



Dimensión:



Para trabajar con:  
Estudiantes/  
docentes

Tiempo de planeación:  
5 min.

Duración estimada:  
10 min.

Habilidades generales en entrenamiento



Habilidades específicas en entrenamiento



“El nudo humano”

### Para reflexionar...

¿A quiénes afectan nuestras decisiones?  
¿Cómo podemos considerar a otras personas cuando tomamos decisiones?

### Nuestro objetivo:

Reconocer que las decisiones que tomamos afectan a otras personas y generar conciencia de que nuestras acciones no deben lastimar a otras personas.

### Condiciones y materiales deseables:

Un salón u otro espacio en el que los participantes se puedan poner de pie y formar varios equipos de seis a ocho estudiantes.

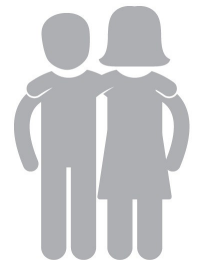
### Paso a paso:

1. Pedir a los participantes que se pongan de pie y formen círculos de seis a ocho personas.
2. Cada uno tiene que tomar de la mano a dos personas que estén del otro lado del círculo. No pueden darle la mano a los compañeros que estén parados a un lado.
3. Cuando todos hayan tomado de la mano a dos personas, se creará un “nudo humano”.
4. El reto es deshacer el nudo sin soltarse de las manos.
5. Es importante recordarles a los participantes que lo hagan con calma y que tengan mucho cuidado de no lastimar a nadie.
6. Una vez deshecho el nudo, el instructor pregunta:
  - ¿Qué sintieron al estar en un nudo humano?
  - ¿Cómo lo desenredaron?
  - ¿Se aseguraron de no lastimar a nadie?
  - ¿Qué tiene que ver esto con las decisiones que tomamos en la vida real?

### Para terminar...

¿Cómo seré una mejor persona?, ¿cómo seremos una mejor comunidad?

Casi todas nuestras acciones y decisiones afectan a otras personas. Es importante considerar el impacto de nuestras decisiones en los demás y tratar de optar por la que minimice el daño y maximice el beneficio para nosotros y para otras personas.



**Recuerda consultar las referencias de las actividades Construye T en nuestro sitio [www.sems.gov.mx/construyet](http://www.sems.gov.mx/construyet)**