

Guía metodológica para la incorporación de técnicas cualitativas en la extensión dirigida a personas jóvenes

Cuaderno n.º 1:
técnicas de presentación y rompehielos



Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA), 2026



Guía metodológica para la incorporación de técnicas cualitativas para la extensión dirigida a personas jóvenes. Cuaderno n.º1: técnicas de presentación y rompehielos
elaborado por el IICA se publica bajo la
Licencia Creative Commons Reconocimiento-Compartir igual
4.0 IGO (CC-BY-SA 4.0 IGO)
(<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/igo/>)
Creado a partir de la obra en www.iica.int

El Instituto promueve el uso justo de este documento, así como el tratamiento de los datos personales, de acuerdo con la normativa del IICA vigente. Se solicita que sea citado apropiadamente cuando corresponda y que se garantice el derecho de toda persona a la protección de sus datos personales, según la normativa del IICA.

Esta publicación está disponible en formato electrónico (PDF) en el sitio web institucional en <https://repositorio.iica.int/>

Coordinación editorial: Andrea Marcela Ávila Segura

Corrección de estilo: Unidad de idiomas de IICA

Diagramado y Diseño de portada: Fernanda Rojas Rodríguez

Rojas Poveda, Maritza

Guía metodológica para la incorporación de técnicas cualitativas para la extensión dirigida a personas jóvenes. Cuaderno n.º1: técnicas de presentación y rompehielos/ San José, Costa Rica: IICA, 2026, 19 p; 21 x 16 cm.

ISBN: 978-92-9273-221-9

Publicado también en inglés

1. Juventud rural 2. Extensión 3. Agricultura I. IICA II. Título

AGRIS
E50

DEWEY
323.352

San José, Costa Rica
2026

Tabla de contenido

1. Propósito del cuaderno	4
2. Fundamento metodológico de las técnicas rompehielos	4
3. Técnicas	5
3.1. Mapa de quiénes somos y de dónde venimos	5
3.2. Mi vínculo con la tierra en tres palabras	6
3.3. Ronda de saberes: lo que sé y lo que quiero aprender.....	7
3.4. La foto que nos representa	7
3.5. La telaraña comunitaria	8
3.6. El objeto que me representa	9
3.7. Línea de tiempo de mi vida rural.....	10
3.8. Escudos de identidad juvenil	10
3.9. Semáforo de energías	11
3.10. Historias en cadena.....	12
3.11. Mi superpoder rural	12
3.12. Puente de expectativas	13
3.13. Círculo de coincidencias	14
3.14. Caminos hacia el futuro	14
3.15. Mi fondo virtual cuenta una historia (virtual)	15
3.16. Emojitermómetro (virtual)	16
3.17. Foto del momento (virtual)	16
3.18. Encuesta relámpago (virtual).....	17
4. Cierre: orientaciones para continuar el proceso formativo	18
5. Bibliografía.....	20

1. Propósito del cuaderno

El *Cuaderno n.º 1: técnicas de presentación y rompehielos* es una herramienta práctica, orientada a fortalecer las capacidades de quienes facilitan procesos formativos y espacios participativos, con énfasis en el trabajo de las personas extensionistas. Plantea la comunicación y la facilitación no solo como una transmisión de contenidos, sino también como procesos pedagógicos y relacionales en los que las personas extensionistas generan confianza, impulsan la participación y crean un clima propicio para el aprendizaje colectivo.

Se sustenta en principios éticos y pedagógicos que promueven ambientes seguros, respetuosos e inclusivos. Propone técnicas con sentido en relación con los objetivos de cada encuentro y el contexto territorial e integra enfoques de interculturalidad, inclusión, derechos humanos, cuidado mutuo y diálogo intergeneracional. Ofrece criterios simples para que las personas extensionistas seleccionen y adapten las actividades por realizar según las características del grupo y del territorio.

El cuaderno incluye técnicas que ayudan a romper barreras iniciales, a disminuir tensiones y a dar la palabra a quienes suelen participar menos, lo que facilita un diálogo más horizontal en torno a saberes locales y conocimientos técnicos, en favor de la organización y la cohesión comunitaria.

Se trata de un material flexible y adaptable al estilo de cada persona extensionista y a la realidad de las juventudes rurales, el cual se centra en el papel estratégico que estas desempeñan en cada territorio. Mediante el uso de presentaciones, rompehielos y dinámicas breves en la apertura, el desarrollo y el cierre de los encuentros, contribuye a una extensión más participativa, sensible y coherente con la dignidad de las personas, el fortalecimiento del tejido social y el cuidado del territorio.

2. Fundamento metodológico de las técnicas rompehielos

Las técnicas rompehielos incluidas en este cuaderno se fundamentan en la tradición de la educación popular, las metodologías participativas y los enfoques contemporáneos de extensión rural con perspectiva territorial; por consiguiente, las actividades iniciales de estos procesos formativos no constituyen momentos accesorios o meramente recreativos, sino herramientas pedagógicas estratégicas para generar confianza, estimular la participación, reconocer los saberes y las experiencias de las juventudes rurales y facilitar el establecimiento de los vínculos que sostienen el aprendizaje colectivo.

Asimismo, se inspiran en los principios de horizontalidad, diálogo de saberes, aprendizaje significativo, interculturalidad y protagonismo juvenil planteados por la educación popular latinoamericana y diversas corrientes de extensión participativa, lo que implica tomar como punto inicial el conocimiento de las experiencias reales de las personas jóvenes, su relación con el territorio, su trayectoria de vida rural y sus aspiraciones personales y comunitarias. Por tanto, los rompehielos cumplen una función doble: animar el ambiente de trabajo y generar información valiosa sobre el grupo que puede ser utilizada para orientar la facilitación, ajustar los contenidos y fortalecer los procesos de apoyo.

Estas técnicas fueron seleccionadas y adaptadas según las características específicas de las juventudes rurales: diversidad territorial, responsabilidades productivas y familiares, identidad comunitaria y uso diferencial de las tecnologías, así como de acuerdo con las necesidades de las personas extensionistas, que requieren instrumentos prácticos, flexibles y culturalmente pertinentes. Las dinámicas propuestas en este cuaderno son adaptables y se inspiran en métodos clásicos de trabajo grupal (mapas participativos, líneas de tiempo, objetos simbólicos, narrativas colectivas y encuestas rápidas, entre otros), que han resultado efectivos en procesos de desarrollo comunitario, fortalecimiento organizacional y formación de liderazgo.

Finalmente, considerando que la función de la persona extensionista es facilitar el diálogo y mediar en el aprendizaje, más que transmitir la información de manera unidireccional, este compendio de técnicas ofrece herramientas para lograr interacciones más humanas, reflexivas y colaborativas, en coherencia con una extensión rural que reconoce la dignidad de las personas jóvenes y su capacidad para transformar sus territorios.

3. Técnicas

Estas técnicas, que se pueden aplicar en espacios presenciales y virtuales al inicio de la capacitación o en actividades intermedias o de cierre, están diseñadas para que las personas extensionistas puedan adaptarlas a distintos contextos rurales, tamaños de grupo y temáticas, a la vez que se mantienen una perspectiva de inclusión, un enfoque de derechos y la valoración de las juventudes como protagonistas de los procesos de cambio en sus territorios.

3.1. Mapa de quiénes somos y de dónde venimos

 Objetivo	Generar confianza entre el grupo de juventudes rurales y visibilizar su diversidad en términos de territorio y experiencias.
 Tiempo	20-30 minutos
 Materiales	Un papelógrafo grande o cartulina, marcadores, cinta adhesiva y calcomanías o notas adhesivas
 Procedimiento	1. Dibuje en el papelógrafo un mapa sencillo del territorio (cantón, distrito o comunidad), donde deben aparecer únicamente referencias básicas (río, carretera principal, pueblo, etc.). 2. Explique al grupo que, cuando se le llame por su nombre, cada persona debe ubicar su comunidad o lugar de procedencia en el mapa y luego presentarse. 3. Entregue una calcomanía o nota adhesiva a cada joven y solicítele que escriba su nombre en ella. 4. Llame a cada persona para que: • Diga su nombre y la comunidad a la que pertenece. • Coloque su nota en el lugar donde está ubicada su comunidad en el mapa. • Mencione algo que le gusta o le enorgullece de su territorio (paisaje, producción, fiestas, organización, etc.).

	5. A medida que se avanza, haga comentarios como “Vemos muchas comunidades cafetaleras”, “Algunas personas vienen de zonas muy alejadas”, etc. 6. Cierre la actividad con una breve reflexión sobre cuán diverso es el grupo, los elementos en común que aparecen (trabajo agrícola, migración, organización comunitaria, etc.) y cómo esa diversidad será una fortaleza durante el proceso.
Ejemplo	En un taller regional participan personas jóvenes de diferentes comunidades caficultoras y ganaderas. En el mapa del territorio Ana coloca su nombre en una comunidad de montaña y dice que se siente orgullosa de la cosecha de café de su familia. Luis pone la nota en una zona baja y afirma que en su comunidad se organizan para celebrar ferias del agricultor. Al final, el mapa lleno de nombres refleja una red de juventudes rurales conectadas por realidades diversas, pero con desafíos similares. Al respecto, la persona extensionista indica: “Este proceso es de todas estas comunidades, no de una sola”.

3.2. Mi vínculo con la tierra en tres palabras

Objetivo	Romper el hielo por medio de una conexión entre la experiencia personal de las juventudes rurales, el territorio y la producción.
Tiempo	15-20 minutos
Materiales	Un papelógrafo, tarjetas o tiras de papel y marcadores
Procedimiento	1. Entregue una tarjeta a cada participante y pídale que escriba tres palabras que describan su relación con la tierra o el campo (p. ej., trabajo, orgullo y cansancio). 2. Dé al grupo algunos ejemplos, pero sin influir demasiado en su elección. 3. Forme un círculo con el grupo y solicite a cada persona que diga su nombre, que lea sus tres palabras y que comente brevemente por qué eligió al menos una de ellas. 4. Anote en un papelógrafo las palabras que se repiten. 5. Revise junto con el grupo las palabras que se mencionaron más (p. ej., familia, futuro, responsabilidad, etc.) y lo que nos dicen con respecto a la vida en la ruralidad. 6. Relacione estas palabras con el objetivo del taller (liderazgo, emprendimiento, producción, innovación, etc.).
Ejemplo	De un grupo de 18 jóvenes emergen términos como responsabilidad, orgullo, tradición, pobreza y esperanza. Entre sus palabras, una joven incluye “cansancio” y explica que se levanta a las 3 a. m. para ayudar en la finca antes de ir al colegio. Otra persona escribe “futuro”, porque sueña con estudiar y apoyar de forma más técnica la producción familiar. La persona extensionista conecta estas ideas con el tema del taller y afirma: “Vamos a trabajar precisamente en la transformación de estas experiencias y esfuerzos en oportunidades de formación y proyectos productivos”.

3.3. Ronda de saberes: lo que sé y lo que quiero aprender

Objetivo	Generar un clima de confianza, reconocer saberes adquiridos previamente y determinar las expectativas del aprendizaje.
Tiempo	25-30 minutos
Materiales	Una pelota blanda u otro objeto similar que se pueda lanzar, un papelógrafo y marcadores
Procedimiento	1. Forme un círculo y explique al grupo que se va a hablar de saberes y deseos de aprender. 2. Presente las dos frases que cada persona debe completar: • Algo que yo sé hacer en mi comunidad o finca es... • Algo que me gustaría aprender o mejorar es... 3. Tome la pelota, preséntese brevemente y modele la dinámica a través de la compleción de las dos frases. 4. Lance la pelota a una persona joven. Quien la recibe debe presentarse, completar las dos frases y arrojar la pelota a otra persona, hasta que todas hayan participado. 5. Anote en el papelógrafo ejemplos de los “saberes” de las personas participantes y de las “cosas que desean aprender”. 6. Revise junto con el grupo lo que se escribió y destaque que el taller parte de esos saberes y expectativas, no desde cero.
Ejemplo	En el taller se mencionan saberes como la siembra de hortalizas, el manejo de los caballos, el uso de Facebook para vender y la preparación de comida típica. Además, se expresan deseos relativos al control de plagas, la formación de un grupo de productores, el mejoramiento de las ventas y el aprendizaje de nuevas técnicas de cultivo. La persona extensionista cierra la actividad con una idea como esta: “Aquí hay muchísimos conocimientos y, por lo tanto, el proceso va a consistir en un intercambio, no en que solo una persona enseñe y las demás escuchen”.

3.4. La foto que nos representa

Objetivo	Romper el hielo y facilitar la expresión de identidades, sueños y desafíos de las juventudes rurales mediante imágenes.
Tiempo	30-35 minutos
Materiales	Imágenes impresas de fincas, ríos, caminos, mercados, familias, jóvenes, tecnología, animales, etc. y un papelógrafo
Procedimiento	1. Coloque las imágenes en el piso o sobre una mesa, de manera que todas las personas puedan verlas bien. 2. Explique a quienes participan que deben escoger una imagen que en ese momento las represente como individuo o como parte de su comunidad. 3. Proporcione algunos minutos de silencio para que cada persona observe y elija su imagen.

	- Decida si la etapa de intercambio se realizará con todo el grupo o en grupos pequeños (si el grupo es muy grande, se recomienda hacer el intercambio primero en subgrupos). - Pida a cada persona que, cuando se presente: - Diga su nombre y la comunidad a la que pertenece, - Explique por qué eligió esa imagen e - Indique qué le gustaría que cambiara o mejorara en su comunidad. - Anote en el papelógrafo algunos de los deseos o desafíos comunes expresados por las personas participantes (p. ej., el deseo de cursar estudios técnicos, la falta de oportunidades, la dificultad para comercializar, etc.). - Cierre la actividad por medio del establecimiento de vínculos entre estos elementos y el sentido del proceso formativo o de extensión.
Ejemplo	En un taller una joven elige una foto de un camino de tierra y dice: “Pienso que mi vida es como este camino, que está lleno de subidas y bajadas, pero quiero seguir avanzando”. Otra persona elige una imagen de un mercado local, porque sueña con vender ahí sus productos con una marca propia. Varias personas eligen imágenes de grupos que llevan a cabo diversas labores, lo que resalta el valor de la organización. La persona extensionista rescata estos elementos para introducir los temas de asociatividad, emprendimiento y liderazgo juvenil.

3.5. La telaraña comunitaria

Objetivo	Conformar una red simbólica de vínculos, apoyo y cooperación entre las juventudes rurales.
Tiempo	20-30 minutos
Materiales	Ovillo de lana o de un hilo resistente
Procedimiento	- Solicite al grupo que se coloque en círculo. - Explique a quienes participan que van a construir una “telaraña comunitaria” que representa cómo se pueden conectar para apoyarse entre sí. - Sostenga un extremo del hilo, diga su nombre y mencione una cualidad que considera importante para el trabajo en comunidad (p. ej., solidaridad, confianza, respeto, etc.). - Sin soltar el hilo, lance el ovillo a una persona joven, quien debe decir su nombre y mencionar otra cualidad o acción que puede ayudar al grupo. - Esa persona sostiene el hilo y lanza el ovillo a otra. La actividad continúa hasta que todas hayan participado. - Al final, se puede apreciar una red de lana que conecta a todas las personas. Pídales que observen la telaraña y pregúnteles: ¿Qué pasa si una persona suelta el hilo? ¿Cómo se ve la telaraña cuando todas las personas están conectadas?

	7. Concluya la actividad con una idea relativa a la corresponsabilidad, como p. ej., “La extensión y los procesos de cambio requieren redes, no esfuerzos individuales aislados”.
 Ejemplo	En un grupo se mencionan cualidades como apoyo, compromiso, puntualidad, escucha y alegría. Cuando una persona suelta el hilo, la red se deforma y el grupo comenta que si alguien se desconecta, el proceso se debilita. La persona extensionista asocia esta noción con la importancia de la participación sostenida en el ámbito de las iniciativas rurales, los comités juveniles o las asociaciones.

3.6. El objeto que me representa

 Objetivo	Facilitar la presentación personal a través de objetos cotidianos del entorno rural.
 Tiempo	20-25 minutos
 Materiales	Elementos del entorno como semillas, hojas, piedras pequeñas, herramientas, flores, frutos, etc.
 Procedimiento	1. Explique a quienes participan que tienen que presentarse, para lo cual deben elegir un objeto que encuentren en el lugar (en el patio, el salón o los alrededores inmediatos) y que crean que los representa. 2. Delimite el espacio y el tiempo (p. ej., 5 minutos) de la búsqueda del objeto. 3. Una vez encontrado el objeto, solicítenles que se sienten en círculo. 4. Cada persona debe presentarse. Para ello debe decir su nombre y la comunidad a la que pertenece, mostrar el objeto elegido y explicar: • Qué es. • Por qué piensa que la representa o qué relación guarda con su vida rural. 5. A medida que las personas se presentan, debe destacar el simbolismo de los objetos (p. ej., las semillas, las piedras y las hojas simbolizan el futuro, la firmeza y los cambios, respectivamente). 6. Finalice la actividad con la idea de que cada persona aporta algo distinto y valioso al grupo, al igual que cada objeto ocupa un lugar determinado en el entorno.
 Ejemplo	En un taller dirigido a juventudes de comunidades rurales, cada participante recorre el patio y los alrededores para elegir un objeto que lo represente. Ana regresa con un puñado de semillas de frijol y explica que para ella este simboliza el trabajo constante de su familia y la esperanza de que, aunque las condiciones sean difíciles, siempre se vuelve a sembrar. Luis toma una piedra lisa del camino y comenta que representa la firmeza de su comunidad, que ha sabido mantenerse unida frente a lo difícil que resulta acceder a los mercados. Otra participante elige una hoja seca y afirma que esta simboliza los

cambios que ha experimentado luego de migrar y regresar a su comunidad.

3.7. Línea de tiempo de mi vida rural

Objetivo	Promover la reflexión sobre hitos importantes en la vida rural de las juventudes.
Tiempo	25-30 minutos
Materiales	Cinta adhesiva, tarjetas o notas adhesivas y marcadores
Procedimiento	1. En una pared o en el piso coloque una cinta larga que represente una línea de tiempo. 2. Explique que cada persona debe anotar en una tarjeta o nota un momento importante de su vida relativo al medio rural (p. ej., la primera vez que trabajó en una finca, su participación en un grupo juvenil, su migración, el inicio de estudios técnicos, etc.). 3. Proporcione a las personas participantes unos minutos para que piensen y escriban. 4. Pida a cada una que pegue su tarjeta en la línea de tiempo, ubicándola hacia el extremo izquierdo, si el hecho se produjo hace muchos años, o hacia el centro o el final, si el evento fue más reciente (no se requiere exactitud). 5. Solicítele que lean su hito en voz alta y que expliquen por qué es importante para ellas. 6. Observe junto con el grupo cómo estas historias se cruzan en el tiempo. Al respecto, pregúntele: ¿Qué patrones vemos? ¿Cuántas historias incluyen trabajo desde la niñez? ¿Cuántas encierran estudio, organización y migración? ¿Cuántas guardan relación con desastres climáticos? 7. Vincule los hallazgos con la importancia de examinar las experiencias de la vida en los procesos de extensión y apoyo.
Ejemplo	En un grupo se repiten experiencias de trabajo temprano en la finca, abandono temporal de los estudios y regreso a la educación técnica. Muchas historias incluyen el apoyo de algún familiar o persona clave. La persona extensionista destaca que los procesos formativos no parten de cero, dado que las experiencias de la vida traen consigo aprendizaje, esfuerzo e incluso dolor.

3.8. Escudos de identidad juvenil

Objetivo	Fortalecer la autoestima, el reconocimiento de las habilidades y el impulso de los sueños.
Tiempo	30-40 minutos
Materiales	Hojas blancas (preferiblemente con el contorno de un escudo dibujado), marcadores de colores, además de recortes y pegamento (opcionales)
Procedimiento	1. Entregue a cada joven una hoja con la figura de un escudo dividida en cuatro partes.

	- Explique a las personas participantes que en cada parte del escudo deben dibujar o escribir: - Algo que saben hacer bien, - Algo de lo que se sienten orgullosas, - Algo que quisieran mejorar o aprender y - Un sueño o meta a futuro. - Proporcióneles de 10 a 15 minutos para que completen su escudo con dibujos y palabras. - Forme subgrupos pequeños (3-4 personas) para que sus miembros expongan sus escudos y se conozcan mejor. - Solicite a una persona de cada subgrupo que presente al resto del grupo una idea que les llamó la atención (p. ej., la diversidad de talentos, los sueños en común, etc.). - Cierre la actividad con una frase en la que se subraye la riqueza de habilidades y metas que posee el grupo.
 Ejemplo	En los escudos se dibujaron y escribieron habilidades como ordeñar vacas, diseñar publicaciones en redes, organizar actividades y combatir plagas de tomate. Entre los sueños se incluyen “tener mi propio invernadero”, “estudiar agronomía”, “aumentar las hectáreas de producción”, “tener mi terreno propio”. La persona extensionista utiliza esta información para reforzar la idea de que el taller puede ayudar a las personas jóvenes a cumplir algunos de estos sueños.

3.9. Semáforo de energías

 Objetivo	Medir el nivel de energía y estado de ánimo del grupo para ajustar el ritmo del trabajo.
 Tiempo	10-15 minutos
 Materiales	Cartulinas de colores (verde, amarillo y rojo) o tarjetas pequeñas de esos colores
 Procedimiento	- Explique el significado de cada color: - Verde: alto nivel de energía o con muchas ganas de trabajar - Amarillo: nivel de energía medio o con cierto cansancio - Rojo: muy bajo nivel de energía o con necesidad de calma - Entregue una tarjeta de cada color a cada persona o señale tres zonas en el salón: una verde, una amarilla y una roja. - Pida a las personas participantes que, según como se sienten al inicio del taller, levanten la tarjeta correspondiente o se ubiquen en la zona respectiva. - Brinde a algunas personas la oportunidad de explicar brevemente por qué eligieron ese color. - Como persona facilitadora, tome nota de cómo está el grupo. Si hay mucha gente en la zona roja, quizás conviene efectuar una actividad más intensa. Si casi toda está en la verde, se puede avanzar con actividades exigentes.

	6. Comente que es normal que la energía cambie y que está bien expresarlo.
 Ejemplo	En una mañana, después de llevar a cabo labores en la finca, muchas personas se colocan en la zona amarilla y algunas en la roja. La persona extensionista decide empezar con una dinámica corporal más suave antes de abordar contenidos densos y, como resultado, el grupo se siente escuchado y bien atendido.

3.10. Historias en cadena

 Objetivo	Estimular la creatividad, la escucha y la elaboración colectiva de relatos vinculados con la vida rural.
 Tiempo	15-20 minutos
 Materiales	Ninguno
 Procedimiento	1. Pida a las personas participantes que se sienten en círculo. Explíqueles que entre todas van a inventar una historia relacionada con una comunidad rural. 2. La persona facilitadora inicia la historia con una oración sencilla, p. ej.: “Había una vez una comunidad rural, donde las personas jóvenes descubrieron algo inesperado”. 3. La siguiente persona agrega una frase y así sucesivamente, hasta dar vuelta una o dos veces al círculo (según el tamaño del grupo). 4. Solicítele que escuchen con atención para que su frase guarde relación con lo que ya se dijo. 5. Si la historia se desvía mucho de la idea inicial, utilice una frase que la acerque a los temas del taller (trabajo en equipo, comercialización, innovación, etc.). 6. Una vez finalizada la actividad, comente brevemente los temas que surgieron en la historia (sueños, problemas con el acceso al agua, conflictos, creatividad, necesidad de mercados, etc.).
 Ejemplo	En la historia inventada se menciona una comunidad donde la juventud establece una feria ecológica, enfrenta la resistencia de algunas personas adultas, obtiene el apoyo municipal y, finalmente, coloca sus productos en el mercado nacional. La persona extensionista aprovecha esta oportunidad para hablar sobre obstáculos reales, aliados y la importancia que reviste la organización juvenil en los procesos de cambio.

3.11. Mi superpoder rural

 Objetivo	Fortalecer la autoestima y reconocer capacidades individuales aprovechables en el trabajo comunitario y productivo.
 Tiempo	15-20 minutos
 Materiales	Tarjetas o tiras de papel y marcadores
 Procedimiento	1. Entregue una tarjeta a cada joven y explique a todas las personas que deben escribir su “superpoder rural”, es decir, algo que hacen muy bien o que consideran una fortaleza.

	- Bríndeles ejemplos: organización de equipos, venta de productos en la feria, prueba de nuevas técnicas, cuidado de animales, etc. - Pídales que formen un círculo. - Una por una, las personas leen su superpoder: Mi superpoder rural es... - Motívelos para que usen un tono positivo e incluso un poco de humor, pero con cuidado, para que nadie se sienta ridiculizado. - Al final, señale que el grupo cuenta con muchos superpoderes y que el reto radicará en combinarlos para emprender proyectos colectivos.
 Ejemplo	Surgen superpoderes, entre ellos, lograr que la gente participe, sembrar en un tiempo récord, contar chistes para animar al grupo, seleccionar granos y aprender de las personas mayores. Posteriormente, la persona extensionista retoma estas capacidades para distribuir tareas: quienes tienen superpoderes de comunicación facilitan las presentaciones y quienes poseen superpoderes técnicos brindan apoyo en aspectos productivos, etc.

3.12. Puente de expectativas

 Objetivo	Identificar las expectativas individuales y colectivas sobre el proceso formativo o de extensión.
 Tiempo	20 minutos
 Materiales	Papelógrafo, marcadores, tarjetas de colores y cinta adhesiva
 Procedimiento	- En un papelógrafo dibuje un puente sencillo con dos orillas: - Orilla A: “Qué traigo al proceso” (experiencias, conocimientos y sensaciones, entre otros). - Orilla B: “Qué espero del proceso” (aprendizajes, cambios, resultados, etc.). - Entregue dos tarjetas a cada persona: una correspondiente a cada orilla. - Pida a quienes participan que escriban en la primera tarjeta algo que traen al proceso (p. ej., conocimiento sobre cultivos, miedo a hablar en público y ganas de aprender). - Solicítele que escriban en la segunda tarjeta algo que esperan lograr (p. ej., mejorar las ventas, aprender a organizar grupos y entender mejor los programas de apoyo). - Pídales que, por turnos, pasen al papelógrafo, comenten brevemente lo que traen a la capacitación y lo que esperan de ella y peguen las tarjetas en el lado correspondiente del puente. - Al final de la actividad revise junto con el grupo algunas expectativas y subraye las más comunes. Aclare qué cosas sí se pueden abordar durante el proceso y cuáles no.
 Ejemplo	En un taller sobre emprendimientos rurales muchas de las expectativas de quienes participan se relacionan con aprender a vender, obtener más información sobre créditos y perder la timidez. La persona extensionista se compromete a abordar estos temas y a

explicar lo que se puede hacer mediante la capacitación y lo que se puede canalizar a otras instituciones.

3.13. Círculo de coincidencias

Objetivo	Descubrir intereses, experiencias y características comunes en el grupo.
Tiempo	15-20 minutos
Materiales	Ninguno
Procedimiento	1. Pida a quienes participan que formen un círculo amplio. 2. Explíqueles que usted va a decir frases y que quienes se sientan identificados con ellas deben dar un paso al centro o levantar la mano. 3. Comience la actividad con frases sencillas y luego utilice otras más vinculadas con el tema del taller, p. ej.: • Quienes trabajan en la finca con sus familias... • Quienes participan en algún grupo juvenil o asociación... • Quienes venden algún producto rural... • Quienes usan redes sociales para difundir lo que hacen... 4. Después de haber dicho varias frases, pregunte: ¿Qué les sorprende de lo que ven? ¿Qué cosas tienen en común? 5. Finalice la actividad con la afirmación de que algunos puntos de encuentro pueden servir de base para el trabajo colectivo.
Ejemplo	El grupo descubre que muchas personas han participado en actividades comunitarias, aunque no se reconocían como líderes. Además, notan que casi todas las personas usan WhatsApp para vender o promocionar algún producto. Todo esto da pie al estudio de temas de comunicación y organización juvenil con base en la experiencia propia.

3.14. Caminos hacia el futuro

Objetivo	Motivar a las juventudes rurales para que reflexionen sobre sus proyectos de vida y metas.
Tiempo	25-30 minutos
Materiales	Hojas blancas y lápices o marcadores
Procedimiento	1. Entregue a cada persona una hoja para que dibuje un camino que vaya de un extremo al otro de esta. 2. Explique al grupo que en ese camino se deben marcar tres momentos: • Un punto de partida: dónde estoy ahora (situación actual), • Una meta a corto plazo (1-2 años) y • Un sueño o meta a largo plazo (5-10 años). 3. Proporcione a las personas participantes tiempo suficiente para hacer el dibujo o escribir la frase en cada punto clave. 4. Luego, organícelas en parejas o tríos para que muestren sus caminos.

	- Pregunte si alguien desea referirse a algo que escuchó que le haya causado impacto. - Cierre la actividad con la afirmación de que es posible ayudarles a avanzar en algunos pasos de esos caminos, ya que la extensión está dirigida a fortalecer sus capacidades para decidir sobre su proyecto de vida.
 Ejemplo	Una joven escribe “Hoy ayudo en la finca y curso mis estudios de secundaria. Meta a corto plazo: construir un invernadero pequeño. Sueño: estudiar agronomía y crear una empresa familiar”. Otro joven sueña con establecer una cooperativa juvenil. La persona extensionista enfatiza que estos caminos personales están conectados con procesos colectivos y políticas públicas en torno a los cuales se puede trabajar.

3.15. Mi fondo virtual cuenta una historia (virtual)

 Objetivo	Favorecer la expresión personal y generar confianza por medio del uso de fondos virtuales o el entorno real en las videollamadas.
 Tiempo	10-15 minutos
 Materiales	Plataforma de videollamada (Zoom, Meet o Teams) que permita mostrar o cambiar fondos
 Procedimiento	- Antes de comenzar la actividad, avise que, en un momento determinado, se van a utilizar fondos virtuales o se va a mostrar el entorno. - Al iniciar la sesión, solicite a las personas participantes que: - Elijan un fondo virtual relacionado con el campo, la naturaleza, su comunidad o su sueño. - Quienes no puedan cambiar el fondo pueden mostrar un rincón de su casa, el patio, una ventana, etc. - Explique que cuando se presente, cada persona debe decir su nombre, a qué comunidad pertenece y por qué eligió ese fondo o esa parte de la casa. - Otorgue la palabra de forma metódica, p. ej., según el orden de la lista que aparece en la plataforma. - A medida que las personas hablan, efectúe comentarios breves sobre elementos que se repiten, p. ej., “Muchos de ustedes muestran plantas, fincas, animales...” - Al finalizar la actividad, subraye que, aunque estén conectadas desde distintos lugares, todas las personas participantes forman parte de una misma red de juventudes rurales.
 Ejemplo	Una joven elige como fondo una plantación de café, que representa el trabajo de su familia. Un joven muestra el patio de su casa, donde hay gallinas, e indica que justo ahí empezó su pequeño emprendimiento de venta de huevos. Otra persona pone como fondo la imagen de una universidad y dice que su sueño es estudiar ahí. La persona extensionista vincula estos elementos con el propósito del curso virtual.

3.16. Emojitermómetro (virtual)

Objetivo	Medir de manera rápida e interactiva el estado de ánimo y el nivel de energía de quienes participan en una sesión virtual.
Tiempo	5-10 minutos
Materiales	Chat de la plataforma y emojis (del teclado o de la propia plataforma)
Procedimiento	1. Explique a las personas participantes que van a tomar parte en un “termómetro emocional” con emojis. 2. Solicite a cada persona en el chat que use un emoji que represente cómo se siente al empezar la sesión (pueden abrir el panel de emojis y elegir). 3. Proporcione unos segundos para que todas las personas lo hagan. 4. Invite a algunas personas (2 o 3) a que abran el micrófono y expliquen brevemente por qué eligieron ese emoji. 5. Para facilitar la actividad, realice una lectura general y afirme, p. ej., “Veo muchos emojis de energía (😊, 🌱, etc.) y algunos de cansancio (😴 y 😊)”. 6. Ajuste el tono de la sesión según lo que vea (si se percibe mucha fatiga, comience con una tarea más adecuada. Si se muestra mucho entusiasmo, puede avanzar más rápido en el estudio de los contenidos).
Ejemplo	En una sesión celebrada en la tarde varias personas usan el emoji 😊 (cansancio, pero con buena actitud) y otras 😊 (entusiasmo). Una joven dice que usó 🌱 porque considera que el curso es una oportunidad para crecer. La persona extensionista agradece la sinceridad y propone empezar con una dinámica corta de movimiento o estiramiento antes de abordar el tema central.

3.17. Foto del momento (virtual)

Objetivo	Romper el hielo, a través de la conexión de la vida cotidiana de las juventudes rurales y el espacio virtual.
Tiempo	8-12 minutos
Materiales	Teléfono o cámara incorporada en el dispositivo y función de compartir imágenes o mostrar frente a la cámara
Procedimiento	1. Solicite a las personas que miren a su alrededor (sin moverse demasiado del lugar donde están) y que elijan algo que quieran mostrar: una planta, una herramienta, un cuaderno, la vista desde la ventana, un animal, etc. 2. Proporcíóneles de 2 a 3 minutos para tomar una foto con el celular o para que simplemente tengan el objeto a mano para mostrarlo en cámara. 3. Indíqueles que deben presentarse, para lo cual deben decir su nombre y la comunidad a la que pertenecen, y solicíteles que muestren la foto o el objeto y que expliquen por qué lo eligieron. 4. Si la plataforma lo permite, pueden subir la foto al chat, de lo contrario, basta con que muestren el objeto a la cámara.

	5. Modere las intervenciones para que sean breves, pero significativas. 6. Al finalizar la actividad, destaque cómo la virtualidad permite “entrar” en las casas y comunidades de cada persona sin trasladarse físicamente y cómo ello enriquece el taller.
 Ejemplo	Un joven muestra una planta de tomate y cuenta que es su primer intento de cultivo propio. Otra joven enseña su cuaderno lleno de anotaciones y dibujos y afirma que este representa sus ganas de aprender. Alguien más muestra la vista de una montaña desde su ventana. La persona extensionista comenta que cada imagen cuenta una historia de trabajo, aprendizaje y territorio.

3.18. Encuesta relámpago (virtual)

 Objetivo	Dinamizar la sesión, conocer rápidamente los intereses, los conocimientos o las experiencias del grupo y facilitar una participación eficaz.
 Tiempo	5-10 minutos
 Materiales	Herramienta de encuestas en línea (Zoom Polls, Mentimeter, Slido, Formularios, etc.)
 Procedimiento	1. Antes de iniciar la sesión, prepare una encuesta corta (de 2 a 3 preguntas) relativa al tema del taller (p. ej., acerca del uso de tecnologías, la experiencia en proyectos, los intereses en materia de aprendizaje, etc.). 2. Explique a las personas jóvenes que realizarán una “encuesta relámpago” y proporcione el enlace o active la encuesta dentro de la misma plataforma. 3. Bríndeles unos minutos para que respondan desde sus teléfonos o computadoras. 4. Cuando terminen, muéstreles los resultados en la pantalla (gráficas, porcentajes, nubes de palabras, etc.). 5. Comente con el grupo que le llama la atención, p. ej., que el 70 % ya vende algo mediante las redes, que la mayoría nunca ha participado en una capacitación sobre comercialización, etc. 6. Relacione los resultados con la planificación de la sesión e indique cómo esta se ajustará o cómo responderá a esas realidades.
 Ejemplo	En un taller virtual sobre <i>marketing</i> rural la encuesta revela que el 80 % de las personas participantes usa WhatsApp para vender productos, pero que solo el 20 % usa Facebook o Instagram de forma estratégica. La persona extensionista decide dedicar más tiempo a la presentación de ejemplos concretos de uso de las redes sociales, ya que está convencida de que hay disposición y necesidad. El grupo siente que sus respuestas tienen un efecto real en el desarrollo del taller.

4. Cierre: orientaciones para continuar el proceso formativo

En el *Cuaderno n.º 1: técnicas de presentación y rompehielos* se ha sistematizado un conjunto de técnicas orientadas a fortalecer las capacidades de facilitación de las personas extensionistas en procesos formativos y espacios participativos dirigidos a juventudes rurales. Las dinámicas propuestas no se conciben como recursos accesorios o meramente recreativos, sino como herramientas pedagógicas y metodológicas estratégicas para crear condiciones habilitantes de participación, es decir, para generar confianza, promover la interacción horizontal, reconocer diversas identidades y trayectorias y crear un clima grupal seguro, inclusivo y respetuoso. En consecuencia, estas técnicas contribuyen a establecer una base relacional indispensable para el aprendizaje colectivo y el desarrollo de procesos comunitarios sostenidos en el tiempo.

Desde un enfoque de educación popular y metodologías participativas, se pone énfasis en que la apertura de los encuentros constituye un momento clave para estimular el uso de la palabra y posicionar a las juventudes rurales como protagonistas del proceso. Las técnicas de presentación y rompehielos permiten identificar desde etapas tempranas elementos centrales de la composición del grupo: diversidad territorial, saberes adquiridos previamente, expectativas de aprendizaje, motivaciones, preocupaciones y aspiraciones. Además de fortalecer la cohesión y el sentido de pertenencia, este reconocimiento inicial genera información cualitativa relevante que puede orientar la planificación, el apoyo de la persona extensionista y la toma de decisiones metodológicas a lo largo del proceso.

En este sentido, se recomienda que las personas extensionistas comprendan estas técnicas como mecanismos de producción de insumos para la acción: los relatos, las palabras clave, los símbolos y los acuerdos que emergen de estas dinámicas se pueden registrar y sistematizar como parte del proceso formativo. Dichos insumos permiten anticipar el surgimiento de temas sensibles, identificar factores de desigualdad o exclusión, reconocer recursos comunitarios y establecer puntos de partida compartidos. Por consiguiente, este cuaderno no solo contribuye a “abrir” espacios, sino también ofrece una plataforma metodológica que sostiene la continuidad del trabajo participativo.

La *Guía Metodológica para la incorporación de técnicas cualitativas en la extensión dirigida a personas jóvenes* se estructura en una secuencia de cuadernos concebidos como un itinerario formativo y operativo para el fortalecimiento del extensionismo rural destinado a las juventudes, desde un enfoque participativo, territorial e inclusivo. De acuerdo con esta lógica, el *Cuaderno n.º 2: técnicas de diagnóstico participativo y levantamiento de línea base* tiene como fin lograr que la persona extensionista comprenda de manera sistemática las condiciones iniciales del grupo y del territorio, identifique problemas, recursos, actores y prioridades y genere información útil para la planificación y el seguimiento de los procesos.

Posteriormente, en el *Cuaderno n.º 3: técnicas de acompañamiento técnico con enfoque participativo* se profundiza en el desarrollo de dichas técnicas, que constituyen estrategias de coaprendizaje y fortalecimiento de capacidades para la acción. En este cuaderno se propone el uso de herramientas que promueven un aprendizaje colaborativo por medio de metodologías como escuelas de campo, mentorías entre pares, parcelas demostrativas, laboratorios vivos y prototipado

participativo, a través de lo cual se reconoce el valor del diálogo en torno a saberes locales y conocimientos técnicos para impulsar procesos de innovación, sostenibilidad y organización comunitaria.

Finalmente, el *Cuaderno n.º 4: técnicas de monitoreo y evaluación participativa* se centra en estas técnicas, en las que se plantea el seguimiento y la valoración de los resultados no solo como ejercicios técnicos de recolección de datos, sino también como un proceso pedagógico y relacional que fortalece la reflexión crítica, la transparencia y la toma de decisiones compartida. Mediante herramientas como matrices de valoración, árboles de logros, historias de cambio significativo, semáforos comunitarios y cartografía comparativa, este cuaderno contribuye a documentar el aprendizaje, a visibilizar los cambios y a reunir evidencia útil para la mejora continua de las intervenciones de las personas extensionistas y su sostenibilidad en el tiempo.

5. Bibliografía

- Documento IICA sobre extensión para la innovación (IICA, 2019). Recuperado de <https://repositorio.iica.int/server/api/core/bitstreams/f0aa8f85-2dd1-4f18-86ed-b3ea2dd1c639/content>
- Fundebase (Fundación para el Desarrollo y Fortalecimiento de las Organizaciones de Base, Guatemala). 2023. Técnicas de educación popular (en línea). Ciudad de Guatemala, CHOLSAMAJ. 15 p. Consultado 26 de octubre, 2025. Disponible en <https://fundebase.org/wp-content/uploads/2023/07/Tecnicas-de-educacion-popular.pdf>.
- IIRSA (Iniciativa para la Integración de la Infraestructura Regional Suramericana, Argentina). s. f. Manual de técnicas participativas (en línea). Sucre, Bolivia. 64 p. (Serie Guías y Manuales, n. 10). Consultado 26 de octubre, 2025. Disponible en https://www.iirsa.org/admin_iirsa_web/uploads/documents/ease_taller08_m6_anexo2.pdf.
- Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA). (2016). *Informe anual 2016* (Doc. CP37319SINFORMEANUALIICA). San José, Costa Rica: IICA. Recuperado de <https://scm.oas.org/pdfs/2017/CP37319SINFORMEANUALIICA.pdf>
- Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA). (2017). *Caja de herramientas metodológicas para el sector agrícola*. Recuperado de https://platicar.go.cr/images/buscador/documents/pdf/01/Caja_de_herramientas_SAG-min.pdf
- Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA), Rodríguez Sandoval, R., Choto de Cerna, C., & Montenegro, T. (1996). *Metodología para la planificación de la investigación y transferencia en forma participativa*. IICA. Recuperado de <https://repositorio.iica.int/server/api/core/bitstreams/ed7ad903-b621-42ac-a195-5e6548123791/content>
- Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA). (2018). *Juventudes rurales en territorios rurales: situación, desafíos y perspectivas* (o título equivalente según contenido del PDF). Recuperado de <https://repositorio.iica.int/server/api/core/bitstreams/58a9f34c-e68f-4128-a12d-c7ae452a3fa1/content>
- Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA). (2019). *Innovación y tecnología: aporte al desarrollo agrícola y rural*. Recuperado de <https://blog.iica.int/sites/default/files/2020-05/BVE19040251e.pdf>
- Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA). (2020). *Informe anual 2020*. Recuperado de https://apps.iica.int/SReunionesOG/Content/Documents/CE-2021/3281abc0-60f1-473f-9471-3dd0d82fb869_dt725_informe_anual_de_2020_del_iica.pdf
- Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA). (2021). *Juventud, educación y desarrollo rural* (material didáctico). Recuperado de

<https://repositorio.iica.int/server/api/core/bitstreams/fc7531a6-53cd-45a4-854f-886fe653763a/content>

- Moreno Roza, Fernando. 2021. Documento técnico de herramientas de extensión y de enseñanza (en línea). Bogotá, Colombia, FAO. 47 p. Consultado 26 de octubre, 2025. Disponible en <https://sembrandocapacidades.fao.org.co/wp-content/uploads/2021/11/V-FINAL-DOCUMENTO-HERRAMIENTAS-DE-EXTENSION-ESPAN%CC%83OL-V-WEB.pdf>.
- Samper, M. (2014). Formación para la gestión del desarrollo de los territorios rurales. Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA), San José, Costa Rica. <http://documentos.una.ac.cr/bitstream/handle/unadocs/8085/Manual%20territorios%20rurales%20IICA.pdf>
- Soliz, F; Maldonado, A. 2012. Guía de metodologías comunitarias participativas: guía n.º 5. Ecuador, UASB. 52 p. Consultado 27 de octubre, 2025. Disponible en <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/3997/1/Soliz,%20F-CON008-Guia5.pdf>.
- SSMSO (Servicio de Salud Metropolitano Sur Oriente, Chile). 2017. Guía de metodologías participativas para facilitadores de grupos (en línea). Puente Alto. Consultado 27 de octubre, 2025. Disponible en <https://redsalud.ssmso.cl/wp-content/uploads/2019/03/Gu%C3%ADa-de-metodolog%C3%ADas-participativas-para-Facilitadores-de-grupos.pdf>.
- Vargas Vargas, L; Bustillos de Núñez, G. 1987. Técnicas participativas para la educación popular (en línea). Santiago, Chile, CIDE. 282 p. Consultado 27 de octubre, 2025. Disponible en <https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2019/03/Tecnicas-Participativas-para-la-Educacion-Popular.pdf>.