

## Actividad 2

## Me expreso sin temores<sup>87</sup>

### Recursos necesarios

Ficha de frases para completar  
Hojas blancas  
Bolígrafos  
Lápiz de papel

### Descripción de la actividad



1

Este ejercicio busca que cada participante pueda relatar sus vivencias personales a las demás personas, para que puedan conocer a sus pares e identificar o comparar las similitudes y las diferencias.

2

Trabajo individual:  
Cada participante deberá completar, de manera individual, las siguientes frases que evocan sentimientos.

- **Cuando me dan una buena noticia, siento que ...**
- **A veces, sueño que ...**
- **La última vez que tuve miedo, recuerdo que fue por ...**
- **Espero con mucha ilusión que ...**
- **El último regalo que me hicieron, y que me produjo mucha ilusión, fue porque ...**
- **El día más triste de mi vida fue cuando...**
- **El día más feliz de mi vida fue cuando...**

3

Trabajo en parejas o tríos:  
Intercambiar entre participantes las frases, para luego, hacer una puesta en común en plenaria.

4

Trabajo en plenaria:  
Pedir a los grupos que compartan sus respuestas, y cerrar la actividad con las siguientes preguntas:

- a. **¿Qué aspectos comunes encontramos?**
- b. **¿Qué aspectos nos llamaron la atención?**
- c. **¿Qué aspectos nos sorprendió de algún compañero o alguna compañera?**

<sup>87</sup> Adaptación de: Alfaro Echarri, Patxi; Guillermo Iriarte Aranaz; M<sup>a</sup> Nieves Lerga Jiménez y, otros; (1998). Habilidades de Interacción y Autonomía Social. Instrumentos para la atención a la diversidad. Navarra, España: Gobierno de Navarra. Departamento de Educación y Cultura. p. 55. Disponible en: <https://bit.ly/2X23pGb>