

¿Cuáles son las Cuatro Fases de actividades?

Todos las y los adolescentes tienen necesidades, capacidades e intereses específicos. Algunos disfrutan participando en actividades y juegos sencillos y creativos, tal vez porque son más jóvenes y aún no están listos o interesados en realizar tareas complejas, o quizá porque disfrutan un paréntesis de sus difíciles circunstancias o de responsabilidades pesadas y propias de adultos que ocupan la mayor parte de su tiempo. Otros podrían estar motivados y listos para planificar y llevar a cabo proyectos juntos, incluso proyectos con objetivos ambiciosos y serios, ya sea porque son más maduros y encuentran estos desafíos interesantes, o porque se sienten listos para perseguir sus propios objetivos y aportar a sus comunidades.

Los contextos y circunstancias de los adolescentes pueden llegar a ser factores importantes en su enfoque de la participación en actividades conjuntas. Es posible que los adolescentes que acaban de llegar a una comunidad o que se encuentran en un contexto cambiante no conozcan a sus compañeros ni se sientan cómodos trabajando juntos, o que no sean capaces de participar en actividades de manera periódica, aun cuando quisieran hacerlo. Sin embargo, aquellos que han estado en la misma comunidad durante algún tiempo, incluso si viven en un contexto humanitario con perspectivas inciertas de asentamiento o reasentamiento a largo plazo, habrán establecido relaciones de trabajo sólidas con sus compañeros y, en algunos casos tendrán tiempo y energía para tareas que sean de su interés.

¿Cuáles son las Cuatro Fases de actividades?

Descripción general: ¿Cuáles son las Cuatro Fases?

Esta sección de la Guía para facilitadores describe el proceso para que los facilitadores planifiquen una serie de actividades para sesiones con y para adolescentes utilizando las Cuatro Fases: módulos flexibles, con secuencias de sesiones y actividades que los facilitadores y adolescentes (cuando están listos) planifican juntos. El uso de módulos flexibles pre planificados permite a los facilitadores adaptar las actividades y sesiones al nivel de desarrollo y circunstancias de cada grupo de adolescentes y, lo que es más importante, a las metas propias de los adolescentes para ese tiempo que comparten durante las sesiones. Las Cuatro Fases abarcan desde secuencias sencillas de sesiones con actividades variadas, divertidas y relajantes, hasta secuencias complejas que involucran a grupos de adolescentes trabajando juntos en tareas o proyectos elaborados durante varias sesiones.

Las Cuatro Fases están diseñadas para que cada Círculo de Adolescentes pueda **avanzar a su propio ritmo**. Un Círculo de Adolescentes puede permanecer en cualquier fase mientras los adolescentes se sientan cómodos e interesados. Los adolescentes pasarán a una fase más compleja si comienzan a aburrirse o se sienten listos para un nuevo reto. Pueden asimismo moverse hacia una fase más simple si desean descansar de tareas más complejas, establecer relaciones de equipo con nuevos adolescentes que se hayan unido al Círculo o dedicar más tiempo a practicar nuevas habilidades.

El papel del facilitador

El rol del facilitador consiste en trabajar con las y los adolescentes para elegir la fase de actividad que funcione mejor para ellos, para luego planificar actividades y sesiones basados en los lineamientos y recomendaciones dedicados a esa fase. El facilitador también asistirá a los adolescentes a evaluar los avances de los Círculos y aportará al diálogo sobre la decisión para avanzar a otra fase y cuándo hacerlo. Los facilitadores usarán la Guía y las herramientas de esta sección para:

- ▶ Comprender qué fases funcionan mejor para los diferentes grupos de adolescentes y elegir la más apropiada para su Círculo de Adolescentes.
- ▶ Entender la forma en que los adolescentes pueden desarrollar, practicar y usar las aptitudes

en cada fase, para que puedan elegir y adaptar las actividades de acuerdo con los objetivos emocionales, sociales, de aprendizaje y de acción que resulten más apropiados.

- ▶ Planificar las secuencias de actividades diarias de la fase que elijan.
- ▶ Ejecutar sesiones con el tiempo, los procesos y el flujo adecuados.
- ▶ Evaluar si los adolescentes están listos para pasar a una nueva fase y cuando proceder.

Los facilitadores pueden usar y adaptar los recursos del Cuadro de actividades cuando planifiquen las fases con y para los adolescentes. En las Guías de Actividades y las Tarjetas motivacionales se incluyen recomendaciones específicas para las fases en las que pudieran aplicarse. De manera que, los facilitadores pueden y deben pensar en usar y adaptar actividades de otras fases, en función de los intereses y metas de cada Círculo de Adolescentes. Asimismo, podrán usar las Tarjetas de inspiración para estimular el flujo de ideas para las actividades de las y los adolescentes o planificar nuevas a partir de sus propias ideas.

Véase la introducción al Cuadro de actividades para una explicación más detallada sobre cómo elegir, adaptar y usar las Guías de actividades, las Tarjetas motivacionales, las Tarjetas de inspiración y las Herramientas para facilitadores.

Entender las Cuatro Fases

A continuación una breve descripción de las Cuatro Fases:

- 1. Iniciar nuestro Círculo:** esta fase ayuda a un grupo de adolescentes que se reúnen por primera vez a conocerse y sentirse cómodos participando juntos en actividades.
- 2. Conocernos a nosotros mismos:** en esta fase, las y los adolescentes exploran sus identidades y aprenden más sobre sí mismos y sobre los demás.
- 3. Conexión:** en esta fase, los adolescentes aprenden habilidades para desarrollar relaciones sanas, trabajar juntos y entrar en contacto con sus comunidades.
- 4. Poner en práctica:** en esta fase, los adolescentes aprenden a trabajar en equipo y a implementar acciones en sus familias, escuelas y comunidades.

¿Cuáles son las Cuatro Fases de actividades?

Las siguientes secciones ofrecen una descripción más detallada de cada una de las Cuatro Fases y de la forma en que las y los adolescentes pueden desarrollar y usar las aptitudes en cada una de ellas.

Iniciar nuestro Círculo

La fase de Iniciar nuestro Círculo aporta a los adolescentes herramientas para construir un Círculo sólido cuando se reúnen por primera vez. Además, los adolescentes podrán establecer las reglas para sus sesiones, trabajar en equipo y prepararse para futuros retos y aprendizajes.

La fase de Iniciar nuestro Círculo puede contribuir también a crear la sensación de un nuevo comienzo en aquellos Círculos donde los integrantes ya se conozcan entre sí. Por ejemplo, esta fase funciona bien cuando los adolescentes necesitan dar la bienvenida al Círculo a un gran número de nuevos compañeros, así como en situaciones en las que los adolescentes solo asisten a las sesiones de manera esporádica.

En la fase de Inicio nuestro Círculo, los adolescentes:

- ▶ Se reúnen por primera vez.
- ▶ Crean un espacio seguro.
- ▶ Formulan reglas para sus sesiones.
- ▶ Llegan a conocerse unos a otros.
- ▶ Se sienten cómodos con otros integrantes del Círculo.
- ▶ Aprenden a trabajar en equipo.

¿Cómo desarrollan y utilizan los adolescentes las aptitudes en la fase de Iniciar nuestro Círculo?

En esta fase, el énfasis está en crear un espacio seguro en el que las y los adolescentes puedan escapar del estrés de su vida diaria y participar en actividades a su propio ritmo. A medida que los adolescentes se conocen y se sienten más cómodos con sus compañeros del Círculo, aprenden a expresarse a través del juego, el debate, la reflexión tranquila, obras de teatro, la escritura y otras artes. Ello les ayuda a interactuar de manera positiva y crea una base para construir relaciones y habilidades más sólidas cuando asuman desafíos más complejos.

El objetivo general de la Fase Iniciar nuestro Círculo consiste en que los adolescentes se sientan cómodos al participar en actividades conjuntas, como primer paso para sentirse seguros antes de aprender nuevos intereses y enfrentar distintos Desafíos juntos. En la Fase Iniciar nuestro Círculo, los adolescentes desarrollan, practican y usan aptitudes, aunque en un nivel muy básico. La tabla que se muestra a continuación ofrece una visión general de la forma en que los adolescentes desarrollan y utilizan las aptitudes durante la Fase Iniciar nuestro Círculo:

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes son capaces de: |
|---|---|
| Comunicación y expresión | Aprender y practicar nuevas formas de comunicarse y expresarse por ejemplo, a través del dibujo y de movimientos. |
| Identidad y autoestima | Aprender maneras de describirse a sí mismos con palabras y mediante otras formas de expresión. |
| Liderazgo e influencia | Tomarse un descanso del estrés propio de sus circunstancias, como primer paso para explorar y tratar de lograr sus prioridades. |
| Resolver problemas y manejar conflictos | Tomarse un descanso del estrés propio de sus circunstancias y conocer a otros adolescentes, como primer paso para sentirse cómodos con los participantes del Círculo al tiempo que aprende habilidades interpersonales. |
| Enfrentar el estrés y manejar las emociones | Participar tanto en actividades tranquilas como dinámicas para aliviar el estrés al que están sometidos. |
| Cooperación y trabajo en equipo | Participar en actividades sencillas, interactivas y colaborativas con otros adolescentes, como primer paso hacia el desarrollo de habilidades de cooperación. Conocer a otros adolescentes, como primer paso hacia el desarrollo de un sentido de pertenencia al equipo. |
| Empatía y respeto | Conocer a otros adolescentes, como primer paso hacia el desarrollo de la tolerancia y la empatía. |
| Esperanza en el futuro y establecer metas | Participar tanto en actividades tranquilas como dinámicas para aliviar el estrés al que están sometidos, como primer paso para sentirse optimistas y poder establecer metas. |

¿Cuáles son las Cuatro Fases de actividades?

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes son capaces de: |
|--|---|
| Pensamiento crítico y toma de decisiones | Tomarse una pausa del estrés al que están sometidos y conocer a otros adolescentes, como primer paso para sentirse cómodos, experimentar y enfrentar nuevos Desafíos. |
| Creatividad e innovación | Aprender y practicar nuevas formas de expresarse creativamente, especialmente a través de las artes. |

¿Cómo trabajan juntos los adolescentes en sus Círculos en la fase Iniciar nuestro Círculo?

A lo largo de este ciclo, las y los adolescentes se conocen y gradualmente van sintiéndose más cómodos al participar juntos en actividades sencillas y divertidas para aprender más sobre sus compañeros, pero que no requieren de un fuerte sentido de trabajo en equipo.

B. Conocernos a nosotros mismos

La fase de Conocernos a nosotros mismos brinda a las y los adolescentes la oportunidad de aprender más sobre quiénes son y qué es lo que sienten. A lo largo de este ciclo, exploran sus identidades y aprenden nuevas formas de expresarse a través de diferentes artes y formas de comunicación.

La fase de Conocernos a nosotros funciona bien con aquellos adolescentes que han tenido la oportunidad de conocerse antes en un Círculo y que ya están listos para explorar nuevas ideas y habilidades. Las bases que adquieren durante estas sesiones les ayudarn a comunicarse con los demás, desarrollar empatía y respetar las similitudes y diferencias de l otras personas.

En la fase de Conocernos a nosotros mismos los adolescentes:

- ▶ Participan en sesiones de forma más consistente.
- ▶ Aprenden a conocerse mejor, a saber quiénes son y qué sienten.
- ▶ Exploran y reconocen aspectos de su identidad,

especialmente de sus propias fortalezas, cualidades e intereses.

- ▶ Construyen relaciones más sólidas con sus compañeros en sus Círculos y a desarrollar el trabajo conjunto.
- ▶ Aprenden nuevas formas de expresarse, a través de diferentes artes y formas de comunicación.
- ▶ Se sienten más cómodos explorando nuevas ideas y habilidades con otros adolescentes de su Círculo.

¿Cómo desarrollan y utilizan los adolescentes sus aptitudes en la fase de Conocernos a nosotros mismos?

Los adolescentes que se encuentran en la fase de Conocernos a nosotros mismos se dedican especialmente al desarrollo de aptitudes a nivel personal. Aprenden a conocerse y a comprenderse a sí mismos, a construir una base sólida para desarrollar relaciones positivas y a sentirse seguros para asumir nuevos retos.

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes serán capaces de: |
|--------------------------|--|
| Comunicación y expresión | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender sobre sus propios estilos de comunicación y métodos para la expresión personal, especialmente a través de las artes y del movimiento físico. • Practicar técnicas para escuchar y hablar eficazmente. |
| Identidad y autoestima | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender formas de describirse con palabras y otras formas de expresión, explorar sus identidades y reconocer sus fortalezas y valores, así como sus debilidades. Aprender sobre lo que conforma su identidad. • Practicar cómo apreciar sus cualidades positivas y cómo cuidar de sí mismos. |
| Liderazgo e influencia | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender sobre sus propios estilos de liderazgo y estrategias para influir en otros. Comenzar a explorar sus prioridades e intereses, como paso importante para lograrlos. |

¿Cuáles son las Cuatro Fases de actividades?

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes serán capaces de: |
|---|---|
| Resolver problemas y manejar conflictos | <ul style="list-style-type: none"> • Sustener relaciones sanas con los adolescentes de sus Círculos, como paso para aprender, practicar y utilizar habilidades interpersonales que presenten retos. • Conocer técnicas para recopilar información, analizar problemas y presentar ideas. • Aprender estrategias de negociación, mediación y diálogo. |
| Enfrentar el estrés y manejar las emociones | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender sobre sus emociones y practicar técnicas para manejar emociones difíciles. • Practicar la expresión de sentimientos de una forma sana, así como a través de métodos artísticos y creativos. |
| Cooperación y trabajo en equipo | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender más sobre otros adolescentes de sus Círculos, como paso siguiente para sentirse como equipo y prepararse para trabajar juntos. • Aprender hábitos sanos para trabajar en equipo. • Aprender a confiar en los demás y reconocer los beneficios de la cooperación. |
| Empatía y respeto | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender más sobre otros adolescentes y sobre ellos mismos, como próximo paso hacia el desarrollo de la tolerancia y la empatía. • Aprender sobre los desafíos y luchas de diversos grupos e individuos. • Aprender a ponerse en el lugar de la otra persona, a comprender sus sentimientos y necesidades. |

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes serán capaces de: |
|---|--|
| Esperanza en el futuro y establecer metas | <ul style="list-style-type: none"> • Comenzar a explorar sus prioridades e intereses, como paso importante para lograrlos. • Conocer las alternativas potenciales a la situación actual, para un futuro mejor. • Aprender estrategias organizativas, de gestión del tiempo y realizar un plan de acción. |
| Pensamiento crítico y toma de decisiones | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender más sobre ellos mismos, como primer paso para explorar los problemas que les interesan y tomar decisiones que reflejen sus prioridades. • Aprender conceptos básicos de estereotipos, prejuicios, discriminación y otros términos relacionados. Reflexionar sobre sus conceptos sobre estereotipos y las causas que llevan a los prejuicios y a la discriminación. • Practicar, dudar, cuestionar, analizar, probar y sacar conclusiones. |
| Creatividad e innovación | <ul style="list-style-type: none"> • Practicar la lluvia de ideas y otras técnicas para generar ideas creativas. Aprender a tomar riesgos sanos. • Practicar la paciencia, la observación y la atención al detalle para poder percibir oportunidades cuando surjan. |

¿Cómo trabajan juntos los adolescentes en sus Círculos en la fase de **Concernos a nosotros mismos**?

A lo largo de este ciclo, el Círculo se fortalece y los adolescentes participan con mayor regularidad. A medida que los adolescentes aprenden a expresar sus fortalezas y valores, se va desarrollando una confianza mutua.

¿Cuáles son las Cuatro Fases de actividades?

C. Conexión

En esta fase, los participantes aprenden más sobre sí mismos y sus compañeros y practican habilidades para trabajar juntos. Aprenden asimismo a relacionarse con personas y lugares más allá de su Círculo. La curiosidad, las relaciones y las habilidades que los adolescentes desarrollan en este ciclo son básicos al prepararse para trabajar los proyectos en grupo en la fase Poner en práctica.

Este ciclo está diseñado para aquellos adolescentes que se sienten listos para interactuar con sus pares y con el entorno, y que experimenten curiosidad por el mundo que les rodea. Es posible que los adolescentes que hayan sufrido experiencias difíciles y que todavía se sientan abrumados o molestos no estén listos para este ciclo. Las actividades de este ciclo funcionan mejor en un Círculo fuerte en el que las y los adolescentes se conocen bien, se sientan cómodos y seguros participando juntos y recuperándose de la crisis.

En la fase de Conexión, las y los adolescentes:

- ▶ Aprenden más sobre sí mismos y sobre sus pares.
- ▶ Aprenden a establecer contacto con personas y lugares más allá de su Círculo.
- ▶ Practican habilidades para trabajar juntos.
- ▶ Continúan desarrollando un sentido de seguridad y comodidad con integrantes del Círculo de Adolescentes, generando más confianza entre ellos.
- ▶ Trabajan en actividades tanto individualmente como en colaboración, y se sienten más cómodos al expresar sus intereses y objetivos.
- ▶ Trabajan en actividades sin necesidad de tanto apoyo, especialmente en los proyectos que se extienden varias sesiones.
- ▶ Desarrollan habilidades sociales y emocionales más fuertes que promueven mejores relaciones con sus familias, compañeros y comunidades.

¿Cómo desarrollan y utilizan las y los adolescentes las aptitudes durante la fase de Conexión?

Durante este ciclo, los adolescentes practican las habilidades que desarrollaron al trabajar en equipo y explorar el mundo que les rodea.

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes son capaces de: |
|--------------------------|--|
| Comunicación y expresión | <ul style="list-style-type: none"> • Practicar y fortalecer estilos de comunicación y expresión, especialmente a través de las artes y del movimiento. • Reflexionar sobre la comunicación en el ámbito familiar, con los amigos y con grupos de compañeros. • Practicar la comunicación efectiva con la familia, amigos y compañeros. |
| Identidad y autoestima | <ul style="list-style-type: none"> • Explorar más a fondo sus identidades, conectándose con sus tradiciones culturales y comunidades. • Mejorar su concepción acerca de sus fortalezas y su valor. • Aprender sobre el patrimonio cultural, la historia, las costumbres y las prácticas de sus familias, amigos y compañeros, reflexionando sobre las diferencias y similitudes en estos entornos. • Practicar la gratitud y aprecio a los demás. Desafiar el acoso. |
| Liderazgo e influencia | <ul style="list-style-type: none"> • Comenzar a explorar sus prioridades e intereses, como primer paso para lograrlos. • Reflexionar sobre los factores que influyen en la opinión de la familia, amigos y compañeros. • Generar confianza y practicar la influencia positiva en su familia, amigos y compañeros. |

¿Cuáles son las Cuatro Fases de actividades?

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes son capaces de: |
|---|---|
| Resolver problemas y manejar conflictos | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender y practicar habilidades para la resolución de conflictos, manejo de problemas y negociación y aplicarlo para generar relaciones sólidas y sanas con otras personas dentro y fuera de su Círculo. • Reflexionar sobre los problemas y las preocupaciones de la familia, amigos y compañeros. Identificar causas de conflicto en la familia, amigos, pares y grupo. • Analizar cómo resolver de manera satisfactoria los problemas en la familia, con los amigos y en grupos de compañeros. Practicar el manejo de conflictos en familia, amigos y grupos de compañeros. |
| Enfrentar el estrés y manejar las emociones | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender y practicar las habilidades para manejar el estrés y otros sentimientos complejos. • Aprender y comprender las emociones en la familia, amigos y compañeros. Reconocer la relación entre sentimientos y conflictos en la familia, amigos y grupos de pares. • Practicar técnicas para manejar las emociones en la familia y con amigos y compañeros. |

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes son capaces de: |
|---|---|
| Cooperación y trabajo en equipo | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender más sobre otras personas del Círculo, así como de los adolescentes y los adultos de la comunidad, como primer paso para mostrarles respeto. • Practicar la cooperación y otras habilidades de trabajo en equipo a través de actividades de grupo y proyectos con otras personas de su Círculo. • Aprender técnicas para trabajar de forma efectiva en equipo para resolver problemas de manera cooperativa. • Generar confianza, fomentar la inclusión y aliviar el dolor en el seno de la familia, entre los amigos y en los grupos de compañeros. |
| Empatía y respeto | <ul style="list-style-type: none"> • Conocer a otros adolescentes, niños, niñas y personas adultas y aprender más acerca de ellos sin importar la comunidad de donde provienen, especialmente si son de diferentes orígenes. • Aprender sobre los Desafíos y conflictos de la familia, amigos y pares. • Aprender a adoptar la perspectiva de otra persona: un miembro de la familia, un amigo o un compañero. |
| Esperanza en el futuro y establecer metas | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender sobre alternativas potenciales a la situación actual, para optar por un mejor futuro para su familia, amigos y personas. • Aprender estrategias para lograr que la familia, los amigos y los compañeros trabajen juntos hacia un objetivo compartido. |

¿Cuáles son las Cuatro Fases de actividades?

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes son capaces de: |
|--|---|
| Pensamiento crítico y toma de decisiones | <ul style="list-style-type: none">• Explorar y analizar sus intereses y prioridades, con especial atención a los enfoques para resolver problemas y aprovechar oportunidades.• Aplicar estos enfoques a los pequeños proyectos que ellos mismos diseñen y lideren.• Identificar y reflexionar sobre estereotipos y prejuicios presentes en su familia, amigos y grupos de pares.• Reconocer las debilidades en el razonamiento, el discurso y los argumentos de las familias, amigos y compañeros. |
| Creatividad e innovación | <ul style="list-style-type: none">• Aprender y practicar formas de expresión creativas, especialmente las artes.• Practicar técnicas para generar ideas en grupo.• Reflexionar sobre las experiencias con la familia, amigos y grupos de pares para reflexionar sobre soluciones innovadoras a los problemas. |

¿Cómo trabajan los adolescentes en sus Círculos en la fase de Conexión?

A lo largo de esta fase, el Círculo se fortalece a medida que las y los adolescentes confían más unos en otros y participan con mayor regularidad. Los rituales, rutinas y reglas de grupo del Círculo siguen siendo el marco que les permite trabajar y comunicarse de manera respetuosa y asertiva. Las y los participantes trabajan tanto en actividades individuales como de colaboración y se sienten más cómodos expresando sus intereses y objetivos. Las habilidades sociales y emocionales que desarrollan les ayudan a trabajar en equipo.

D. Poner en práctica

En la fase de Poner en práctica, los adolescentes ponen en práctica las habilidades que han desarrollado en los tres ciclos anteriores para llevar sus proyectos a la vida real que ellos mismos planifican y ejecutan. El ciclo Llevar a la práctica contiene una serie de pasos para ayudarles a identificar sus prioridades, formular ideas, hacer planes y trabajar juntos. Trabajan en equipo y utilizan sus habilidades para la comunicación, la exploración y la toma de decisiones. Los Círculos pueden optar por permanecer en la fase de Llevar a la práctica durante un tiempo indefinido, repitiendo el proceso de planificación y ejecución de proyectos. Esta fase está diseñada para que las y los adolescentes realicen sus actividades juntos durante el tiempo que prefieran.

En la fase de Poner en práctica, los adolescentes:

- ▶ Identifican sus prioridades, formulan ideas, hacen planes y trabajan juntos.
- ▶ Poner en marcha su creatividad y habilidades de resolución de problemas para trabajar en proyectos importantes para ellos.
- ▶ Trabajan en equipo y utilizan sus habilidades para la comunicación, investigación y toma de decisiones.
- ▶ Aprenden cómo desarrollar planes para sus proyectos y practican aptitudes para establecer prioridades y negociar soluciones a los problemas.
- ▶ Desarrollan y usan habilidades sociales y emocionales para relacionarse mejor con sus familias, compañeros y comunidades.
- ▶ Mejoran y aplican las habilidades de comunicación y negociación que les ayudan a establecer prioridades, hacer planes para proyectos y explorar oportunidades para apoyar a sus comunidades.
- ▶ Se involucran activamente en sus comunidades más allá de sus espacios de actividad.
- ▶ Desarrollan confianza mutua y más amistades.

¿Cómo desarrollan y utilizan los adolescentes las aptitudes durante la fase de Poner en práctica?

En este ciclo, ya habrán logrado conocerse bien y sabrán lo que significa participar juntos en equipos. Los rituales, rutinas y reglas de grupo que crearon y revisaron conjuntamente en ciclos anteriores son la base para trabajar juntos y comunicarse con respeto y asertividad. Las y los adolescentes aplican y fortalecen

¿Cuáles son las Cuatro Fases de actividades?

las habilidades que desarrollaron en ciclos anteriores, al interactuar positivamente y desarrollar iniciativas que llevarán a cabo juntos en la comunidad. Durante este ciclo, aprenden cómo crear planes de proyectos, establecer prioridades y negociar soluciones a los problemas.

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes estarán capacitados para: |
|--------------------------|--|
| Comunicación y expresión | <ul style="list-style-type: none"> • Usar habilidades y formas de expresión mientras trabajan junto a sus pares en sus círculos, comunidades y otros ámbitos. • Reflexionar sobre los patrones de comunicación de su comunidad. • Practicar formas de comunicarse de forma efectiva dentro de su propia comunidad y a través de grupos culturales. |
| Identidad y autoestima | <ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer su sentido de identidad y autoestima mediante acciones positivas que reflejen sus intereses y prioridades. • Conocer los diversos grupos de la comunidad, reflexionando sobre las fortalezas y los desafíos que enfrentan los diferentes habitantes de la comunidad. • Practicar la inclusión de grupos marginados y la construcción de comunidades. |
| Liderazgo e influencia | <ul style="list-style-type: none"> • Aplicar su motivación, nuevas habilidades de liderazgo y capacidad de iniciativa en los proyectos que lideren y diseñen ellos mismos. • Aprender sobre los líderes y otras personas que hayan influido en la comunidad. • Poner en práctica cómo generar confianza y ejercer una influencia positiva en su comunidad a través de proyectos y actividades comunitarios. |

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes estarán capacitados para: |
|---|--|
| Resolver problemas y manejar conflictos | <ul style="list-style-type: none"> • Aplicar habilidades de resolución de conflictos, manejo de problemas y negociación cuando trabajen juntos con otras personas en su Círculo y se involucren activamente con niños, niñas, adolescentes y personas adultas de sus comunidades. • Reflexionar sobre los problemas y preocupaciones de los habitantes de la comunidad e identificar las causas de conflictos. • Analizar formas de resolver problemas en la comunidad y practicar habilidades de manejo de conflictos. |
| Enfrentar el estrés y manejar las emociones | <ul style="list-style-type: none"> • Usar las habilidades de manejo del estrés mientras trabajan juntos y emprenden acciones. • Aprender y comprender las emociones de los miembros de la comunidad y de las personas en conflicto. Reconocer la relación entre sentimientos y conflictos en la comunidad. • Practicar técnicas para manejar las emociones complejas de los habitantes de la comunidad y de las personas en conflicto. |
| Cooperación y trabajo en equipo | <ul style="list-style-type: none"> • Aumentar el respeto mutuo a través del trabajo en grupo que permita a cada integrante contribuir con sus habilidades y fortalezas singulares. • Practicar la cooperación y otras habilidades de trabajo en equipo a través de actividades y proyectos de grupo. • Generar confianza con diversos grupos comunitarios y reparar relaciones dañadas. |

¿Cuáles son las Cuatro Fases de actividades?

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes son capaces de: |
|---|--|
| Empatía y respeto | <ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer su tolerancia y empatía mientras trabajan juntos y se involucran positivamente con otros niños, niñas, adolescentes y adultos. • Aprender sobre los desafíos y conflictos de diversas personas de la comunidad. • Aprender a ponerse en el lugar de otras personas de la comunidad, especialmente entre grupos desfavorecidos o marginados. |
| Esperanza en el futuro y establecimiento de metas | <ul style="list-style-type: none"> • Incrementar su autoestima y esperanzas al emprender acciones relacionadas a los temas importantes para ellos. • Practicar el establecer y búsqueda de objetivos al adoptar medidas positivas. • Conocer las alternativas potenciales con respecto a la situación actual con miras a un mejor futuro para toda la comunidad. • Aprender estrategias para lograr que varias personas y grupos de la comunidad trabajen juntos hacia un objetivo compartido. |
| Pensamiento crítico y toma de decisiones | <ul style="list-style-type: none"> • Experimentar y aprender de los resultados al aplicar sus habilidades a proyectos a pequeña escala que ellos mismos diseñan y lideran. • Identificar y reflexionar sobre estereotipos, discriminación y prejuicios en la comunidad. • Reconocer las debilidades de las creencias comunes de la comunidad. |

| Área de aptitud | Durante esta fase, los adolescentes son capaces de: |
|--------------------------|--|
| Creatividad e innovación | <ul style="list-style-type: none"> • Continuar explorando formas de expresión y desarrollar ideas para nuevas soluciones y oportunidades mediante proyectos en marcha. • Practicar técnicas para aprender de los integrantes de la comunidad con vistas a generar ideas creativas para resolver los problemas. |

¿Cómo trabajan los adolescentes en sus Círculos en la fase de Poner en práctica?

En la fase Poner en práctica, las y los adolescentes se sienten cómodos en su Círculo y usan sus habilidades de manera positiva para trabajar juntos en equipo. La confianza mutua y las amistades entre los adolescentes se desarrollan aún más, de manera que también aprenden y practican habilidades para trabajar de forma positiva y solidaria, incluso con aquellos compañeros que no sean amigos íntimos. Los adolescentes desarrollan habilidades sociales y emocionales a través de las actividades, que les ayudan a participar en equipo y relacionarse mejor con sus familias, compañeros y comunidades. Las habilidades para la comunicación, el establecer objetivos, el pensamiento crítico, la resolución de problemas, la creatividad y la innovación les ayudan a establecer prioridades, hacer planes para proyectos y explorar oportunidades para apoyar a sus comunidades.