

SEGUNDA SESIÓN

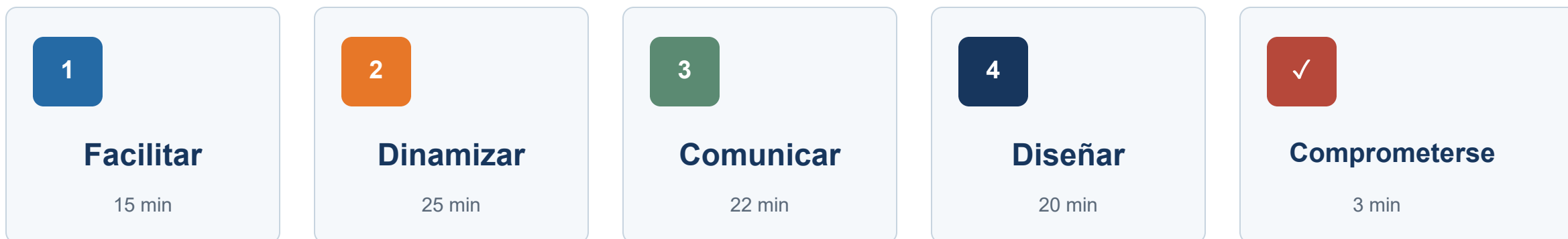
Dinamizar, inspirar y compartir

El valor del voluntariado senior

Herramientas para facilitar actividades, comunicar con
impacto y compartir experiencia

HOJA DE RUTA · 90 MINUTOS

Una sesión para aprender haciendo



20% exposición

40% intercambio

40% práctica

La experiencia del grupo será el principal material de trabajo.

BLOQUE 1 · EL ROL

El voluntariado como facilitador

Facilitar es crear las condiciones para que el grupo...

Se sienta capaz

Acoge ritmos distintos y transmite confianza.

Tome la palabra

Abre oportunidades reales para participar.

Construya sentido

Conecta conocimientos, recuerdos y nuevas ideas.

La persona voluntaria no necesita saberlo todo: necesita ayudar al grupo a avanzar.

BLOQUE 1 · EL ROL

Enseñar y facilitar: dos funciones que se combinan

Cuando enseño

- Ordeno y explico contenidos
- Muestro un procedimiento
- Respondo dudas
- Compruebo la comprensión

Cuando facilito

- Pregunto y escucho
- Relaciono experiencias
- Distribuyo la palabra
- Ayudo a que el grupo encuentre respuestas

Elegir el momento

DINÁMICA · 5 MINUTOS

Mi mejor experiencia como formador

Piensa en una actividad que funcionó bien. No tiene que ser perfecta: basta con que el grupo se implicara.

1

1. La actividad

¿Qué hicisteis?

2

2. La señal

¿Cómo notaste que funcionó?

3

3. La clave

¿Qué ayudó al éxito?

Participación > cantidad de información

BLOQUE 2 · TÉCNICAS DE DINAMIZACIÓN

Activar la participación desde el primer minuto

Preguntas abiertas

Invitan a explicar, recordar o elegir.

«¿Qué os ha resultado útil?»
«¿Cómo lo haríais?»

Conversación guiada

Da un foco, un turno y un tiempo.

Pregunta → escucha →
resume → enlaza.

Experiencia primero

Parte de algo vivido y después añade la explicación.

«¿Os ha pasado alguna vez?»

Una buena pregunta es concreta, comprensible y deja más de una respuesta posible.

BLOQUE 2 · TÉCNICAS DE DINAMIZACIÓN

Cuatro técnicas breves para mover al grupo

Ronda de opiniones

Una idea por persona, con opción de pasar.
Para: Escuchar todas las voces

Lluvia de ideas

Primero producir; después ordenar y elegir.
Para: Abrir posibilidades

Historias compartidas

Un recuerdo breve a partir de una pregunta.
Para: Conectar experiencia y emoción

Problema colaborativo

Caso concreto + opciones + decisión del grupo.
Para: Aplicar conocimientos

Regla práctica: explica la consigna, el tiempo y el resultado esperado antes de empezar.

BLOQUE 2 · SITUACIONES FRECUENTES

Intervenir sin etiquetar a las personas

1 **Alguien monopoliza** Agradecer, resumir y abrir turno: «Recojo tu idea. Escuchemos otra voz».

2 **Poca participación** Dar tiempo, parejas o chat; formular una pregunta más concreta.

3 **Grupo heterogéneo** Proponer niveles, apoyo entre iguales y varias formas de participar.

4 **Hay discrepancias** Separar persona e idea; buscar coincidencias y volver al objetivo.

Intervenir pronto, con respeto y sobre la conducta observable.

EJERCICIO · ANÁLISIS COLABORATIVO

Caso: el taller que se queda en dos voces

En un grupo de 14 personas, dos participantes responden a todo. Otras cuatro intentan hablar y desisten; el resto permanece en silencio.

1 Observar

¿Qué está ocurriendo sin juzgar?

2 Intervenir

¿Qué dirías o harías ahora?

3 Prevenir

¿Qué regla o técnica usarías después?

BLOQUE 3 · HABLAR EN PÚBLICO

Comunicar desde la experiencia

La experiencia conecta cuando sirve al mensaje y deja espacio para la experiencia de los demás.

Escena concreta

Sitúa cuándo, dónde y qué estaba en juego.

Aprendizaje

Explica qué cambió en tu manera de pensar o actuar.

Puente al grupo

Cierra con una pregunta o aplicación práctica.

Relato breve = situación + decisión + aprendizaje

BLOQUE 3 · ESTRUCTURA

Una intervención clara en tres minutos

1

Mensaje principal

Una frase: ¿qué quiero que recuerden?

2

Tres ideas clave

Tres apoyos, ejemplos o pasos. Nada más.

3

Cierre memorable

Una síntesis, una pregunta o una invitación.

Si una idea no ayuda al mensaje principal, puede esperar a otra ocasión.

BLOQUE 3 · VOZ, RITMO Y ESCUCHA

La forma también comunica

1

VOZ

Volumen cómodo y frases con aire.

2

RITMO

Pausar tras una idea importante.

3

CERCANÍA

Mirar a cámara y nombrar al grupo.

4

ESCUCHA

No preparar la respuesta mientras hablan.

En línea: encuadre estable · luz frontal · notificaciones silenciadas · alternativa por chat

PRÁCTICA · MICROINTERVENCIÓN

Mi mejor aprendizaje en tres minutos

Comparte un aprendizaje útil de tu vida profesional, asociativa o personal.

1 Habla

Mensaje + tres ideas + cierre.
Máximo 3 minutos.

2 Escucha

Anota una fortaleza concreta y una pregunta.

Feedback útil

Veo...
Una fortaleza observable

Me llega...
El mensaje que recuerdo

Podrías probar...
Una sugerencia concreta

Feedback breve, específico y amable.

BLOQUE 4 · DISEÑO DE ACTIVIDADES

Cinco pasos para diseñar participación

1

OBJETIVO

¿Qué quiero conseguir?

2

ACTIVACIÓN

¿Cómo implico desde el inicio?

3

DESARROLLO

¿Qué se comparte o practica?

4

PARTICIPACIÓN

¿Qué harán las personas?

5

CIERRE

¿Qué se llevarán?

Diseñar desde lo que harán los asistentes evita convertir la actividad en una charla larga.

TRABAJO INDIVIDUAL O POR PAREJAS

Laboratorio: diseña una actividad de 30–60 minutos

Completa la ficha del dossier

1. Objetivo observable
2. Pregunta o acción inicial
3. Dos o tres contenidos o experiencias
4. Acción de los asistentes
5. Cierre y aprendizaje
6. Materiales y adaptación

Ideas de partida

- Memoria del barrio
- Uso del smartphone
- Huertos urbanos
- Bienestar emocional
- Habilidades profesionales
- Viajes y experiencias vitales

Resultado: un primer diseño viable para probar en el centro.

COMPROMISO DE ACCIÓN

¿Qué puedo aportar durante los próximos seis meses?

1 Una actividad concreta

Voy a proponer o dinamizar...

Primer paso y fecha aproximada:

2 Un saber que compartir

Puedo aportar al centro...

Persona o equipo con quien hablaré:

Facilitar es transformar la experiencia en oportunidades para que otras personas participen, aprendan y aporten.

Gracias

