círculo y lanzará una pelota diciendo uno de los siguientes elementos: aire, tierra o mar.

La persona que reciba la pelota debe decir el nombre de algún animal que pertenezca al elemento indicado, dentro del tiempo de cinco segundos.

Si la persona que está en el centro dice “mundo”, todos deben de cambiar de lugar, ocupando el centro la persona que se quede sin sitio. El participante que se pase de tiempo o no diga el animal correspondiente al elemento indicado, pasará al centro.

2. 4. 4. Psiquiatría

Se elige una persona que no sepa el juego y la llevamos a una habitación donde no escuche las instrucciones que vamos a dar al grupo.

Una vez hecho esto, el/la presentador/a explica al grupo, sentado en círculo, que la persona es un/a psiquiatra y nosotros somos locos/as. Dicha/o psiquiatra tiene que adivinar nuestro problema que no es otro que un desdoblamiento de personalidad adoptando la personalidad del compañero/a de la izquierda o derecha según se establezca.

Al psiquiatra se le dice que tiene que resolver nuestro problema mediante preguntas. Cada uno/a responde a la pregunta pero si el compañero/a de la derecha o izquierda observa que la



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

respuesta sobre él/ella no es real, dirá “ psiquiatría” y todos/as cambian de lugar. Termina la técnica cuando el/la psiquiatra descubre la situación.

2. 4. 5. El osito

Todas las personas participantes de la dinámica se colocan en círculo. El animador/a tiene un osito de peluche entre las manos y dice “ *esto es un osito y yo le doy un besito en el ojito*” y lo pasa al compañero, este dice otra parte del cuerpo del osito (no se deben repetir las partes del cuerpo) y así sucesivamente hasta que el osito vuelve a manos del animador/a.

La segunda parte de la dinámica consiste en que cada uno/a tendrá que dar un beso al compañero/a de su derecha en la parte del cuerpo que mencionó en la primera ronda

3. BIBLIOGRAFÍA

- Cascón Soriano, P. y Martín Beristain, C. (2000). *La alternativa del juego I. Juegos y dinámicas de educación para la Paz*. Madrid: Los Libros de la Catarata.
- Seminario de Educación para la Paz. APDH (2001). *La alternativa del juego II. Juegos y dinámicas de educación para la paz*. Madrid: Ed. Los Libros de la Catarata.
- Fritzen, S.J. (1996) *70 ejercicios prácticos de dinámica de grupo*. Bilbao: Ed. Sal Térrea.
- Espada J.P. (2001) *Técnicas de grupo*. Madrid: Ed. CCS
- Vargas,L., Bustillos,G. y Marfan, M. (1998) *Técnicas participativas para la educación popular*. Madrid: Ed. Popular.
- Gutiérrez, R. (1993) *El juego de grupo como elemento educativo*. Ed. CCS.

Autoría

- Nombre y Apellidos: M^a Begoña Cuadrado Reyes
- Centro, localidad, provincia: Cádiz
- E-mail: extracolumela@gmail.com