

HOJA DE ACTIVIDADES – El 8 ciego

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Facilitar la cohesión del grupo.- Crear un clima de confianza y buena voluntad.
Duración	45 minutos
Participantes	15-20 personas
Materiales	Una sala cómoda para trabajar, donde no se le moleste ni moleste a otras salas contiguas. Asegúrate de que esté vacía y que no haya obstáculos que puedan ser peligrosos para los/as participantes.
Paso a Paso	<ul style="list-style-type: none">- Dos de los/as participantes se posicionan de pie uno/a detrás del/de la otro/a en el centro de la sala separados/as 1,50 metros entre sí. Son los pilares donde se llevará a cabo el slalom (para formar un 8 a su alrededor).- Una persona del grupo sale cerrando los ojos.- El resto de participantes formarán un gran círculo alrededor para garantizar la seguridad del/de la participante que va a quedar sin ver. Deben permanecer en silencio para no molestar a la persona que tiene los ojos cerrados.- Frente a los “pilares”, la primera persona mira hacia la carretera y luego cierra los ojos; cuando se sienta lista para empezar, puede empezar. También decidirá cuándo terminar.- Le pides al/a la participante que se detenga cuando sienta que ha intentado el punto de partida y solo entonces puede abrir los ojos.- Esta primera parte del ejercicio finaliza cuando todos/as los/as participantes han vivido la experiencia.- El ejercicio se repite, pero esta vez haciéndolo en pareja, tomados/as de la mano (o abrazados/as).- Los/as participantes tienen que recorrer juntos/as el camino sin hablar, en completo silencio. Si no están de acuerdo, en las direcciones, por ejemplo, tienen que resolverlo para poder llegar juntos hasta el final. Esta es una buena forma de trabajar en: confianza, cooperación y cómo negociar y trabajar con los/as demás.- Como último paso, si la sala es lo suficientemente grande, pídele a todos/as los/as participantes que intenten hacer el camino todos/as juntos/as (excepto los/as participantes de pie como pilares) en silencio, para recorrer el camino como un grupo unido, estando muy cerca entre sí. Deben estar en contacto tocándose los hombros con las manos de la persona que tienen delante o junto a ellos/as.- Todos/as están cegados/as e intentan hacer un 8 alrededor de los “pilares”.

	<ul style="list-style-type: none"> - El/la facilitador/a está ahí para garantizar la seguridad del grupo. Si el grupo está frente a una pared, el/la facilitador/a les avisa tocándoles el hombro.
Evaluación	<ul style="list-style-type: none"> - Evaluar si todos/as los/as participantes pudieron superar el miedo y atreverse a cerrar los ojos de la manera propuesta. - Cada participante debe sentirse valorado/a, incluso felicitado/a, para descubrir lo que hizo bien; por ejemplo: el/la participante pudo mantener los ojos cerrados, aunque tenía mucho miedo; un/a participante fue muy rápido/a; el resto de participantes aplaude después de cada pase, etc.
Sugerencias y consejos	<ul style="list-style-type: none"> - Resalta el desafío del ejercicio, lo importante es vivir la experiencia. - Ser muy estricto con el marco, para que nadie salga lastimado/a. - No dudes en detener el ejercicio si es necesario y tómate el tiempo para explicar las reglas nuevamente, para que todos/as los/as participantes se sientan seguros/as. - El objetivo real a lograr en este ejercicio no es tener éxito y realmente hacer un 8.