

Los adolescentes establecen reglas para trabajar juntos de manera inclusiva, respetuosa, comprensiva y agradable.

 3/5

 1/5

 2/5

 15-20 min



Resumen de la actividad

Propósito

Colaborar para acordar las reglas grupales.

Objetivos

Los adolescentes serán capaces de:

- ▶ Practicar habilidades de comunicación.
- ▶ Cooperar con otros.
- ▶ Generar confianza y respeto.

Áreas de aptitud

Comunicación y expresión. Cooperación y trabajo en equipo. Resolución de problemas y manejo de conflictos.

Funciona bien para

Círculos que estén comenzando un nuevo ciclo o dando la bienvenida a muchos miembros nuevos. Adolescentes de cualquier edad.

Fase

Iniciar nuestro círculo.

Antes

Los adolescentes habrán dispuesto de un mínimo de dos sesiones para conocerse. Esta actividad funciona bien al principio de un ciclo, aunque no deberá intentarse en la primera sesión, ya que los adolescentes podrían sentirse demasiado tímidos o abrumados. Guía de Círculos fuertes y herramienta de Reglas grupales.

Después

Utilice la actividad Revisar las reglas grupales a intervalos regulares para brindar a los adolescentes la oportunidad de reflexionar sobre sus reglas y de cambiarlas si así lo desean. Esta actividad puede ser también de utilidad en aquellas situaciones en las que los adolescentes se sientan excluidos o no sean capaces de resolver las discrepancias.

Preparación

No es necesaria.



Acordar las reglas grupales

1

Pida a los adolescentes que se sienten en círculo. Optativo: entregue a cada participante dos hojas de papel y asegúrese de que cada uno tenga algo con qué escribir.

2

||| El facilitador dice:

Hoy acordaremos las reglas para trabajar en círculo de forma que nos ayude a todos a disfrutar de nuestro tiempo juntos, llevarnos bien y hacer un buen trabajo. Comencemos con las siguientes preguntas: ¿Qué nos ayuda a trabajar bien con otras personas? ¿Qué nos dificulta trabajar bien con otras personas?

3

Escriba en la pizarra: **trabajo bien con otros cuando... y tengo problemas para trabajar bien con otros cuando...**

4

||| El facilitador dice:

Quédense en silencio mientras piensan o escriben sus respuestas. Tras unos minutos para pensar, pídale que compartan algunas de las respuestas..

5

||| El facilitador dice:

"Escriban sus ideas sobre las reglas que nos ayudarán a trabajar bien juntos. Piensen en aquello que todos los que participan en el círculo deben hacer siempre, lo que nunca deben hacer, o cualquier otra cosa".

Deles unos minutos para que escriban sus ideas en las tarjetas.

6

Explique:

Los participantes colocarán las hojas de papel en el centro del círculo y expondrán sus reglas. A medida que cada adolescente comparta un nuevo papel, juntarán reglas de categorías relacionadas. Pídale que se sienten en silencio y escuchen a cada persona que comparte sus reglas. No levante la voz para mostrar acuerdo o desacuerdo.

7

||| El facilitador dice:

"¿Estamos todos de acuerdo con estas reglas? ¿Hay alguna que nos resulte difícil de cumplir? ¿Hay alguna otra importante que deberíamos incluir para asegurarnos de que todos trabajemos bien juntos, nos sintamos incluidos y disfrutemos de nuestro tiempo juntos?". Discutan las respuestas.

8

Discusión:

- ▶ ¿Cómo nos aseguraremos de que todos se sientan incluidos y bienvenidos?
- ▶ ¿Hay alguien que no se sienta incluido y bienvenido a partir de las reglas ya sugeridas? Asegúrese de incluir a diferentes grupos de adolescentes que ya formen parte del círculo, o que se les anime a unirse, especialmente niños, niñas, adolescentes con discapacidades, personas de diferentes religiones o etnias y cualquier otra categoría.
- ▶ ¿Cómo nos aseguraremos de que todos tengan la oportunidad de compartir sus ideas y de probar cosas nuevas?
- ▶ ¿Qué podemos hacer para asegurarnos de que todos se sientan cómodos cuando comparten sus ideas o prueban algo nuevo?
- ▶ ¿Cómo compartiremos nuestras opiniones con honestidad, pero sin que nadie se sienta mal ni faltando al respeto?

9

Escriba una lista final de reglas con las nuevas reglas o los cambios sugeridos. Asegúrese de escribir las reglas en un papel u otro elemento que se pueda publicar y que quede a la vista del círculo en las siguientes sesiones.

10

Concluya con una pequeña ceremonia de reconocimiento a las nuevas reglas. Los adolescentes pueden mostrar su compromiso de respeto a las reglas leyéndolas en voz alta o firmando en el papel o en la pizarra.



Acordar las reglas grupales

Qué hacer y qué no hacer

- ✓ Revise las pautas para **Círculos fuertes** y siga los consejos para formular reglas y acuerdos.
- ✓ Aliente a los adolescentes a que planteen sus reglas en términos de cosas concretas que harán o no harán.
- ✓ Al comienzo de la actividad, permita que los adolescentes sugieran sus propias reglas, en lugar de hacerlo usted mismo.
- ✓ Añada sus propias preguntas o comparta sugerencias para reglas adicionales, para asegurarse así de que el círculo resulte divertido para todos.
- ✓ Anime a los adolescentes a incluir reglas que permitan que los participantes con diferentes personalidades, intereses, habilidades y fortalezas participen por igual.
- ✓ Permita que los adolescentes experimenten con reglas que podrían ser difíciles de seguir, siempre y cuando no causen daño (experimentar con reglas forma parte del aprendizaje). Exponga la lista final de reglas en el espacio cada vez que el círculo se reúna.
- ✗ No acuerde reglas que permitan que los adolescentes se insulten, intimiden o se excluyan entre sí (especialmente los miembros del círculo o aquellos que podrían unirse).

Adaptación

Para adolescentes más jóvenes: anímelos a aceptar reglas que sean sencillas, específicas y fáciles de entender, en lugar de reglas complejas que resulten difíciles de explicar o seguir.

Para los participantes con bajo nivel de alfabetización: pueden valerse de dibujos o símbolos para crear una lista de reglas grupales a las que referirse en el futuro.

Entorno

Espacio interior o exterior. Tranquilo.

Suministros

- ▶ Tablero de marcadores.
- ▶ Marcador.
- ▶ Trozo pequeño de papel o tarjeta en blanco (dos para cada adolescente).
- ▶ Papel o cuaderno para escribir ideas y pensamientos personales (optativo).
- ▶ Papel para rotafolios o cartulina, para anotar la lista final de reglas grupales.

Improvisar

Los adolescentes pueden dibujar las reglas o pintarlas.

Los adolescentes pueden crear juegos de rol para explorar lo que sucede cuando siguen las reglas o cuando no las cumplen.

Continuar

Aliente a los adolescentes a que usen, revisen y actualicen sus reglas con regularidad.



Al final de una sesión, los adolescentes comparten lo que han aprendido sobre el tema que se va a explorar y exponen cómo se sienten.



 2/5

 1/5

 1/5

 10 min



Resumen de la actividad

Propósito

Exponer los conocimientos que tienen los participantes sobre un tema antes de la sesión y cómo se sienten.

Objetivos

Los adolescentes serán capaces de:

- ▶ Evaluar sus sentimientos y estados de ánimo.

Áreas de aptitud

Pensamiento crítico y toma de decisiones.

Funciona bien para

Círculos que hayan decidido aprender sobre un tema en particular como una de sus metas de aprendizaje.

Fase

Iniciar nuestro círculo.

Antes

Esta actividad funciona bien en el paso final de Revisión de una sesión, después de que los adolescentes hayan explorado un tema que les interese o que esté vinculado a sus objetivos de aprendizaje.

Optativo: habrán llevado a cabo la **Validación previa de aprendizaje y estado de ánimo** en una sesión anterior o durante el paso de Calentamiento.

Después

Los adolescentes podrán usar las opiniones que compartan sobre la manera en que avanzan con su aprendizaje y sobre cómo se sienten, para discutir los avances hacia sus metas de aprendizaje.

Preparación

Prepare "tarjetas de emociones" con entre cuatro y seis tarjetas que representan diferentes emociones mediante palabras o imágenes. **El Cubo de emociones** puede servir de guía para las emociones representadas.



Validación posterior del aprendizaje y estado de ánimo

1

Reúna a todos los adolescentes en un círculo y dé a cada uno dos piedras.

2

Pregúnteles:

- ▶ ¿Cuánto ha aprendido sobre el tema de la sesión de hoy?
- ▶ ¿Cuál es su nivel de conocimiento y comprensión del tema que tratamos en nuestra sesión de hoy?
- ▶ ¿Con qué efectividad cree que puede utilizar las habilidades que aprendió y practicó hoy?

Consejo de facilitación: adapte la pregunta que formule al círculo al objetivo de aprendizaje de la sesión:

3

Pídales que depositen las piedras en una canasta que se les pasará a fin de revisar la sesión.

- ▶ Depositar dos piedras significa que han aprendido lo que querían saber del tema.
- ▶ Depositar una piedra significa que han aprendido algo sobre el tema, pero que les gustaría aprender más.
- ▶ No depositar ninguna piedra significa que no aprendieron nada sobre el tema.

4

Entregue a cada uno de los adolescentes las **Tarjetas de emociones**. Pídales que seleccionen una de las tarjetas (feliz, aburrido, triste, enojado, pensativo) para demostrar cómo se sienten.

5

Calcule los resultados contando el número de piedras y las diferentes tarjetas de emociones y proceda con la conversación. Si los adolescentes hubieran realizado el mismo ejercicio antes de esa sesión, compare los resultados anteriores y posteriores a la sesión.

6

Guarde los resultados para futuras sesiones para ayudar a los adolescentes a revisar los avances hacia sus objetivos de aprendizaje.



Validación posterior del aprendizaje y estado de ánimo

Qué hacer y qué no hacer

- ✓ Asegúrese de que los adolescentes conversen sobre lo que aprendieron de la sesión y no solo sobre lo que les gustó.
- ✗ No exprese su frustración o decepción si los adolescentes dijieran que no aprendieron de la sesión. En su lugar, explore formas para que puedan aprender más sobre el tema en futuras sesiones..

Adaptación

Materiales:

- ▶ Si no se dispusiera de una canasta para las piedras, los adolescentes podrán apilarlas en el piso.
- ▶ • Si no hubiera ninguna tarjeta de emociones, los adolescentes podrán escribir una palabra en una tarjeta o hacer un dibujo para describir sus emociones.

Simplifique o elija un enfoque diferente:

- ▶ Este ejercicio se puede dividir en actividades separadas. Use las piedras para discutir el aprendizaje y las tarjetas de emociones para los sentimientos.

Entorno

Espacio interior o exterior..

Suministros

- ▶ Un mínimo de dos piedras por cada adolescente del grupo.
- ▶ Una canasta.
- ▶ Rotafolio o tablero de marcadores, así como un marcador.
- ▶ Tarjetas o trozos de papel (para crear las tarjetas de emociones)..

Improvisar

Existen muchas otras formas de que los adolescentes evalúen lo que han aprendido sobre un tema:

- ▶ Hacer marcas de conteo en un trozo de papel.
- ▶ • Poner las manos por encima de la cabeza para mostrar mucho aprendizaje, a los lados para mostrar nada de aprendizaje, o cualquier nivel intermedio.
- ▶ • Escribir un informe de autoevaluación o un diario para explicar lo que han aprendido y lo que esperan aprender (para adolescentes con alto nivel de alfabetización).

Hay muchas formas de que los adolescentes expresen sus sentimientos y estados de ánimo:

- ▶ Escribir una palabra en una tarjeta para describir sus emociones.
- ▶ • Hacer un dibujo para mostrar sus emociones.
- ▶ • Mostrar por turnos sus emociones con expresiones faciales o gestos.

Continuar

Plantéese usar esta actividad periódicamente como un paso de la Revisión. Lleve un registro de los resultados cuando los adolescentes discutan los avances hacia los objetivos de aprendizaje y bienestar (por ejemplo, divertirse, hacer nuevos amigos, intervenir).





Al inicio de una sesión, los adolescentes comparten lo que saben sobre el tema que se va a explorar y cómo se sienten al respecto.



2/5



1/5



1/5



10 min



Resumen de la actividad

Propósito

Exponer los conocimientos que tienen los participantes sobre un tema antes de la sesión y cómo se sienten.

Objetivos

Los adolescentes serán capaces de:

- ▶ Evaluar sus sentimientos y estados de ánimo.

Áreas de aptitud

Pensamiento crítico y toma de decisiones.

Funciona bien para

Círculos que hayan decidido aprender sobre un tema en particular como una de sus metas de aprendizaje.

Fase

Iniciar nuestro círculo.

Antes

Esta actividad funciona bien al comienzo de una sesión.

Después

Durante el resto de la sesión, los adolescentes deben participar en una actividad relacionada con el objetivo de aprendizaje que hayan identificado.

Durante el paso de Revisión al final de la sesión, los adolescentes deben usar la actividad **de Post verificación de aprendizaje y estado de ánimo** para evaluar los avances realizados hacia sus objetivos de aprendizaje.

Los adolescentes pueden usar los resultados de su autoevaluación (tanto de su aprendizaje como de sus sentimientos) para llevar a cabo la actividad **Revisar los avances hacia las metas grupales**.

Preparación

Prepare "tarjetas de emociones" con entre cuatro y seis tarjetas que representan diferentes emociones mediante palabras o imágenes. **El Cubo de emociones** puede servir de guía para las emociones representadas.



Validación previa de aprendizaje y estado de ánimo

1

Reúna a todos los adolescentes en un círculo y dé a cada uno varias piedras.

2

||| El facilitador dice:

- ▶ “¿Cuánto sabe sobre el tema de la sesión de hoy?”
- ▶ ¿Cuál es su nivel de comprensión del tema que trataremos en la sesión de hoy?
- ▶ ¿Con qué efectividad cree que puede utilizar las habilidades que aprenderá y practicará hoy?”

Consejo de facilitación: adapte la pregunta que formule al círculo al objetivo de aprendizaje de la sesión que hayan identificado.

3

Explique:

Pídales que depositen las piedras en una canasta que se les pasará para que muestren lo que conocen sobre el tema de la sesión.

- ▶ Depositar dos piedras significa que conocen mucho sobre el tema.
- ▶ Depositar una piedra significa que saben algo sobre el tema.
- ▶ No depositar ninguna piedra significa que no saben nada sobre el tema.

4

||| El facilitador dice:

- ▶ “¿Cómo se siente hoy?”

5

Coloque las 4-6 tarjetas de emociones en diferentes lugares del piso. Pida a los adolescentes que depositen una piedra frente a la tarjeta de emociones que mejor describa cómo se sienten al comenzar la sesión.

6

Calcule los resultados contando el número de piedras que representen su evaluación de aprendizaje y sus estados de ánimo, y luego discútalas. Si los adolescentes planificaran realizar el mismo ejercicio al final de la sesión, guarde los resultados para comparar los cambios en los conocimientos y sentimientos antes y después de la sesión.

7

Guarde los resultados para futuras sesiones para ayudar a los adolescentes a los avances hacia sus metas de aprendizaje y/o cambios en sus estados de ánimo.



Validación previa de aprendizaje y estado de ánimo

Qué hacer y qué no hacer

- ✓ Asegúrese de que los adolescentes conversen sobre lo que saben de la sesión y no solo sobre lo que les gustó.
- ✗ No fuerce a los adolescentes a evaluar sus conocimientos del tema o de sus estados de ánimos si no tienen ganas de hacerlo.

Adaptación

Materiales:

- ▶ Si no se dispusiera de una canasta para las piedras, los adolescentes pueden apilarlas en el piso.

Simplifique o elija un enfoque diferente:

- ▶ Este ejercicio se puede dividir en actividades separadas. Use las piedras para discutir el aprendizaje y las tarjetas de emociones para los sentimientos.

Entorno

Espacio interior o exterior.

Suministros

- ▶ Un mínimo de dos piedras por cada adolescente del grupo.
- ▶ • Una canasta.
- ▶ • Rotafolio o tablero de marcadores, así como un marcador.
- ▶ • Tarjetas o trozos de papel (para crear las tarjetas de emociones).

Improvisar

Existen muchas otras formas de que los adolescentes evalúen y expresen lo que saben sobre un tema. Por ejemplo:

- ▶ Hacer marcas de conteo en un trozo de papel.
- ▶ • Poner las manos por encima de la cabeza para mostrar mucho conocimiento, a los lados para mostrar nada de conocimiento, o cualquier nivel intermedio.
- ▶ • Usar la herramienta de Termómetro.
- ▶ • Escribir un informe de autoevaluación o un diario para explicar lo que esperan aprender (para adolescentes con alto nivel de alfabetización).

Hay muchas formas de que los adolescentes expresen sus sentimientos y estados de ánimo:

- ▶ Escribir una palabra en una tarjeta para describir sus emociones.
- ▶ • Hacer un dibujo para mostrar sus emociones.
- ▶ • Mostrar sus emociones por turnos con expresiones faciales o gestos.

Continuar

Plantéese usar esta actividad periódicamente como un paso del Calentamiento.



Validación previa de aprendizaje y estado de ánimo





¿Avanzar o quedarse? Autoevaluación del círculo

Los adolescentes evalúan la fortaleza de su círculo y deciden si están listos para pasar a otra actividad.



3/5

3/5

2/5

10 min



Resumen de la actividad

Propósito

Evaluar si los adolescentes deben permanecer en su fase actual o pasar a otro nivel.

Objetivos

Los adolescentes serán capaces de:

- ▶ Evaluar la fortaleza del círculo.
- ▶ Tomar decisiones de forma colectiva.

Áreas de aptitudes

Pensamiento crítico y toma de decisiones. Liderazgo e Influencia Cooperación y trabajo en equipo.

Funciona bien para

Aquellos círculos que puedan estar listos para pasar a una nueva fase: podría incluir a círculos que estén preparados para asumir un nuevo reto o círculos que quieran repetir una serie de actividades que les parecieran útiles o agradables en las fases anteriores.

Círculos que puedan sentarse y mantener una discusión sencilla en grupo (si no estuvieran listos para sentarse y hablar, es que probablemente no estén preparados para pasar a una nueva fase)..

Fase

Iniciar nuestro círculo.

Antes

Los adolescentes deberán haber celebrado al menos cinco sesiones de su fase actual.

Use esta herramienta en caso de que los Círculos estén listos para pasar a una nueva fase. Ello podría incluir a círculos que están preparados para asumir un nuevo desafío o círculos que desean repetir una serie de actividades que les resultaron útiles o agradables en las fases anteriores. Utilice esta actividad con la guía de **Círculos fuertes**, la herramienta de **Autoevaluación del círculo** y la herramienta de **Símbolos de fortaleza del círculo**.

Después

Los adolescentes pasarán a otra fase o continuarán en su fase actual

Preparación

No es necesaria ninguna.



¿Avanzar o quedarse? Autoevaluación del círculo

1

Pida a los adolescentes que se sienten en círculo. Cuelgue la herramienta de **Autoevaluación del círculo** en una pizarra o en el rotafolio.

2

Lea una a una las preguntas de la evaluación. Solicite a los adolescentes que elijan la respuesta que mejor describa su círculo. Mediante marcas de verificación u otras notas, indique cuál es el nivel de los cuatro niveles de fortaleza del círculo que eligen.

Estrategia alternativa: en caso de que pudiera hacer copias de la herramienta de **Autoevaluación del círculo** o proyectar una imagen de la herramienta que puedan ver todos, los adolescentes llevarán a cabo la autoevaluación en grupos pequeños.

3

Cuando hayan terminado de responder a todas las preguntas, eche un vistazo a las calificaciones y notas de la evaluación en la pizarra o en el rotafolio

4

Discuta:

- ▶ ¿Deberíamos tomarnos más tiempo como círculo para hacer y practicar otras cosas con vistas a ser aún más fuertes? Si es así, ¿deberíamos permanecer en este ciclo o regresar a otra fase que nos ayude?
- ▶ ¿Estamos listos para pasar a una nueva fase que entrañe más retos?
- ▶ ¿Estamos interesados en probar algo nuevo? ¿Disfrutamos con lo que hacemos ahora? O, ¿nos gustaría hacer algo más de lo que ya hicimos en una fase anterior? [Insertar icono para Hablar con los adolescentes y escucharlos.]

5

Tomen una decisión conjuntamente sobre si permanecen en la fase actual o pasan a una nueva fase (y, si avanzan, a cuál).



¿Avanzar o quedarse? Autoevaluación del círculo

Qué hacer y qué no hacer

- ✓ Deje que los adolescentes evalúen sus propios avances: animélos a que sean reflexivos y honestos en su evaluación.
- ✓ Haga su propia evaluación de los avances (informal o formalmente) y aliéntelos a que tomen una decisión sobre si quedarse o mudarse que sea conveniente para ellos.
- ✓ Recuérdeles que no se trata de una evaluación sobre si son buenos o malos como círculo: el objetivo consiste en encontrar actividades que funcionen bien para ellos y de las que disfruten.
- ✓ Plantéese dividir el círculo en grupos más pequeños en el caso de que hubiese grupos con intereses muy distintos. [Insertar icono para Incluir a todos los adolescentes].
- ✗ No fuerce a los adolescentes a que se queden o avancen si no quieren.
- ✗ No permita que uno o algunos adolescentes se hagan con la decisión de si el círculo se queda o avanza..

Adaptación

Para adolescentes más jóvenes: aliéntelos a trabajar en fases más sencillas, como Iniciar nuestro círculo y Conocernos a nosotros mismos.

Entorno

Espacio interior o exterior.

Suministros

- ▶ Panel indicador.
- ▶ • Marcador.
- ▶ • Papel o cuaderno para escribir ideas (optativo).
- ▶ • Rotafolio o cartulina.

Improvisar

Los adolescentes se valdrán de sus propios criterios para discutir la "fortaleza del círculo" cuando decidan si desean permanecer en la misma fase o pasar a una nueva.

Continuar

Tenga en cuenta que los adolescentes pueden repetir una fase tantas veces como lo deseen antes de continuar. Pueden asimismo volver atrás y repetir una fase en la que ya hayan estado.



¿Avanzar o quedarse? Autoevaluación del círculo





Tiempo para la práctica y el proyecto

Los adolescentes se toman tiempo para trabajar en un proyecto en curso o para practicar una habilidad.



2/5



1/5



3/5



Participants decide the time.



Resumen de la actividad

Propósito

Trabajar y lograr avances en proyectos individuales, proyectos grupales o en actividades.

Objetivos

Los adolescentes serán capaces de:

- ▶ Practicar habilidades de planificación.

Áreas de aptitudes

Esperanza en el futuro y establecimiento de objetivos.

Funciona bien para

Adolescentes que quieran continuar trabajando en proyectos individuales/ grupales o practicar actividades que hayan iniciado en sesiones anteriores.

Fase

Conexión.

Antes

Se habrá introducido a los adolescentes a un nuevo tipo de habilidad/ actividad en una sesión anterior o habrán comenzado a trabajar en un proyecto individual o grupal (como dibujo, un proyecto de escritura creativa o un prototipo). **Establecer metas grupales** y **Revisar los avances hacia metas grupales** pueden ayudar a los adolescentes a reflexionar sobre el vínculo de sus metas individuales/ grupales de proyectos con sus metas a largo plazo..

Después

Los adolescentes podrán continuar trabajando en su proyecto o habilidad en una sesión de seguimiento o bien pasar a una nueva actividad. Deberán ponerse de acuerdo sobre los planes para la próxima sesión como grupo.

Preparación

Puede ser diferente para cada proyecto o actividad.



Tiempo para la práctica y el proyecto

1

||| El facilitador dice:

“En nuestra última sesión, acordamos tomarnos más tiempo para trabajar en los proyectos. ¿Lo recordamos todos? ¿Estamos todos bien al respecto?”

Si algún adolescente se viera confundido o no estuviera de acuerdo, explíquele que le dará más detalles una vez haya comenzado la sesión.

2

||| El facilitador dice:

“¿Cuáles son sus metas para hoy? ¿Qué esperan hacer durante la sesión? ¿Qué esperan haber logrado al final de la sesión?”

Los adolescentes se turnarán para explicar brevemente sus metas para la sesión. Si trabajan en grupo, pueden consultar los planes de trabajo de su grupo.

3

||| El facilitador dice:

“¿Tienen lo que necesitan para trabajar en sus proyectos?”

Compruebe que todos tengan los materiales que necesitan:

- ▶ Proyectos en curso, como borradores, dibujos o escritos.
- ▶ Materiales, como papel, lápices y marcadores.

4

Deje que los adolescentes comiencen a trabajar en sus proyectos. Si alguno de ellos o de los grupos no dispusiera de los materiales que necesitan, ayúdelos a encontrar la manera de disfrutar la sesión. Así, por ejemplo, podrían trabajar en un nuevo borrador del mismo proyecto o buscar un juego o actividad alternativa.

5

Deles el tiempo que necesiten para trabajar en sus proyectos. Anímelos y apóyelos cuando sea necesario.

6

Compartir y Llevarse consigo:

Discuta:

- ▶ ¿En qué trabajó hoy?
- ▶ ¿Logró las metas que se propuso en el día de hoy? Discuta las respuestas de los adolescentes. Deles la oportunidad de reflexionar sobre sus avances, de discutir si sus metas fueron realistas y de describir los pasos que tomaron para alcanzar sus metas. Ayúdelos a identificar la manera en que podrían planificar y prepararse mejor la próxima vez.
- ▶ ¿Desea tomarse más tiempo para continuar trabajando en su proyecto o actividad en nuestra próxima sesión? Acuerde con los adolescentes el plan de la próxima sesión.



Tiempo para la práctica y el proyecto

Qué hacer y qué no hacer

- ✓ Tenga ideas alternativas para las actividades ya preparadas; así, los adolescentes que no quieran seguir trabajando en proyectos, los que no tengan los materiales que necesitan o aquellos que no estuvieron presentes en las sesiones anteriores, tendrán algo interesante que hacer y se sentirán incluidos.
- ✓ Aliéntelos a que reflexionen sobre sus objetivos e identifiquen las estrategias que utilizaron para alcanzarlos.
- ✗ No desanime o reprenda a los adolescentes si no logran sus objetivos de la sesión. Al contrario, concéntrese en lo que hayan aprendido sobre el establecimiento de objetivos realistas, así como en la planificación y preparación.
- ✗ No regañe a los adolescentes si no vienen preparados para la sesión: en su lugar, identifique maneras de prepararse mejor en el futuro y discuta cómo otros adolescentes podrían apoyarlos (por ejemplo, si los adolescentes sintieran que no tienen un lugar seguro donde guardar sus proyectos en curso, discutan posibles lugares donde podrían guardar sus borradores o notas.)

Adaptación

Si los adolescentes que se hayan incorporado se unen al círculo y aún no han iniciado proyectos en los que pueden trabajar, ayúdelos a comenzar un nuevo proyecto o a unirse a un grupo.

Entorno

Depende de la naturaleza de los proyectos de los adolescentes: en la mayoría de los casos, un espacio interior o exterior con distracciones mínimas, donde los adolescentes pueden sentarse cómodamente, escribir y dibujar.

Improvisar

Depende del tipo de proyectos en que trabajen los adolescentes.

Continuar

Dedique tiempo a la práctica y el proyecto en cualquier momento en que los adolescentes quieran trabajar en sus proyectos.

Si los adolescentes desean varias sesiones seguidas para practicar y proyectar, sugiera que se tomen un descanso con una actividad fácil y energética cada tres o cuatro sesiones..





Revisión de las reglas grupales

Los adolescentes evalúan cómo han utilizado las reglas grupales para trabajar juntos de manera inclusiva, respetuosa y agradable, y deciden si deben introducir cambios en estas.



3/5

1/5

2/5

20 min



Resumen de la actividad

Propósito

Evaluar y discutir la forma en que las reglas grupales están funcionando para el círculo.

Objetivos

Los adolescentes serán capaces de:

- ▶ Comunicar y colaborar en equipo.

Áreas de aptitudes

Comunicación y expresión. Cooperación y trabajo en equipo. Resolución de problemas y manejo de conflictos.

Funciona bien para

Los círculos que ya han aceptado las reglas grupales.

Esta actividad les recuerda a los adolescentes las reglas grupales que crearon para trabajar en conjunto y les brinda la oportunidad de agregar o cambiar reglas a medida que sus círculos evolucionan. Sirve también como forma estructurada de abordar conflictos o tensiones en los círculos.

Fase

Iniciar nuestro círculo.

Antes

Los adolescentes ya habrán formado sus reglas y acuerdos grupales y asistido a un mínimo de dos o tres sesiones para practicar su uso. Véase la guía de **Círculos fuertes**. Consulte la herramienta de **Reglas grupales**.

Después

Use esta actividad a intervalos regulares.

Preparación

Ponga las reglas del grupo donde todos puedan verlas.



Revisión de las reglas grupales

1

Pida a los adolescentes que se sienten en círculo. Asegúrese de que dispongan de un trozo de papel o de un cuaderno por si quieren escribir sus ideas.

2

||| El facilitador dice:

“Hoy vamos a discutir cómo están usando las reglas y si estas les están ayudando a trabajar juntos. Piensen en estas tres preguntas:

- ▶ ¿Qué estoy haciendo bien para ayudar al círculo?
- ▶ ¿Qué podría hacer mejor?
- ▶ ¿Qué pueden hacer otras personas del círculo para ayudarme a mejorar?

Puede usar las reglas grupales mientras responde las preguntas. Por ejemplo, mencionar una regla que sepa seguir muy bien”.

3

Escriba las tres preguntas en una pizarra. Déles tiempo de escribir sus respuestas o tiempo en silencio para que formulen sus ideas.

4

Pídale a cada adolescente que comparta sus respuestas.

5

||| El facilitador dice:

“Ahora vamos a hablar más sobre cómo están trabajando juntos como grupo”

Discuta:

- ▶ ¿Qué está haciendo bien el círculo?
- ▶ ¿Qué debe hacer el círculo para mejorar?

Puede consultar nuevamente las reglas originales del grupo. Recuerde que en esta actividad debe centrarse en lo que el círculo hace bien o en lo que necesita mejorar. Dé tiempo para la discusión. Dibuje una estrella u otro signo al lado de las reglas discutidas.

6

Compartir y Llevarse consigo:

Consulte las reglas del grupo.

||| El facilitador dice:

“¿Hay alguna regla de grupo que sigan muy bien o que sea de gran ayuda para el círculo? ¿Hay alguna regla que deba cambiarse o revisarse para que el círculo funcione mejor? ¿Hay alguna regla nueva que deba agregarse?” Dé tiempo para la discusión.

Dibuje una estrella u otro signo al lado de las reglas discutidas.

7

||| El facilitador dice:

“¿Está de acuerdo con estas nuevas reglas?”

Permita que los adolescentes utilicen un proceso de toma de decisiones que les funcione (por ejemplo, votación o acuerdo verbal). Discuta los cambios y las nuevas reglas de una en una. Si los adolescentes no estuvieran de acuerdo con las reglas y quisieran discutirlos más a fondo, plantéese continuar con la actividad en la próxima sesión. Si parecieran estar de acuerdo, sugírales que usen las nuevas reglas a modo de prueba. Recuérdeles que tienen el poder como círculo de cambiar y revisar sus reglas en cualquier momento.

8

Concluya con una pequeña ceremonia como reconocimiento de las nuevas reglas revisadas. Los adolescentes pueden leerlas en voz alta juntos o agregar su firma para simbolizar su acuerdo de respetarlas.



Revisión de las reglas grupales

Qué hacer y qué no hacer

- ✓ Aliente a los adolescentes a que formulen sus reglas en términos de cosas concretas que harán o no harán (en lugar de ideas abstractas).
- ✓ Aliente a los adolescentes a que se centren en aquellas cosas positivas que pueden hacer para mejorar el círculo.
- ✓ Utilice las discusiones para explorar los desafíos que han ido surgiendo en los círculos.
- ✓ Permita que los adolescentes experimenten con reglas que pueden ser difíciles de seguir, siempre y cuando no causen daño (experimentar con reglas forma parte de su experiencia de aprendizaje).
- ✓ Guarde la lista final de reglas y publíquelas en el espacio de actividades cada vez que se reúnan.
- ✗ No permita que los adolescentes utilicen este proceso para quejarse unos de otros, corregir el comportamiento de los demás o culpar a los otros.
- ✗ No discuta temas sensibles.

Adaptación

Para adolescentes más jóvenes: considere saltarse algunas de las preguntas para simplificar la discusión.

Para los participantes con bajo nivel de alfabetización: los adolescentes podrán usar dibujos o símbolos para crear una lista de reglas grupales a las que puedan referirse en el futuro.

Entorno

Espacio interior o exterior. Tranquilo.

Suministros

- ▶ Panel indicador.
- ▶ Marcador.
- ▶ Papel o cuaderno para escribir ideas (optativo).
- ▶ Papel para rotafolios o cartulina para anotar la lista final de reglas grupales.

Improvisar

Los adolescentes pueden dibujar o pintar las reglas actualizadas o explorarlas a través de juegos de rol.

Continuar

Use esta actividad a intervalos regulares para brindar a los adolescentes la oportunidad de continuar desarrollando su capacidad de trabajar juntos.



Revisión de las reglas grupales



Los adolescentes establecen metas para su círculo.



2/5



1/5



2/5



15-20 min



Resumen de la actividad

Propósito

Crear metas grupales para el círculo y discutir las posteriormente.

Objetivos

Los adolescentes serán capaces de:

- ▶ Tomar una decisión colectiva.
- ▶ Generar confianza entre los adolescentes.

Áreas de aptitudes

Esperanza en el futuro y establecimiento de objetivos. Pensamiento crítico y toma de decisiones. Liderazgo e influencia.

Funciona bien para

Círculos nuevos, círculos que estén comenzando un nuevo ciclo y/ o círculos que den la bienvenida a nuevos miembros. Adolescentes de cualquier edad.

En el ciclo de Iniciar nuestro círculo y Conocernos a nosotros mismos, esta actividad no se realizará el primer día, ya que los adolescentes podrían sentirse demasiado tímidos o abrumados.

Fase

Iniciar nuestro círculo.

Antes

Los adolescentes habrán asistido al menos a dos sesiones juntos, en las que tuvieron la oportunidad de conocerse. Esta actividad funciona bien al principio de un ciclo. Revise las pautas para los Círculos fuertes.

Después

Lleve el listado con las metas a las sesiones de forma periódica. Aliente a los adolescentes a que reflexionen sobre sus objetivos, evalúen sus avances o desarrollen nuevas metas a intervalos regulares.

Los adolescentes podrán mantener una discusión en profundidad con vistas a revisar sus metas mediante la actividad **Revisar los avances hacia las metas grupales** y/ o mantener una discusión corta durante el paso de Revisión de sus sesiones..

Preparación

No es necesaria.



Establecimiento de metas grupales

1

Entregue a los participantes dos tarjetas de notas y/ o asegúrese de que tengan un cuaderno o papel para escribir. Coloque una pizarra y un papel de rotafolio donde todos puedan verlos.

2

||| El facilitador dice:

"Hoy vamos a establecer algunas metas para nuestro círculo. Comencemos pensando en las siguientes preguntas:

- ▶ ¿Qué le gustaría sentir, saber, aprender o hacer al formar parte de este círculo?
- ▶ Puede pensar en cosas nuevas (por ejemplo, cosas que quiera aprender), o cosas que ya hagamos en el círculo (por ejemplo, cosas de las que disfruta y que le gustaría hacer más a menudo)".

3

Escriba: **Sentir, Saber, Aprender y Hacer** en la pizarra o en una hoja de rotafolio y con mucho espacio debajo de cada palabra. Pida a los adolescentes que se sienten en silencio y piensen o escriban sus respuestas a las preguntas.

4

Tras unos minutos, solicíteles que compartan las respuestas una por una. Escriba notas en la pizarra o en el rotafolio mientras responden.

5

||| El facilitador dice:

"Ahora vamos a tratar de acordar algunas metas que compartimos como círculo. ¿Hay alguna meta que mencionaran varias personas?

¿Hay algún objetivo de los que hemos mencionado que le guste mucho?". Deles la oportunidad de responder. Intente reducir la lista a diez metas.

6

||| El facilitador dice:

"Ahora tratemos de acordar cinco objetivos realmente buenos que nos gusten a todos".

Discuta:

- ▶ ¿Disponemos de un buen equilibrio de diferentes tipos de objetivos? Intentemos incluir algunas de las cuatro categorías (Sentir, Saber, Aprender, Hacer) o, al menos, no las cinco de la misma categoría.
- ▶ ¿Podemos lograr estos objetivos juntos con el tiempo de que disponemos en nuestras sesiones? ¿Deberían ser más ambiciosos o más realistas?

7

Una vez que el círculo haya acordado sus metas, escriba la lista final de cinco en una hoja de papel o en otro soporte que se pueda exponer en las próximas sesiones.

8

Explique:

Los participantes deben hablar sobre estos objetivos en sus sesiones y discutir si están avanzando.

9

Concluya leyendo juntos los objetivos en voz alta. Pídales que firmen los objetivos para demostrar su compromiso.



Establecimiento de metas grupales

Qué hacer y qué no hacer

- ✓ Revise las pautas de los **Círculos fuertes** y use los consejos de esa sección para establecer objetivos y revisar los avances.
- ✓ Utilice la herramienta de **Establecimiento de objetivos** en materia de aptitudes para adolescentes que estén listos para establecer objetivos detallados para el conocimiento, las habilidades, las actitudes y los objetivos motivacionales sobre los que deseen trabajar.
- ✓ Aliente (pero no fuerce) a los adolescentes a que acuerden una lista de cinco metas que incluya un mínimo de dos metas de aprendizaje.
- ✓ Anime a los adolescentes a que acuerden objetivos que puedan alcanzar de manera realista, dada su capacidad para trabajar juntos como círculo y el tiempo y los recursos que tienen disponibles. Utilice las áreas y enfoques descritos en el Kit para adolescentes para pensar en los objetivos que se pueden alcanzar. [Insertar icono para Proporcionar estructuras, rutinas y apoyos.]
- ✓ Aliente a los adolescentes a que busquen algo más realizable si inicialmente se fijaran metas muy difíciles de alcanzar.
- ✓ Permita que los adolescentes se desafíen a sí mismos, siempre que no se aboquen al fracaso. Anime a los adolescentes mayores y a los círculos más fuertes a que asuman más desafíos si así lo desean.
- ✓ Guarde la lista final de cinco objetivos y publíquela en el espacio de actividades cada vez que se reúnan.
- ✗ No aliente a los adolescentes a que se centren en metas que sean inalcanzables o que puedan generar frustración.
- ✗ No permita que uno o varios adolescentes se hagan con las decisiones de las metas que elige el círculo.

Adaptación

Para adolescentes más jóvenes: anímelos a que acuerden metas que resulten sencillas, específicas y fáciles de entender.

Para los participantes con bajo nivel de alfabetización: los adolescentes pueden usar dibujos o símbolos para crear la lista de sus objetivos a los que se referirán en el futuro.

Entorno

Espacio interior o exterior.

Suministros

- ▶ Panel indicador.
- ▶ Marcador.
- ▶ Tarjetas de notas (dos para cada adolescente).
- ▶ Papel o cuaderno para escribir ideas (optativo).
- ▶ Papel para rotafolios o cartulina para anotar la lista final de objetivos grupales.

Improvisar

Los adolescentes podrán dibujar o pintar las metas grupales.

Los adolescentes pueden establecer sus propios objetivos individuales y dar seguimiento a los avances en los cuadernos.

Continuar

Use, revise y actualice las metas grupales periódicamente mediante la actividad **Revisar los avances hacia las metas grupales** y el paso de Revisión de cualquier sesión.

