

Visualización individual

Tipo: Generar ideas, practicar, verificar la comprensión



¿En qué consiste?

El capacitador guía a los participantes por el proceso de visualizar un evento o idea en particular (visualización interna silenciosa seguida de una sesión de dibujo y/o debate).

¿Por qué usar esta actividad?

Les da a los participantes espacio y seguridad para reflexionar y pensar sobre un concepto, una situación o un tema sin tener que debatir sobre ello inmediatamente.

Puede ser una introducción eficaz a un tema o puede guiar a los participantes gracias a que les permite aplicar mentalmente una idea en particular.

Puede ayudar a los participantes a pensar con más profundidad.

Puede usarse para verificar la comprensión de conceptos difíciles (ver la variante).

Cómo usar esta actividad

1. Pídeles a los participantes que cierren los ojos en silencio (si es apropiado culturalmente y se sienten cómodos al hacerlo).
2. Describa una situación o idea en particular que quisiera que los participantes imaginen / visualicen. Quizás desee leer una historia / situación.
3. A medida que describa la situación / el concepto, deles a los participantes indicaciones para ayudar a que imaginen lo descrito.
4. Según el objetivo del ejercicio, puede hacer un resumen final de la actividad:
 - Pidiéndoles a los participantes que compartan con un compañero lo visualizado y cómo se sintieron.
 - Pidiéndoles a los participantes que dibujen lo imaginado en una hoja de papel y lo compartan con un compañero o un grupo pequeño.
 - Pidiéndoles a los participantes que escriban individualmente una reflexión sobre lo visualizado y cómo se sintieron.

Variante

Visualizar conceptos difíciles: Use la visualización después de enseñar un concepto difícil (p. ej.: el modo en que los contaminantes se mueven en el agua subterránea o el modo en que un filtro elimina patógenos). Pídeles a los participantes que imaginen el proceso y lo dibujen en una hoja. Así usted tendrá un modo fácil de evaluar cuán bien entendieron el proceso y los malentendidos que pudiera haber.