

El Dao del dibujo

Los adolescentes utilizan un ejercicio de dibujo para relajarse, sin intentar representar una imagen específica.

 1/5

 1/5

 10 min

Nota: este energizante funciona bien para un círculo en el que los adolescentes se conozcan y puedan compartir comentarios sobre los dibujos de los demás de una manera constructiva y positiva.

1

||| El facilitador dice

“En esta actividad, dibujaremos todos, aunque nuestro objetivo no consiste en dibujar un objeto o una escena, sino en dibujar líneas que no representan nada”.

2

En un lado de una hoja de papel, dibuje varias líneas que no se toquen ni se crucen entre sí. En el otro lado, dibuje líneas que se toquen o crucen.

3

Explique

Solo hay tres reglas. Primero, las líneas no deben cruzarse o tocarse. Muestre a los adolescentes los dos lados del papel como ejemplos de cómo deben y no deben verse sus dibujos. Recuérdeles que no necesitan copiar su dibujo, pero que pueden dibujar las líneas con la forma que deseen siempre que no se toquen.

4

||| El facilitador dice

“La segunda regla es que todos continuaremos dibujando líneas hasta que les pida que se detengan. Pueden dibujar líneas de forma rápida o lenta, pero sigan dibujando. La tercera regla es dibujar en silencio (sin hablar)”.

5

Optativo: si tiene una forma de reproducir música grabada (un teléfono móvil o un reproductor de MP3 y un pequeño altavoz), seleccione una pieza de música tranquila y sin letra y reproduzca mientras los adolescentes dibujan. Permítales dibujar durante tres a cinco minutos, o más si parecen interesados y comprometidos. Participe en los ejercicios y cree un dibujo junto a los adolescentes.

6

Pida a los adolescentes que dejen de dibujar. Pregúnteles si a alguno de ellos le gustaría compartir su dibujo. No obligue a nadie a compartir su dibujo si él o ella no quiere hacerlo. Optativo: comience mostrando su propio dibujo si ello ayudara a los adolescentes a sentirse más cómodos (pero recuérdelos que no se trata de que hagan un dibujo como el suyo).

7

El facilitador pregunta a los adolescentes: "¿Qué aspecto tiene este dibujo? ¿Qué creen que dice sobre la vida interior de [nombre del participante que comparte el dibujo]?". Explique (si es necesario): vida interior significa la "vida" que uno vive en sus propios pensamientos y emociones.

8

Pida a otros adolescentes que se ofrezcan como voluntarios para compartir sus dibujos y mantenga una breve discusión sobre lo que cada dibujo puede representar sobre la vida de cada adolescente.

9

Cierre preguntando: "¿Cómo les resultó dibujar sin tratar de hacer un dibujo de algo específico?"

Después:

Plantéese publicar los dibujos de los adolescentes en su espacio de actividades.

Entorno

Espacio interior o exterior.

Suministros

Una hoja de papel y un bolígrafo o lápiz por adolescente.

