

## Dinâmica: “dos problemas”

**Material:** Bexiga, tira de papel

**Procedimento:**

Formação em círculo, uma bexiga vazia para cada participante, com um tira de papel dentro (que terá uma palavra para o final da dinâmica)

O facilitador dirá para o grupo que aquelas bexigas são os problemas que enfrentamos no nosso dia-a-dia(de acordo com a vivência de cada um), desinteresse, intrigas, fofocas, competições, inimizade, etc.

Cada um deverá encher a sua bexiga e brincar com ela jogando-a para cima com as diversas partes do corpo, depois com os outros participantes sem deixar a mesma cair.

Aos poucos o facilitador pedirá para alguns dos participantes deixarem sua bexiga no ar e sentarem, os restantes continuam no jogo. Quando o facilitador perceber que quem ficou no centro não está dando conta de segurar todos os problemas peça para que todos voltem ao círculo e então ele pergunta:

- 1) a quem ficou no centro, o que sentiu quando percebeu que estava ficando sobrecarregado;
- 2) a quem saiu, o que ele sentiu.

Depois destas colocações, o facilitador dará os ingredientes para todos os problemas, para mostrar que não é tão difícil resolvermos problemas quando estamos juntos.

Ele perderá aos participantes que estorem as bexigas e peguem o seu papel com o seu ingrediente, um a um deverão ler e fazer um comentário para o grupo, o que aquela palavra significa para ele.

Dicas de palavras ou melhores ingredientes:- amizade, solidariedade, confiança, cooperação, apoio, aprendizado, humildade, tolerância, paciência, diálogo, alegria, prazer, tranquilidade, troca, crítica, motivação, aceitação, etc...  
(as palavras devem ser feitas de acordo com o seu objetivo)