DINÁMICA 03

Caminata sobre Legos

TEMA DE HOY

La ansiedad: el estudio, el futuro, la facultad, el trabajo, las expectativas.



OBJETIVO

Entender que la ansiedad no es pecado, que Jesús la conoció y que podemos llevarla a Dios y compartirla.

NECESITÁS

Piezas de Lego (o tapitas), cinta, 3 vendas y música de suspenso.

25 MINUTOS

PRIMERA PARTE

Preparar el recorrido

01 Mostrar el camino

Marcá con cinta un camino en el piso y llenalo de Legos a la vista de todos.

02 Vendar a los voluntarios

Pedí tres voluntarios, vendales los ojos y llevalos afuera un momento.

03 Despejar en silencio

Mientras, sacá en silencio casi todos los Legos del camino.

EL CAMINO CAMBIÓ

Ellos todavía no lo saben.

SEGUNDA PARTE

Dar el primer paso

04 Crear suspenso

Traelos de nuevo, poné la música de suspenso y armales drama: «¡Cuidado! ¡Hay muchos!».

05 Caminar con una guía

Que caminen descalzos (o con medias) el camino, guiados por la voz de un compañero.

06 Descubrir el camino real

Al final, sacá las vendas y mostrales el camino casi vacío.

PARA PENSAR JUNTOS

¿Era tan grave como imaginabas?

PARA ACOMPAÑAR AL GRUPO

Guía para el líder

PARA CONVERSAR

01 ¿Qué sentiste antes de dar el primer paso? ¿Era tan grave como imaginabas?

02 ¿Qué situaciones te generan ansiedad hoy?

03 ¿Qué te ayuda cuando te sentís así? ¿A quién se lo contás?

REFLEXIÓN

«Lo que más pesó no fueron los Legos, sino lo que imaginaban. La ansiedad muchas veces es así. No es pecado sentirla: en Getsamaní Jesús sintió una angustia enorme y la llevó al Padre (Lucas 22:39-46). Filipenses 4:6-7 nos da un camino: orar, pedirle a Dios lo que necesitamos y agradecer. Y Jesús dijo: “En el mundo tendrán aflicción, pero confíen, yo he vencido al mundo” (Juan 16:33).»

IMPORTANTE

Si alguien comparte una ansiedad muy fuerte o que no se va, acompañalo a hablar con su familia, el pastor o un profesional.

DESAFÍO

Cada noche de esta semana, escribí una preocupación y tres cosas por las que agradecés.