



Neste post, você encontrará diversas dinâmicas para adquirir confiança que poderão ser aplicadas em diferentes grupos. Confira a seguir.

Dinâmicas para adquirir confiança

Confiança pode ser entendida como “um estado psicológico que se caracteriza pela intenção de aceitar a vulnerabilidade, com base em crenças otimistas a respeito das intenções do outro”.

Confiança pode também ser entendida como a crença na probidade moral, na sinceridade de alguém.

Neste post, você encontrará diversas dinâmicas para adquirir confiança que poderão ser aplicadas em diferentes grupos. Confira a seguir.

Dinâmicas para adquirir confiança - Se jogue



Essa dinâmica é perfeita para trabalhar no grupo de educação infantil, de modo que serão trabalhadas a insegurança e a socialização entre os participantes.

Recursos para a dinâmica:

- Sala ampla.



Execução da dinâmica:

1. Primeiramente, peça que as crianças formem duplas com um dos colegas que eles mais sentem afinidade.
2. Em seguida, peça que as duplas se posicionem de modo que uma das pessoas fique na frente da outra.
3. Peça que os participantes da frente feche os olhos, e se ela realmente confia na pessoa que está atrás, ela irá se jogar para que a outra a segure.
4. Após se jogarem, conclua a dinâmica falando que mesmo sentindo medo e insegurança de início, as crianças confiaram na pessoa que ela selecionou por meio de maior afinidade.

Dinâmicas para adquirir confiança - Apoio



Essa dinâmica tem como objetivo primordial gerar confiança que temos que ter em nossos amigos, gerando espírito de equipe e valorização de pessoas.

Recursos para a dinâmica:

- Sala ampla.



Execução da dinâmica:

1. Peça para o grupo de posicionarem um de costas para o outro, mas devem encostar mesmo, ombro a ombro.
2. Em seguida, peça para que cada dupla se abaixe até o chão sem colocar as mãos no chão. Alguns vão cair, outros vão conseguir, esta dinâmica é muito engraçada e é recomendada a aplicação para um dia em que se espera um maravilhoso faturamento.
3. Encerre falando da confiança que temos que ter no amigo do trabalho, espírito de equipe e valorização de pessoas.

Dinâmicas para adquirir confiança - Passando pelo fogo

Essa dinâmica é idealizada para crianças evangélicas, de modo que ela irá abordar a confiança em Deus.

Recursos para a dinâmica:

- Velas;
- Vendas para olhos.

Execução da dinâmica:

1. Primeiramente, selecione de duas a três crianças para participar da dinâmica como exemplificação.
2. Acenda as velas, e após acender, pergunte se elas teriam coragem de passar pelo fogo com Deus.
3. Após elas aceitarem o desafio, amarre as vendas nos olhos delas e com muita cautela, apague as velas.
4. Pegue na mão de cada uma e leve até a vela apagada e pergunte se elas estão sendo



queimadas. Depois que todos “passarem pelo fogo e não se queimarem”, retire as vendas.

5. Por fim, explique que as coisas com Deus são assim, se confiarmos em seu poder, nada nos atingirá, nem mesmo o fogo.

Dinâmicas para adquirir confiança - Chega mais

CHEGA MAIS



O objetivo dessa dinâmica é a aproximação com as pessoas, conquistar confiança e principalmente o respeito. As crianças que participarem dessa dinâmica com certeza irão se divertir.

Recursos para a dinâmica:

- Sala ampla;
- Música.

Execução da dinâmica:

1. Os participantes deverão andar soltos pela sala ou espaço, ouvindo uma música. Haverá uma pessoa comandando, e quando a música para, pede para o participante procurar um parceiro que esteja usando uma peça de roupa com a cor parecida com a sua, ou usando algum acessório parecido com o seu.
2. Peça para os pares se cumprimentarem com o aperto de mão.
3. Depois, volta a música, andam, pára a musica e sugira outra coisa: quem nasceu em mês par procure um parceiro que nasceu em mês par, impar com impar, assim vai. As mãos deverão estar para trás. Batem bumbum com bumbum.
4. Fazer esta atividade sempre uma parte diferente do corpo sem repetir, e sem repetir parceiros. Quando chegar na última rodada, cumprimentar pelo nariz.

Dinâmicas para adquirir confiança - De olhos fechados



Essa dinâmica tem como objetivo de ver se o grupo todo confia nos seus integrantes. É um instrumento perfeito para observar o comportamento dos adolescentes com seus colegas.

Recursos para a dinâmica:

- Sala ampla;
- Venda para os olhos;
- Objetos para usar como obstáculos.



Execução da dinâmica:

1. Cada dois ou três reúnem-se e um dos três deve estar com os olhos vendados.
2. Os outros dois vão guiá-lo por um circuito criado pelo grupo onde devem haver “obstáculos”.
3. Os que estão com os olhos vendados devem confiar cegamente nos que estão os guiando.
4. Depois mudam-se os trios ou duplas, muda-se um pouco o circuito, e repete-se o exercício com aqueles que não tiveram seus olhos vendados ainda.
5. Depois, em uma conversa aberta, vê-se quem foram as pessoas que confiaram, ou não, em suas duplas!

Dinâmicas para adquirir confiança - Ninguém está sozinho

Essa dinâmica irá melhorar a confiança nos outros e é idealizada para ser aplicada no grupo de adolescentes.

Recursos para a dinâmica:

- Vendas para os olhos;
- Sala ampla.

Execução da dinâmica:

1. É necessário ajuda para essa dinâmica. Vende os olhos de cada participante, e conduzi-los até seus lugares sem dizer nada. Se possível descalços.
2. Coloque em seu lugar e tire as vendas dos olhos. Cada pessoa entra sendo conduzida, sem ver que outros estão vedando.
3. Se possível, coloque obstáculos, algo que pisem sintam a diferença do chão. D



4. depois que todos estiverem em seus lugares o bate-papo é confiança, não estamos sozinhos, sempre tem alguém a nos ajudar a executar tarefas, basta confiar.

Dinâmicas para adquirir confiança - Confidência

Quando compartilhamos segredos e coisas que nos afligem, naturalmente criamos um vínculo maior com as pessoas. Isso é um ótimo pretexto para se usar em uma dinâmica.

Recursos para dinâmica:

- Folha de sulfite
- Caneta

Execução da dinâmica:

1. Em um grupo. certifique que todos possuem caneta e papel;
2. Peça para os envolvidos na dinâmica que escreva algo que não compartilhariam com o grupo, algo desconfortável, sem identificação;
3. Após todos compartilharem sua insegurança no papel, recolha-os e os distribua aleatoriamente;
4. Após todos terem um papel, peça para que cada um leia em voz alta o segredo do outro;
5. O objetivo dessa dinâmica não é expor ninguém, e sim aproximar mais ainda os participantes fazendo com que todos vejam que todos possuem problemas, compartilhando esses segredos de forma anônima, o grupo pode até discutir de maneira consciente e construtiva, quem sabe até solucionando alguns problemas. Essa dinâmica faz com que os participantes criem mais empatia com próximo.

Dinâmicas para adquirir confiança - Troca de Segredos



Um jeito diferente de trabalhar empatia e confiança! Essa dinâmica é uma excelente maneira para trabalhar com os adultos, e se assemelha com a anterior.



Recursos para a dinâmica:

- Canetas;
- Folhas de papel.

Execução da dinâmica:

1. Cada integrante do grupo deve escrever, em seu pedaço de papel e com uma letra disfarçada, um segredo que não se sentiria confortável para dividir oralmente com as outras pessoas do grupo. Quando todos tiverem feito isso, recolha os papéis e entregue um para cada integrante.
2. Cada um lerá seu novo papel, assumindo o segredo como se fosse seu — e, a partir daí, o grupo discutirá o que foi dito, tentando encontrar explicações e soluções sobre o segredo ou, simplesmente, discutindo-o.
3. Ao assumirem para si a intimidade de outra pessoa e, depois, discuti-la em grupo, os participantes trabalham fortemente a empatia pelo outro e a confiança entre os colegas de trabalho.

Até a próxima!

Espero que após esse post repleto de dinâmicas maravilhosos, espero que você tenha momentos prazerosos de confiança.