

---

**First International Workshop- Modena- 19-21 January-2026**

**PROPOSAL OF GAMES / ACTIVITIES / MUTUAL EXERCISES FROM DIFFERENT  
METHODOLOGIES- DANIELA BERTINI -SOLIS SRLS**

**1. Take-It-All**

For this group activity, have everyone stand in a circle and start with a ball. Share the topic on which the exercise will be based and let everyone know that they will say something related to that topic. They then throw the ball to the next person, who shares another piece of information, reflection, or thought on the topic. This makes the training much more interactive, as everyone has the opportunity to contribute and learn from a variety of perspectives.

**2. Walking Questions**

This is another exercise that encourages interaction and cooperation. Start by giving everyone a sheet of paper and have them sit in a circle. Each participant writes an open-ended question related to the training topic. Then they pass the sheet to the person on their right. That person reads the question and writes any answers or insights they may have, then adds another question and passes the paper to the right. The exercise ends when everyone gets back their original sheet. Everyone should end up with something to review, full of questions and answers to reflect on.

**3. Snowballs**

This game is fun and physical, making it a great way to keep things engaging while helping people remember new information. You can use this exercise at the beginning of a session to kick things off, or at the end to recap and share. Start by giving everyone a sheet of paper and asking them to write down an idea, insight, or new concept they have learned (or want to share). Ask everyone to crumple their paper into a ball and start a “snowball fight” (note: you will need an appropriate space). Set a timer for one or two minutes. When the timer goes off, ask everyone to stop and pick up the snowball closest to them. Then have everyone sit down again and read the paper out loud. This way, participants are exposed to new ideas using a creative method that supports learning.



---

finished piece and describe their thoughts. This activity also leaves everyone with a meaningful souvenir of the day.

## 9. Invisible Gifts

This is a pair-based training activity that can help people remember ideas and improve understanding. Divide participants into pairs and ask one person to share their favorite moment of the day. The other person listens and then gives a “magical gift” based on what was shared. For example, if someone’s most important moment was a conflict resolution strategy they hope to apply in a conversation with a partner or colleague, their partner might give them a “magic pillow” so they can rest well the night before the conversation. Then participants switch roles.

## 10. The Magic Object

Ask participants to choose any object from their bag. Each participant must first describe it objectively (size, color, weight, etc.). Then they imagine the magical powers the object might have: describing them in detail and telling its origin and story (for example, that it was gifted by a mysterious character centuries ago and passed down from generation to generation). First this is done orally, and then everything can be written down and kept.

## 11. (I Am Not) Like You

Choose a topic for discussion on which everyone can take a position: something we can be for or against, something we love or hate. For example: the sea vs. the mountains, French fries, school, spiders, etc. Once the topic is chosen, divide into two groups: one in favor and one against. Then discuss the topic, listing its positive aspects. But here’s the twist: those who must list the positive qualities of the topic are the ones who are against it. It won’t be sea lovers praising the sea, but those who prefer the mountains—and vice versa. Is it impossible to support an idea that isn’t your own? Let’s try and find out!

---

## First International Workshop- Modena- 19-21 January-2026

### PROPOSTA DI GIOCHI/ATTIVITA'/ESERCIZI MUTUATI DA VARIE METODOLOGIE

**DANIELA BERTINI -SOLIS SRLS**

#### 1. Prendi-tutto

Per questo gruppo, fate mettere tutti in cerchio e iniziate con una palla. Condividete quale sarà l'argomento su cui si baserà l'esercizio, quindi fate sapere a tutti che diranno qualcosa sull'argomento. Quindi lanceranno la palla alla persona successiva, che condividerà un'altra informazione, riflessione, pensiero sull'argomento. Ciò rende la formazione molto più interattiva, poiché tutti hanno la possibilità di contribuire e imparare da una varietà di prospettive.

#### 2. Walking questions

Questo è un altro esercizio che incoraggia l'interazione e la cooperazione. Inizia dando a tutti un foglio di carta e falli sedere in cerchio. Ogni partecipante scrive una domanda aperta relativa all'argomento della formazione. Poi passa il foglio alla persona alla sua destra. Quella persona leggerà la domanda e scriverà eventuali risposte o intuizioni che potrebbe avere. Poi aggiunge un'altra domanda e passa il foglio alla destra. L'esercizio è finito quando tutti riprendono il loro foglio originale. Dovrebbe dare a tutti qualcosa da rivedere con un sacco di domande e risposte da esaminare.

#### 3. Palle di neve

Questo gioco è divertente e fisico, quindi è un buon modo per rendere le cose divertenti aiutando le persone a ricordare delle nuove informazioni. Puoi usare questo esercizio all'inizio di una sessione per dare il via alle cose, oppure puoi usarlo alla fine per aiutare a ricapitolare e condividere. Inizia dando a tutti un foglio di carta e chiedendo loro di scrivere un'idea, intuizioni o un nuovo concetto che hanno imparato (o che vogliono condividere). Chiedi a tutti di accartocciare il loro foglio e di fare una battaglia a palle di neve (nota: avrai bisogno di uno spazio idoneo). Imposta un timer per un minuto o due e, una volta che scatta, chiedi a tutti di fermarsi e di prendere la "palla di neve" più vicina a loro. Quindi chiedi a tutti di sedersi di nuovo e di leggere il loro foglio ad alta voce. In questo modo non solo esponi tutti a delle nuove idee, ma utilizzi anche un metodo creativo per aiutare le persone a imparare qualcosa di nuovo.

#### 4. Scatola magica

Con questa attività, fai in modo che tutti si sintonizzino sui vari fattori della formazione. Mentre le persone si presentano, chiedi loro di prendere un oggetto da una scatola immaginaria. Poi, devono descrivere al gruppo cosa hanno scelto e perché. Dovrebbe essere qualcosa che

---

riguarda la formazione, non solo un oggetto casuale. Chiedi a tutti di spiegare il loro oggetto e come aiuta con gli argomenti di oggi.

## 5. Metodo Una parola

Questo rompighiaccio è facile da fare e non richiede alcun materiale o preparazione. Fai sapere ai partecipanti che il loro obiettivo è creare una frase che abbia senso, una parola alla volta. Introduci il tema a cui la frase dovrebbe riferirsi e scegli una persona che inizi. Poi fai un giro in cerchio, chiedendo a ogni persona di aggiungere la propria parola finché non è stata creata un'affermazione completa.

## 6. Esercitazione sulla nave pirata

Questo rompighiaccio è un modo unico per imparare le diverse percezioni di tutti e cosa mettono sul tavolo. Inizia disegnando una grande nave pirata su una lavagna nera una lavagna bianca. Poi fai fare il giro a tutti e chiedi a ogni persona di descrivere chi vorrebbe essere sulla nave e perché. Ad esempio, qualcuno potrebbe dire che vorrebbe essere il cuoco, perché ama prendersi cura degli altri. Qualcun altro potrebbe dire che vorrebbe essere il primo ufficiale, perché gli piace essere al comando senza essere una figura autoritaria. Questo è un modo divertente per imparare come le persone vedono se stesse, il che può aiutarti a lavorare meglio con loro.

## 7. Macchina umana

Questo gioco di formazione è un ottimo modo per incoraggiare una forte cooperazione. Fate stare tutti in cerchio con una persona al centro. Dovrebbero imitare parte di una "macchina" emettendo suoni o movimenti appropriati. Dopo 5 secondi, un'altra persona dovrebbe entrare e connettersi alla prima persona, emettendo anche i suoni e i movimenti giusti della "macchina". Ogni 5 secondi si unisce una nuova persona, finché tutti non sono connessi come una macchina ben oleata.

## 8. Arte dell'immagine astratta (attività a conclusione)

Alcune persone imparano visivamente e vedere una rappresentazione visiva dei concetti può essere molto utile per alcune persone. Per questa attività avrai bisogno di diverse tele e materiali artistici (almeno una tela a persona). Inizia chiedendo a tutti di chiudere gli occhi e pensare alle attività e alle idee della giornata. Quindi, chiedi loro di creare un'opera d'arte astratta basata su ciò che hanno imparato. Se vuoi facilitare una maggiore condivisione, dividi le persone in piccoli gruppi e chiedi loro di mostrare il loro prodotto finito e di descrivere i loro pensieri. Questo lascia anche a tutti un fantastico ricordo della giornata.

---

## 9. Doni invisibili

Questa è un'attività di formazione in coppia che può aiutare le persone a ricordare idee e migliorare la comprensione. Dividete le persone in gruppi da due e iniziate chiedendo a una persona di condividere il suo momento preferito della giornata. Uno dei due ascolterà e poi darà un "dono magico" in base al suo contributo. Ad esempio, se il momento più importante per qualcuno è stata una strategia di risoluzione dei conflitti che spera di applicare a una conversazione con il partner o un collega di lavoro, allora il compagno di gioco potrebbe fornirgli un "cuscino magico" in modo che possa riposare bene la notte prima della conversazione. Poi si scambiano i ruoli.

## 10. L'oggetto magico.

Fate scegliere un oggetto dalla borsa dei partecipanti, uno qualsiasi. Ciascun partecipante dovrà descriverlo oggettivamente (dimensioni, colore, peso, ecc) . Poi dovrà immaginare dei poteri magici che l'oggetto può avere: descriverli con dovizia di particolari, e raccontarne l'origine e la storia (ad es. che è stato donato da un misterioso personaggio secoli fa e tramandato di generazione in generazione...). Prima a voce, poi tutto questo potrà essere scritto e conservato.

## 11. (Non) sono come te

Scegliamo un argomento su cui discutere, su cui ciascuno possa prendere posizione, per il quale possiamo essere a favore o contrario, che adoriamo o detestiamo. Ad es. il mare/ la montagna, le patatine fritte, la scuola, i ragni... Una volta scelto l'argomento ci disponiamo in due gruppi, uno a favore e l'altro contro. E ne parliamo, elencando le cose belle ad es della montagna o del mare. Ma, attenzione: chi dovrà elencare le qualità positive dell'argomento scelto sarà chi è contrario. Non saranno gli amanti del mare ad elogiarlo, ma saranno coloro che preferiscono la montagna, e viceversa. Impossibile sostenere un'idea non propria? Proviamoci e scopriamolo!

---

## First International Workshop- Modena- 19-21 January-2026

### PROPUESTA DE JUEGOS / ACTIVIDADES / EJERCICIOS MUTUOS DESDE DIFERENTES METODOLOGÍAS- DANIELA BERTINI -SOLIS SRLS

#### 1. Tómallo todo

Para esta actividad grupal, se pide a todas las personas que se coloquen en círculo y se comienza con una pelota. Se comparte el tema en el que se basará el ejercicio y se explica que cada persona dirá algo relacionado con dicho tema.

Luego, se lanza la pelota a la siguiente persona, que compartirá otra información, reflexión o pensamiento sobre el tema.

Esto hace que la formación sea mucho más interactiva, ya que todas las personas tienen la oportunidad de contribuir y aprender a partir de una variedad de perspectivas.

#### 2. Preguntas en movimiento

Este es otro ejercicio que fomenta la interacción y la cooperación. Se comienza entregando una hoja de papel a cada participante y sentándolos en círculo. Cada persona escribe una pregunta abierta relacionada con el tema de la formación.

Después, se pasa la hoja a la persona de la derecha. Esa persona lee la pregunta y escribe posibles respuestas o ideas que se le ocurran, añade una nueva pregunta y vuelve a pasar la hoja hacia la derecha.

El ejercicio termina cuando cada persona recupera su hoja original. Al final, todas las personas tendrán un material para revisar, lleno de preguntas y respuestas sobre las que reflexionar.

#### 3. Bolas de nieve

Este juego es divertido y físico, por lo que es una buena forma de dinamizar el grupo y ayudar a recordar nueva información. Puede utilizarse al inicio de una sesión para romper el hielo o al final para recapitular y compartir.

Se comienza entregando una hoja de papel a cada participante y pidiéndoles que escriban una idea, reflexión o nuevo concepto que hayan aprendido (o que deseen compartir). Luego, se les pide que arruguen la hoja formando una bola y se inicia una “batalla de bolas de nieve” (nota: se necesita un espacio adecuado).

Se pone un temporizador de uno o dos minutos y, cuando suena, se pide a todas las personas

que se detengan y recojan la “bola de nieve” más cercana. Después, se sientan nuevamente y leen el contenido en voz alta.

De esta forma, se comparten nuevas ideas utilizando un método creativo que facilita el aprendizaje.

#### **4. La caja mágica**

Con esta actividad se ayuda a que todas las personas se conecten con los distintos aspectos de la formación. Mientras se presentan, se les pide que tomen un objeto de una caja imaginaria.

Luego deben describir al grupo qué han elegido y por qué. El objeto debe estar relacionado con la formación, no ser algo aleatorio. Se pide a cada persona que explique su objeto y cómo se vincula con los temas del día.

#### **5. Método de una sola palabra**

Este rompehielos es fácil de realizar y no requiere materiales ni preparación. Se informa a las personas participantes que el objetivo es crear una frase con sentido, palabra por palabra. Se introduce el tema al que debe referirse la frase y se elige a una persona para comenzar. Luego se avanza en círculo, pidiendo a cada persona que añada una palabra hasta completar una afirmación coherente.

#### **6. Ejercicio del barco pirata**

Este rompehielos es una forma original de conocer las distintas percepciones y lo que cada persona aporta al grupo. Se comienza dibujando un gran barco pirata en una pizarra. Luego se recorre el círculo y se pide a cada persona que describa qué rol le gustaría tener en el barco y por qué. Por ejemplo, alguien puede decir que le gustaría ser el cocinero porque disfruta cuidando de los demás. Otra persona puede decir que preferiría ser el primer oficial porque le gusta liderar sin ser autoritaria.

Es una forma divertida de conocer cómo se ven a sí mismas las personas, lo que puede ayudar a trabajar mejor en grupo.

#### **7. La máquina humana**

Este juego formativo es una excelente manera de fomentar una cooperación sólida. Todas las personas se colocan en círculo con una persona en el centro.

Esta persona debe imitar una parte de una “máquina” mediante sonidos o movimientos.

Después de 5 segundos, otra persona entra y se conecta a la primera, produciendo también sonidos y movimientos acordes.

Cada 5 segundos se suma una nueva persona, hasta que todo el grupo esté conectado como una máquina bien engrasada.

## **8. Arte de imagen abstracta (actividad de cierre)**

Algunas personas aprenden de forma visual, y ver una representación gráfica de los conceptos puede ser muy útil. Para esta actividad se necesitan varios lienzos y materiales artísticos (al menos un lienzo por persona).

Se comienza pidiendo a todas las personas que cierren los ojos y piensen en las actividades y las ideas del día. Luego se les pide que creen una obra de arte abstracta basada en lo que han aprendido.

Si se desea fomentar el intercambio, se puede dividir al grupo en pequeños subgrupos y pedirles que muestren su obra final y expliquen sus pensamientos. Esta actividad permite además que cada persona se lleve un recuerdo significativo de la jornada.

## **9. Regalos invisibles**

Esta es una actividad formativa en parejas que ayuda a recordar ideas y mejorar la comprensión. Se divide al grupo en parejas y se pide a una persona que comparta su momento favorito del día.

La otra persona escucha y luego ofrece un “regalo mágico” basado en lo que ha escuchado. Por ejemplo, si el momento más importante para alguien ha sido una estrategia de resolución de conflictos que espera aplicar en una conversación con su pareja o con un colega de trabajo, su compañero o compañera puede regalarle un “cojín mágico” para que descanse bien la noche anterior a la conversación.

Después, se intercambian los roles.

## **10. El objeto mágico**

Se pide a las personas participantes que elijan cualquier objeto de su bolso o mochila. Cada persona debe describirlo primero de manera objetiva (tamaño, color, peso, etc.). Después, debe imaginar los poderes mágicos que el objeto puede tener, describiéndolos con detalle y contando su origen y su historia (por ejemplo, que fue regalado por un personaje misterioso hace siglos y transmitido de generación en generación).

Primero se comparte de forma oral y luego todo puede escribirse y conservarse.

## 11. (No) soy como tú

Se elige un tema sobre el cual debatir, en el que cada persona pueda posicionarse: algo que podamos amar u odiar, estar a favor o en contra. Por ejemplo: el mar o la montaña, las patatas fritas, la escuela, las arañas, etc.

Una vez elegido el tema, el grupo se divide en dos: uno a favor y otro en contra. Se debate el tema enumerando sus aspectos positivos.

Pero hay una condición: quienes deben enumerar las cualidades positivas del tema son las personas que están en contra. No serán los amantes del mar quienes lo elogien, sino quienes prefieren la montaña, y viceversa.

¿Es imposible defender una idea que no es la propia? ¡Probemos y descubramos qué sucede!