

Planificar actividades para cada fase

Una vez que los facilitadores hayan elegido la fase que consideren funciona mejor para el Círculo de Adolescentes, deben planificarla, lo que significa seleccionar una secuencia de actividades para las sesiones con las y los adolescentes.

El Cuadro de actividades del Kit para adolescentes ofrece una amplia gama de actividades entre las que los facilitadores y los adolescentes cuando estén listos pueden elegir. Estas Guías indican cuales actividades pueden funcionar mejor en cada fase. Se anima a los facilitadores a revisar **todas** las Guías del Cuadro de actividades, además de las indicadas para la fase de actividad actual de la que son responsables. Adapte otras actividades que podrían funcionar en su Círculo de Adolescentes. Sea creativo y diseñe su propia actividad. 

Utilice la **Herramienta: para planificar fases** para planificar una secuencia de actividades con el balance y flujo apropiados. Para las fases Iniciar nuestro Círculo y Conocernos a nosotros mismos, incluya actividades variadas que equilibren diversión y juegos con oportunidades de aprender y probar cosas nuevas, y actividades de alta intensidad con aquellas que sean tranquilas y de descanso. Para las fases de Conexión y Poner en práctica, busque crear un flujo lógico de actividades donde los adolescentes trabajen juntos en un tema o proyecto durante varias sesiones. Para todas las fases, planificar significa identificar el momento adecuado para que los adolescentes acepten y revisen las reglas de su grupo (véase **Planificar sesiones**), y establecer y revisar los avances hacia sus metas de grupo.

Trabajar juntos enfocados en las metas del grupo

Un paso clave hacia la planificación ocurre cuando las y los adolescentes gozan de la oportunidad de reflexionar y compartir sus propios objetivos durante el tiempo que pasan juntos en el Círculo de Adolescentes es. Cuando los facilitadores, los coordinadores de programas, y otros adultos que apoyan a los adolescentes, conocen lo que esperan de sus actividades, especialmente aquello de lo que disfrutan y quieren lograr, están mejor capacitados para planificar actividades adecuadas y que los adolescentes consideran relevantes e interesantes y los mantenga comprometidos.

Los facilitadores pueden usar las metas de grupo de los adolescentes para elegir actividades. Si los adolescentes están interesados en desarrollar un determinado conjunto de aptitudes, o simplemente seleccionan un tipo de actividad de la que disfrutan

(como dibujar, bailar, escribir, construir modelos o realizar entrevistas), los facilitadores pueden elegir las actividades del Cuadro de actividades según corresponda. Los facilitadores pueden asimismo adaptar las actividades a las metas de los adolescentes. Por ejemplo, si en las fases de Conexión o Poner en práctica se interesan especialmente en el servicio comunitario, los facilitadores organizarán una secuencia de actividades que los guíe a través del proceso de planificación y ejecución de un proyecto con enfoque en el servicio comunitario.

Los adolescentes que comiencen una nueva fase tendrán la oportunidad de analizar y acordar sus objetivos durante una de las primeras sesiones de esa fase. La actividad **Establecer metas de grupo** es una herramienta de utilidad para esa tarea.

Es posible que las metas de las y los adolescentes estén relacionadas con su bienestar emocional o aprendizaje, así como con las actividades que quieren realizar dentro y fuera de su Círculo. Para aquellos círculos que inicien sus actividades, por ejemplo, en la fase de Iniciar nuestro Círculo los objetivos serán sencillos:

- ▶ Divertirse.
- ▶ Conocer gente nueva.
- ▶ Pasar tiempo con sus compañeros.
- ▶ Tomarse un descanso de otras responsabilidades.

Los adolescentes pueden asimismo fijarse metas para el aprendizaje de aptitudes que emplearan para abordar los retos que enfrentan o para trabajar por sus metas y aspiraciones. Así, es posible que quisieran :

- ▶ Aprender y practicar nuevas formas de expresar sus ideas, especialmente a través de la música, la escritura y otras labores artísticas.
- ▶ Aprender nuevas formas de comunicarse o de lograr acuerdos con familiares .
- ▶ Conocer y practicar formas de enfrentar emociones difíciles, especialmente el estrés.

Las metas de los adolescentes podrían estar vinculadas a los cambios positivos que quieren ver en sus vidas, familias, comunidades o en la sociedad en general: [Insertar icono para Retos de los adolescentes].

- ▶ Aprender sobre tradiciones culturales.
- ▶ Desarrollar habilidades para mantener relaciones más sólidas con familiares y amigos.
- ▶ Organizar un evento o proyecto que sea útil para la comunidad.



Elegir un ciclo para su Círculo de Adolescentes

En las fases más básicas, los objetivos de los adolescentes se definen con el estilo que escogen para pasar tiempo juntos en sus Círculos. Cuando avancen a fases más complejas, estarán listos para explorar y expresar como sus actividades les ayudarán a sentirse bien emocionalmente, aprender, formar y disfrutar de relaciones con los demás. Es posible que los adolescentes que se encuentren en la fase de Conexión y Poner en práctica tengan metas más ambiciosas sobre los cambios en sus vidas o sobre las contribuciones que quisieran lograr para sus comunidades.



Cualquiera que sea la fase donde se encuentren, aliéntelos a que se fijen metas realistas que puedan lograr con el tiempo y los recursos disponibles. Los adolescentes deberán establecer metas dentro de las primeras tres sesiones de cualquier Fase nueva y mostrarlas en el lugar de reunión. Todos los integrantes del Círculo de Adolescentes deben poder participar, compartir sus ideas y acordar los objetivos.

Una vez hayan participado en actividades conjuntas durante algunos días o semanas, los Círculos de Adolescentes revisarán de forma periódica los avances obtenidos respecto a las metas. La actividad **Revisar los avances hacia las metas de grupo** es una herramienta de utilidad para esta tarea. Para los adolescentes que comiencen a trabajar juntos, como para los que están en las fases Iniciar nuestro Círculo o **Conociéndonos a nosotros mismos**, puede resultar útil una revisión breve de los avances cada vez que se reúnan (por ejemplo, durante el paso de Revisión de su sesión) para compartir comentarios sobre sus experiencias acerca de las nuevas actividades. Es posible que los Círculos de Adolescentes que hayan trabajado juntos durante algún tiempo, como sucede en las fases de Conexión y Llevar a la práctica, necesiten más tiempo para evaluar los avances tal vez durante una sesión completa.

Planificar y facilitar sesiones en cada fase

A continuación, se proporciona orientación específica para los facilitadores en la planificación y la facilitación de sesiones para cada una de las Cuatro Fases.

Planificación de la fase de Iniciar nuestro Círculo.

Para planificar una secuencia de actividades para la Fase de Iniciar nuestro "Círculo":

- ▶ **Enfóquese en mantener las cosas sencillas y divertidas** para aquellos adolescentes que se reúnan por primera vez.
- ▶ **Elija actividades que puedan completarse en una sola sesión** en lugar de proyectos a más largo plazo, ya que a algunos adolescentes no les resulta posible participar en todas las sesiones o que otros adolescentes se unieran al Círculo más adelante. podría darse la circunstancia de que otros adolescentes se unieran al grupo
- ▶ **Elija actividades que resulten sencillas y fáciles de entender**, ya que a los adolescentes que se encuentren en una situación nueva puede resultarles difícil concentrarse y, en algunos casos el idioma podría incluso llegar a ser una barrera.
- ▶ **Incluya una combinación de actividades tranquilas y dinámicas** para apoyar el proceso natural de recuperación de las y los adolescentes tras haber pasado por una experiencia difícil.
- ▶ **Incluya actividades durante las cuales puedan decidir el nombre del Círculo, diseñar los rituales de inicio y cierre y aceptar las reglas del grupo.** Estas actividades ofrecen la oportunidad de crear orden y rutinas, donde se sienten cómodos y con la certeza de que el Círculo es un lugar especial.
- ▶ **Repita aquellas actividades de las que los adolescentes disfruten**, esto les brindará la oportunidad de practicar y sentirse cómodos con algo que les resulta familiar. No obstante, es importante variar las actividades para que también sean divertidas para los adolescentes con diferentes intereses y habilidades.
- ▶ **Planifique y adapte las actividades en las que puedan participar todos los adolescentes**, ya que las primeras sesiones definen quiénes son los destinatarios enviando un mensaje implícito a toda la comunidad, incluso a los adolescentes que no pudieron participar el primer día.. Es especialmente importante incluir actividades que sean accesibles e inclusivas. Por ejemplo, si los adolescentes con discapacidad no participaran en un principio, las actividades que observen o de las que oigan hablar influirán en su percepción sobre su inclusión. Al Introducir actividades consideradas apropiadas tanto para niñas y niños adolescentes en el contexto cultural de los adolescentes habla sobre el enfoque del programa,. Tenga en cuenta que tanto las niñas como los niños deben recibir apoyo para explorar las actividades que les interesan, y que los Círculos de Adolescentes deberán crear espacios