

### 3: PRESENTACIONES POR NOMBRE



#### OBJETIVOS

- Que comience la sesión con un ambiente informal.
- Que cada participante se presente a los demás.



#### MATERIALES

Ninguno



#### TIEMPO

5 minutos.



#### PROCEDIMIENTO

1. Se pide que cada participante se presente, poniendo después de su nombre un adjetivo que comience con la misma letra. Por ejemplo:

*Soy Lorena la Linda*

*Soy Jaime el Jocosó*

*Soy Gloria la Guapa*

*Soy Benito el Bonito*

2. Esto puede hacerse sentados, pero resulta más divertido y activo si los participantes están de pie en un círculo. Pídale a cada uno que en su turno de un paso al frente y al decir su nombre acompañelo con un movimiento o gesto (saltar, mover los hombros, saludar con la mano).

#### COMENTARIOS

No es necesario hacer una síntesis después del ejercicio. Esta experiencia puede servir como punto de referencia durante el resto de la sesión o el taller, ya que los participantes recordarán los adjetivos más entretenidos. Lo importante, es que se establezca un ambiente informal. Los movimientos físicos le ayudan a los participantes a relajarse y sentirse cómodos con los demás.

*Fuente: Alan Margolis, comentario personal*



**PRESENTARSE Y "ROMPER EL HIELO"**