



# Apoyo a la docencia: Importancia de las dinámicas de integración y del “juego” en los grupos de pares y en el aula docente

**José Alberto Calleja Jiménez**

Facultad de psicología UNAM, Circuito Ciudad Universitaria Avenida, C.U.,  
04510 Ciudad de México, México

Asociación civil DiVU: Diversidad, cultura, género, alimentación y ciencia  
(RFC: DDC1704053H4)

[callejajimenezjosealberto@gmail.com](mailto:callejajimenezjosealberto@gmail.com)

## Introducción

Una de las deudas pendientes de la academia y de las universidades es la falta de inclusión hacia la diversidad humana [1]. Personas con discapacidad, población indígena, LGBTI+, personas con VIH, personas que reportan uso problemático de sustancias psicoactivas y muchas otras poblaciones vulneradas son algunas de las más segregadas dentro las ciencias naturales y exactas, ingenierías, desarrollo tecnológico y dentro de los Recursos Humanos Ocupados en Ciencia y Tecnología, y para esto ya existen metodologías y reportes exitosos de incidencia social en nuestro país y programas de inclusión [4], cuya parte del éxito podemos atribuir a los grupos de pares y la implementación de juegos, dinámicas de integración y el carácter lúdico de la divulgación científica.

Podemos extrapolar esta experiencia exitosa al aula docente y a los grupos (de investigación, laborales, académicos). En

este trabajo se analizó el éxito y fracaso de algunas dinámicas integrativas y juegos dentro del aula que permitieran una mejor integración de las personas participantes, siempre apegados a una visión de pluralidad cultural e inclusión a la diversidad. De forma concreta se realizó un enfoque de métodos cualitativos para abordar el estudio del juego como factor de convivencia, usando un diseño de investigación explicativa para contestar la duda sobre si el humor favorece o no la convivencia dentro del aula.

Consideramos que las dinámicas aplicadas dentro del aula pueden ser fundamentales en varios aspectos de la vida de las personas, ya que el juego ayuda a las personas a resolver problemas (tanto internos como externos), enfrentar situaciones con sabiduría, aporta, descanso y recreación al estudiantado, fomentar el respeto, cooperación y socialización con sus compañeros y mayores, socialización para la mejor

comprensión y convivencia social, además de enriquecer sus experiencias, concentrar su voluntad e inteligencia y conocer sus propias limitaciones y potencialidades en otras actividades [6].

En 2023 se realizó un proyecto de investigación basado en el juego y sus beneficios en una escuela y se observó que un 66.7 % del estudiantado indicó que los juegos lograron aumentar la motivación y compromiso con el proceso de aprendizaje. El 86.7 % mostró avances en habilidades socioemocionales y en su crecimiento personal y social, lo que permitió que el alumnado mejorara sus habilidades colaborativas, de comunicación, trabajo en equipo, empatía y la habilidad social, disminuyendo la timidez de las personas [2]. El 73.3 % de los participantes comentó que la colaboración tuvo un impacto en su contexto escolar, mejorando la interacción entre los estudiantes, facilitando la comunicación y reduciendo la timidez en el alumnado [3].

### Antecedentes

¿Alguna vez has sentido que “te da pena” relacionarte con otras personas? ¿Puedes identificar algo que permita que la convivencia y la plática fluyan de mejor manera en estas situaciones?

No todo es negativo. La timidez es un rasgo de la personalidad de algunas personas y esta puede beneficiar (o no) la vida de nuestros pacientes, usuarios de terapia y acompañamiento psicológico y del alumnado en general. Ya sea en ambientes académicos, laborales o en nuestras relaciones personales, la timidez cumple importantes funciones sociales y evolutivas, principalmente aquellas relacionadas con “evaluar nuevas situaciones” con cautela, para así

poder responder de forma adecuada a las demandas de las situaciones tal como lo menciona Zimbardo y Radl (1985) [9] y autores como Vindel, Pellejero Ferrer, Iruarrizaga y Zuazo [8].

Muchas personas suelen tener problemas al momento de comunicarse con una o varias personas nuevas en el entorno en donde se encuentran. ¿Existirá una forma de volverlo todo más sencillo? Los rompehielos o *icebreaker* son pequeños juegos que funcionan como herramienta para que las personas asistentes a una reunión puedan hablar e interactuar, haciendo que la comunicación entre personas se vuelva más fácil y sencilla de realizar.

En las reuniones semanales de la asociación civil DiVU [4] tuve la oportunidad de poner en práctica la metodología presentada y recopilar datos de investigación. Dichas reuniones tienen dos objetivos clave: Divulgar la ciencia y convivir. Sabemos que la ciencia es una rama del conocimiento basada en la observación y la experimentación, aplicándose de forma ordenada y sistemática, para conocer al mundo y los eventos que ocurren mediante el método científico. Los datos recabados pueden ser registrados gracia a diversos tipos de instrumentos de investigación social, como los son bitácoras para las anotaciones cualitativas o las encuestas validadas [5] que se hacen a las nuevas personas que visitan o entran por primera vez a las reuniones de este colectivo, para la parte cuantitativa.

Como prestador de servicio social y miembro de DiVU a.c. he realizado muchísimas actividades diferentes a lo largo del tiempo (particularmente en las reuniones semanales), las cuales se llevan a cabo en la librería

y foro cultural Somos Voces, en Zona Rosa, Ciudad de México. Además del contenido científico divulgado y del activismo social que se hace a favor de las poblaciones vulneradas, estas reuniones presenciales tienen la finalidad de entretener a nuestro público y distraerlo de su vida un momento. Afortunadamente, la gran mayoría de personas participa en nuestras dinámicas y suelen ser abiertos respecto a las temáticas y al contenido académico, sin embargo he observado que, al inicio, todos y todas suelen ser muy tímidos para entablar conversaciones.

### Observaciones de campo

Las personas suelen intimidarse en multitudes o ante una gran cantidad de personas. A nuestras reuniones llegan entre 15 y 30 personas y, para facilitar la convivencia, al final de las pláticas semanales tenemos actividades en las que nuestra intención es que las personas puedan divertirse. Las razones para utilizar estas dinámicas son, en realidad, varias. En estas poblaciones prioritarias en particular se ha reportado que ayudan a incrementar los niveles de energía, permite que desarrollen estrategias de forma creativa y que las personas puedan conocerse las unas a las otras. (Alianza internacional contra el VIH/SIDA, 2002).

También, otro factor importante para el desarrollo de las actividades es la risa, ya que permite que todos puedan incluirse igual (así sean público incidental, las hermanas de la familia DiVU) y enriquece la convivencia, además de ser una forma socialmente aceptada de expresar ideas, emociones, sentimientos y experiencias que permiten crear identidad en los grupos [7]. En las actividades que hemos realizado en el colectivo, todos y todas se han reído gracias al ambiente y a que algunas personas pue-

den hacer reír a otros usando el material que se les ha presentado, lo que facilita la conversación y permite que puedan estar más relajados al momento de hablar de otros temas.

Nuestra duda ahora es, ¿los juegos y la risa son factores importantes para que un grupo pueda sentirse cómodo? Para comenzar haré un análisis retrospectivo de algunas de las actividades que hemos realizado en el colectivo. Concluiré con una práctica para comprobar que la risa y el humor son factores relevantes para reducir el estrés.

Para poder iniciar con este análisis, mencionaré brevemente en qué consistieron las actividades que pueden servir para contestar a nuestra pregunta. Entre ellas están:

- Cartas: Se les repartió a los y las integrantes un pedazo de papel en la que debían escribir algo positivo que veían en alguna de las personas de la plática, para posteriormente guardar su carta dentro de una bolsa. Después, cada uno empezó a sacar una carta y leer en voz alta el contenido de esta, con la finalidad de que notarán que todos tenían algo que las demás personas admiraban de ellos.
- Lotería de mujeres científicas: Las personas asistentes jugaron una lotería de mujeres que han tenido relación con la ciencia y la tecnología, creada por la activista social sorda y divulgadora científica Ellie Luna. Los asistentes se activaron cognitivamente y motivadamente para poder llevar a cabo las siguientes actividades, además de aprender sobre mujeres en STEM y jugar un tradicional juego de mesa mexicano.
- Mímica de fetiches y apagadores sexuales: En este juego, se les pidió a las personas asistentes que escribieran de

1 a 3 “encendedores” sexuales que ellos hayan identificado en sí mismos en un pedazo de papel y que lo guardaran en una bolsa. Cada uno de ellos tuvo que sacar un papel. Su tarea era imitar lo que decía el pedazo de papel usando mímica y los demás tenían que adivinar qué era. Al final, tuvieron que descubrir de quién era el papel. Se realizó la misma tarea, pero en la segunda ronda tuvieron que escribir sus inhibidores sexuales. Todo ello con la finalidad de que se conozcan más entre ellos y consigo mismos; asimismo, para lograr que la convivencia fuera más llevadera con ayuda de la risa que provocaba hacer los gestos.

- En la piel de un conservador, Eduardo Vergastegui: Durante la entrega de premios de la asociación (los DiVU Awards con invitados especiales y show DRAG), usé una máscara de Eduardo Verastegui y preparé chistes relacionados con la vida de este actor de ultraderecha para hacer mofa de él, con el fin de hacer catarsis de todo lo que ha dicho en contra de la comunidad LGBTI+ y otras poblaciones discriminadas.
- Laberinto con plumas: Victoria, también prestadora de servicio social en DiVU, se encargó de hacer discos con varios listones pegados alrededor y con un marcador negro en medio de los círculos, los cuales fueron repartidos a las personas de la reunión quienes estaban previamente organizadas en equipo. Con este aditamento completaron laberintos de papel y se explicó contenido científico relacionado con la inteligencia artificial y los algoritmos matemáticos. La finalidad de esta actividad era que entre ellos se organizaran para poder atravesar el laberinto, usando sus listones y direccionándolos para poder llegar a la salida: un retador trabajo colaborativo que propicia

el trabajo en equipo, la confianza, el liderazgo y la perseverancia para alcanzar fines comunes.

## Metodología

**Participantes:** La investigación se realizó en la cafetería “Somos Voces”, en los miércoles de reunión de DiVU a.c. Se seleccionaron a las personas que asistieron a la reunión.

**Procedimiento de recolección de datos:** Se emplearon múltiples métodos para recopilar los datos. Primero, se realizó una revisión de literatura sobre el juego y sus beneficios dentro del aula y para la convivencia de las personas. Después, se realizaron observaciones en el grupo para registrar cómo se comportaban los grupos y registrar sus decisiones durante la actividad, y finalmente se hicieron entrevistas para profundizar en el proceso de los participantes.

**Análisis de datos:** Los datos cualitativos recopilados se analizaron y recabaron a través de las observaciones, cuestionarios y entrevistas; se empleó un análisis de datos diagnóstico. Se usó un enfoque inductivo para permitir que los hallazgos surgieran de los propios datos.

## Propuesta de un taller inclusivo hacia la diversidad

1) Título o nombre del taller: De Furros, videojuegos y creaturas fantásticas; dibuja a tu *Furrsona*.

2) Hipótesis: Si la gente es más seria y callada cuando están en la plática, al momento de hacer las actividades se vuelven menos tímidas y comienzan a hablar más.

3) Objetivos generales: Lograr que los y las participantes interaccionen más entre ellos a través del juego, usando la comunicación como herramienta para lograr dibujar un personaje tipo “Furro”.

4) **Objetivos particulares:** Fomentar la toma de decisiones en equipo para llegar a un consenso y discutir ideas y repartición de la tarea. Comunicar los pensamientos de los y las integrantes para poder llegar a acuerdos en cuanto al dibujo y brindarle personalidad. Reducir la timidez o miedo que los y las participantes puedan presentar al hablar mediante el juego. Solucionar problemas de comunicación que existan dentro de los equipos usando estrategias como el humor. Visibilizar a la comunidad de Furros.

5) **Duración:** 25- 30 minutos

6) **Materiales:**

- 7 hojas de papel blanco
- 7 Lápices HB y lápices de colores
- 7 Borradores

7) **Procedimiento:** Se organizó a los participantes en 6 equipos de 7 personas cada uno, a los cuales se les dio un lápiz, una goma para borrar y una hoja de papel. El facilitador da la instrucción: “Ustedes tienen que dibujar a su fursona. Tienen que dibujar su cuerpo, desde la cabeza hasta los pies. Entre todo el equipo deben decidir qué animal fantástico van a dibujar y cómo van a dibujar las partes del cuerpo”. Se les asigna un tiempo de 20 minutos para realizarlo.

En cuatro equipos, el facilitador debe monitorear la actividad de los miembros y empezar a hacer chistes para alentar al equipo a hablar y contrastar con los demás equipos.

Después de los 20 minutos, el facilitador debe decir “Ahora van a ponerle nombre y personalidad a su dibujo. Pueden agregarle dos o más características”.

Al final, un miembro de todos los equipos deben pasar a exponer su dibujo, así como sus características y explicar cómo fue que llegaron a acuerdos. Asimismo, mencionar

si tuvieron problemas para comunicarse y cómo es que lo solucionaron.

8) **Cierre y evaluación:** Al final, un representante del equipo debe pasar a explicar el trabajo que sus compañeros y él o ella hicieron en conjunto y mostrarlo a todo el grupo. Para poder evaluar nuestro ejercicio, el facilitador tiene como objetivos evaluar la organización, comunicación, formas de animar a participar a otros a hablar y la apertura del grupo a nuevas ideas, realizándose desde el momento de acomodar los equipos hasta la exposición de los dibujos. Para confirmar, un miembro de los equipos (puede ser el mismo representante del cierre) pasa con el facilitador para poder explicar a detalle el proceso.



Figura 1. Fotografía del cierre de la reunión semanal en la cual se hizo el taller.

## Resultados

Cuando realicé esta dinámica, en general, los equipos mostraron buena disposición para hablar y compartir sus ideas, pero fue un proceso paulatino, ya que la gran

mayoría de equipos tenían un comportamiento tímido al inicio de la dinámica. En el grupo control, cuatro personas comenzaron a preguntarles a sus miembros qué ideas tenían, ponerlas sobre la mesa y hacer chistes sobre ello. Esto es muestra de una comunicación más fluida (en algunos momentos llegaban a platicar sobre otro tema), en los demás equipos la comunicación fue fluida, sin embargo, hubo más roces entre los miembros. Pude percibir que cuando ellos terminaron el ejercicio, todos estaban dispersos. La intervención se realizó el miércoles 24 de enero del 2024, fecha en la que tuvimos una sesión dedicada hacia los “Furrys”, una comunidad centrada en el gusto por el contenido relacionado a animales antropomórficos con conducta humana.

Los equipos tuvieron buena comunicación para poder tomar decisiones acertadas, a pesar de la tensión que hubo en uno de ellos. Supieron qué animal iban a hacer en conjunto, al igual que sus demás características. Si bien noté que al inicio la gran mayoría se mostró apenado. Algo que debo mencionar y que creo fue relevante para la dinámica fue la edad de los participantes, ya que la gran mayoría de miembros se encuentran en el rango de 20 a 50 años, teniendo un promedio de 32 +/- 5 años. Además, asistieron un total de 27 personas, 23 hombres y 4 mujeres. Su nivel socioeconómico de las personas participantes varió entre los dos sectores más privilegiados de la escala AMAI/NSE entre los niveles A/B y C+. Estos posiblemente hayan sido factores importantes, en comparación con las demás actividades que hemos hecho, ya que el proceso siempre ha sido el mismo y tiende a repetirse.

Se refuerza la idea de que los seres humanos necesitamos constantemente de las personas. El humor (además de catártico) puede funcionar como herramienta para el desenvolvimiento de las personas. Quise probar esta teoría, ya que, para mí, el humor ha funcionado para conocer a quienes han sido mis amigos y para que los usuarios de mis intervenciones en el área de la psicología no se sientan incómodos al momento de tener que entablar conversaciones. Es increíble ver que la teoría sí es verdad en la práctica, en este tema que abre la posibilidad de que existan investigaciones más profundas de cómo el humor puede servir como herramienta para el aprendizaje, convivencia, catarsis y la interacción humana.

## Conclusión

Esta actividad puede ser trasladada a las demás aulas, dibujando a cualquier personaje siempre y cuando este sea inventado por los alumnos y alumnas, y con la condición de hacerlo en equipo. La metodología puede ser la misma que se empleó en este experimento.

Para la parte de resultados, es necesario observar y tomar notas sobre el comportamiento de los grupos, al igual que escuchar las decisiones que están tomando para analizarlas y compararlas al final de la actividad. Además, es necesario hacer entrevistas con los grupos para ver cómo se organizaron, qué problemas tuvieron para realizar la actividad y cómo lo resolvieron (es un buen indicativo notar la presencia de chistes de por medio).

## Referencias

1. Dewidar, Elmostekawy, Welch (2022). Improving equity, diversity, and inclusion in academia. *Research Integrity and Peer Review*. 7 (4). <https://doi.org/10.1186/s41073-022-00123-z>

2. Gabriela, E., Patricia, X., Calle, R., Guamán, J., Cumbe, Z. (2023). El juego como estrategia de aprendizaje en el aula. *Invecom* 3 (2). 1-15.
3. María, L. (2011) El juego como estrategia didáctica en la educación infantil. Pontificia Universidad Javeriana.
4. Martínez Rosas, Astron Rigel. (2022). Divulgación científica dentro de una organización de la sociedad civil con énfasis en la divulgación de la Química y en el activismo social enfocado a la población LGBTI+ (tesis de licenciatura). Facultad de Química, UNAM, México.
5. Martínez, Astron. (2020). Métricas para la incidencia social, *Revista Materiales Avanzados del IIM-UNAM*, 32 (1) p.86-89.
6. Minerva, T., Torres, P. (2007). El juego como Estrategia de Aprendizaje en el Aula. Universidad de los Andes.
7. Restrepo, O, Puche, Peña, P. (2003). Promoción de la convivencia y prevención de violencia interpersonal mediante actividades lúdicas y humorísticas: El proceso de implementación de la estrategia ¿Y del respeto qué? . *Colombia Médica*, 34(1), 31-35.
8. Vindel, A., Pellejero, M., Ferrer, M., Iruarizaga, I. y Zuazo, A (2014). Aspectos cognitivos, emocionales, genéticos y diferenciales de la timidez. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*. Recuperado en enero de 2024. <http://reme.uji.es/articulos/acanoa5610802100/texto.html#:~:text=Por%20otro%20lado%2C%20Zimbardo%20y,las%20demandas%20de%20la%20situaci%C3%B3n>
9. Zimbardo, P.G. y Radl, S. (1985). *El niño tímido*. Madrid: Paidós.