
Línea de Vida

INTRODUCCIÓN

Esta dinámica se ha diseñado para que cada participante describa su desarrollo o su trayectoria personal en el tiempo; Es decir, marcara los sucesos desde su nacimiento hasta el día de la aplicación y como estos eventos han sido representativos para el en su vida.

La dinámica puede sufrir ajustes o cambios según se presenten variables en el comportamiento o desarrollo de las sesiones de evento.

OBJETIVO

Describir cronológicamente los diferentes sucesos o hechos que han intervenido durante la vida del hombre, marcando una Línea de Vida, desde su nacimiento hasta el día de la aplicación.

PARTICIPANTES

El número del grupo puede ser de 15 a 200 o más personas.

MATERIAL

- Presentación de la Línea de Vida acetato, pintarrón (de preferencia en pintarrón)
- Papel y lápiz.

DURACIÓN

Aproximadamente debe durar 20 minutos.

PREPARACIÓN

Esta dinámica se aplicará después del tema Habilidades Sociales, y tiene el propósito de ejemplificar que cada vida tiene diversos sucesos que coadyuvaron o fueron obstáculo para forjar a lo que es ahora el participante. Permite establecer un principio de conocerse así mismo.

DESARROLLO

El instructor invitará a los asistentes a participar, podrá utilizar la siguiente estructura:

“En alguna ocasión alguien dijo <Conócete a ti mismo> y el principio para aceptarse es siendo humilde y reconocer tanto los logros como las oportunidades que la vida misma te ha dado como proceso de enseñanza”.

“La siguiente dinámica requiere de valor para ubicar en tiempo y espacio esos sucesos que han intervenido en nuestra formación y son en gran medida la suma de lo que ahora somos”.

"Voy a tomar mi línea de mi vida... presentar en hoja de rotafolio o en pintarrón una línea recta y horizontal... yo nací ... colocar el día, mes y año de nacimiento en el inicio de la línea... mi primer éxito o mi primer recuerdo de alguna travesura, hecho alegre o triste fue... anotar el año debajo de la línea si fue un hecho desagradable o arriba sí fue agradable..."

El instructor ira mostrando su desarrollo o trayectoria en el tiempo marcando los hechos más representativos que dieron su formación o lo que ahora es. Al terminar solicitará a los asistentes realizar su propia Línea de Vida.

Al concluir el ejercicio por todos y cada uno de los asistentes, "indicará que el pasado quedo en el pasado y que el futuro se desconoce y lo único que nos queda es el presente y debemos vivirlo tan intensamente como sea posible".

Al finalizar se sugiere que el instructor pregunte a los asistentes como se sintieron con la dinámica, sí fue clara y vivencia respecto a que todos tenemos nuestra propia historia y que ésta ha intervenido para hacer lo que somos, no se puede cambiar el pasado pero si podemos aprender de él para forjarnos el presente y tener el futuro que queramos.

