

## FELICIDAD EN EL LUGAR DE TRABAJO

**Organización y país:** INDEPCIE (España)

---

**Nombre de la actividad:** MANOS LOCAS

---

**Descripción (¿Qué voy a aprender?):** La importancia de trabajar en equipo hacia un objetivo común. Para ello, tendré que ponerme al servicio del grupo, aportando, no quizá mi mejor versión, sino lo que se necesite de mí en un momento dado.

---

**Objetivo (¿Para qué voy a aprender?):**

- Para aprender a coordinar equipos de trabajo y convertirlos en grupos de alto rendimiento.
  - Para mostrar una metáfora de las trabas que los propios equipos se ponen en su trabajo, aun sin darse cuenta.
  - Para hacer un ejercicio de distensión dentro de la jornada laboral.
  - Para divertirse y encontrar formas de aprender de los errores.
- 

**Materiales:** Ninguno

---

**Duración:** 5 minutos

---

**Grupo destinatario:** Empleados y directivos

---

### Instrucciones para los facilitadores

Se trata de una dinámica de grupo que puede realizarse tanto en interiores como en exteriores. Es adecuada para grupos de 4 personas o más, sin límite de participantes.

Antes de comenzar la actividad, el animador colocará a los participantes en un círculo separados entre sí por al menos un metro y se situará fuera para dar las instrucciones.

### **Tareas y procedimiento:**

1. El animador pide a los participantes que cierren los ojos y levanten un brazo a la altura del hombro y otro a la altura del pecho. A continuación, el animador les pide que se desplacen

hacia el centro del círculo (todavía con los ojos cerrados) hasta que se encuentren con otra mano, que deberán agarrar. Una vez que todos los participantes hayan encontrado su "pareja de manos", el resultado debe ser una madeja de brazos entrelazados que provocará una situación cómica.

2. Ahora el objetivo del ejercicio es que los participantes tengan que deshacer los nudos sin separar las manos hasta formar un círculo con las manos unidas. Para ello, no podrán separar las manos y tendrán que encontrar la manera de desbloquear la situación utilizando su imaginación y el trabajo en equipo.

### **Conclusión y evaluación:**

Para terminar, haremos una lluvia de ideas entre los participantes y asistentes para sacar conclusiones.