

The background features a repeating pattern of white hand icons on a dark teal vertical band on the left side, which transitions into a solid light blue background on the right. The hands are shown in various orientations, some with fingers spread and some with fingers curled.

DINÁMICA

# “El nudo”

**CURSO SEMI-PRESENCIAL**

Herramientas de protección integral  
para activistas y defensoras/es de  
derechos humanos

**III EDICIÓN**

Irene Santiago y Vincent Vallies



**Brigadas  
Internacionales  
de Paz**

# Objetivos de la dinámica

## Esta dinámica es útil para:

- Crear un ambiente agradable en el grupo
- Promover la desinhibición y generar un clima grupal distendido
- Promover la interacción grupal de manera entretenida
- Reflexionar sobre formas de comunicación y colaboración
- Desarrollar la inteligencia emocional grupal como vía para generar soluciones creativas

Puede ser una buena dinámica introductoria a un Análisis de Contexto para permitir darnos cuenta de la importancia de escuchar a otras personas.

## Desarrollo

1. En un primer momento la persona que facilita pide a todas las personas participantes **formar un círculo**.
2. Las personas del círculo **levantan los brazos hacia delante de forma cruzada**.
3. Todo el mundo **cierra los ojos**. Y de aquí en adelante mantienen el **silencio**.



4. Vamos **dando pasos adelante y agarramos manos**. Nos aseguramos de que cada persona tiene una mano en su mano (una sola, no varias, que sean manos con manos, no brazos).

La persona que facilita debe asegurarse de que todo el mundo tiene una mano. Si es necesario puede ayudar a deshacer grupos de 3 manos (pasa a menudo) e identificar las manos que quedaron sueltas para que se encuentren.

5. Una vez todo el mundo tiene una mano en su mano, **abrimos los ojos**. Es importante recordar guardar **silencio**.



6. Ahora que tenemos los ojos abiertos, **en silencio y sin soltarnos** las manos vamos a intentar **desenredar el nudo**.



## Conclusión

Una vez finalizada la dinámica, en plenaria, proponemos a las personas compartir:

### ¿Cómo nos sentimos en cada una de las fases?

- Con los ojos cerrados a la búsqueda de una mano
- Con los ojos cerrados todas cogidas de la mano
- Cuando abrimos los ojos
- Cuando recibimos la pauta de desenredar el nudo

### Ya sea que lo hayamos logrado perfecta, imperfecta o completamente, preguntarnos:

- ¿Cómo lo hemos logrado?
- ¿Qué hemos hecho y cómo lo hemos hecho?
- ¿Qué tipo de comunicación hemos utilizado?
- ¿Hubo liderazgo y cómo fue?
- ¿Fue fácil?
- ¿Lo hemos logrado a la primera o nos ha costado?
- ¿Cuáles fueron los obstáculos?

Brigadas Internacionales de Paz (PBI) es una organización no gubernamental de carácter internacional con más de 40 años de experiencia en la protección de los derechos humanos y la apertura de espacios para la paz. Desde 1981 brinda acompañamiento a personas, organizaciones y comunidades defensoras que trabajan de forma no violenta en favor de los derechos humanos y que se encuentran en una situación de riesgo debido a su labor.

[www.pbi-ee.org](http://www.pbi-ee.org)