

# Módulo 6 - Dinámicas de grupo

## Emociones

### Reflexión de la zona de confort



## Objetivos

- Descubrir de lo que son capaces.
- Fomentar la consciencia del espacio en el que se encuentran.

**Tiempo:** 10' ; **Lugar:** Exterior o Interior ; **Material:** tiza, lápiz, cinta o un palo



## Desarrollo y reflexión

Dibujas 3 círculos en el suelo creando una diana, con esto les explicas que es la zona de confort y en el punto en el que se encontraban y en el que se encuentran ahora o se encontrarán después del viaje. El círculo pequeño es su zona de confort, es de donde partieron antes de inscribirse al viaje y en el siguiente está su zona de aprendizaje, la línea que hace el segundo círculo es su zona de miedo, que como ven es una línea muy pequeña y al pasarla llegan a la zona del aprendizaje. Una vez ahí llegarán a la última parte que es la del desarrollo, que es cuando lo que han vivido se convierte en su nueva zona de confort.

