

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

para que desafíen o incluso transformen las normas de género limitantes o perjudiciales.



- ▶ **Aliente a los adolescentes a jugar a los juegos que ya conocen, especialmente durante el paso Desafío de la sesión.** Los juegos tradicionales pueden ser la oportunidad para que los adolescentes entren en contacto con sus raíces culturales, al tiempo que practican sus habilidades jugando algo que les resulta familiar.
- ▶ **Introduzca algunas actividades y juegos nuevos como los de las Tarjetas Dinámicas** Ello facilita que todos intenten algo nuevo y que los adolescentes con diferentes habilidades participen al mismo nivel que los demás.
- ▶ **Concéntrese en actividades que faciliten a los adolescentes que se conozcan durante este ciclo.** Los juegos y actividades donde los adolescentes trabajan en grupos y parejas pueden ser una buena plataforma para ello.
- ▶ **Ayude a los adolescentes a establecer metas de grupo sencillas y realizables con relación a la calidad del tiempo que pasarán juntos en sus Círculos** (como **divertirse** o **hacer amigos**). Sírvasse de las ideas que compartan como ayuda para comprender lo que quieren. Absténgase de presionarlos para que asuman retos cuando recién están comenzando.



a conocerse mejor. Alíentelos a trabajar en diferentes grupos y parejas en cada sesión, para que todos los compañeros del Círculo se conozcan.

Anime a los adolescentes a sentarse en silencio y a participar activamente, pero también pueden sentarse y observar en silencio si así lo prefieren.

Las y los adolescentes deben sentirse siempre bienvenidos por usted, incluso cuando lleguen tarde, se vayan temprano, tengan problemas para recordar los nombres, no entiendan las instrucciones o cuando cometan otros errores.

Las y los adolescentes decidirán el nombre de su Círculo, aportarán ideas para el ritual de inicio y cierre y acordarán entre todos las reglas del grupo. Estas actividades promueven la oportunidad de crear orden y rutinas, lo que redundará en comodidad y en la sensación de que el Círculo es un lugar especial que les pertenece.

Planificación de la fase **Conocernos a nosotros mismos.**

Al planificar y realizar sesiones para adolescentes, los facilitadores de la fase de Conocernos a nosotros mismos deberán:

- ▶ **Incluir muchas actividades para que las y los adolescentes se describan a sí mismos y se expresen.** Los adolescentes podrán experimentar con diferentes artes, juegos y actividades físicas para aprender sobre sí mismos e interactuar con sus compañeros.
- ▶ Incluir actividades a lo largo de este ciclo que promuevan el trabajo individual. Se trata de una oportunidad para disfrutar de un momento tranquilo lejos de hogares o responsabilidades agitados y se concentren en el dominio de nuevas habilidades. Piense en organizar actividades individuales como dibujo, construcción o manualidades durante el paso de Desafíos. Durante este paso, es posible que los adolescentes quieran trabajar en el mismo proyecto a lo largo de varios días.
- ▶ **Incluir actividades que generen nuevas palabras para describir características, sentimientos y otros aspectos de su identidad.** En el caso de que hablen diferentes idiomas o estén aprendiendo uno nuevo, ayúdeles a aprender algo más de vocabulario.
- ▶ **Incluir actividades que ofrezcan la oportunidad de aprender unos de otros e intercambiar**



Consejos para facilitar las sesiones en la fase de **Iniciar nuestro Círculo.**

Use los mismos pasos recomendados en la sección Planificar sesiones del Kit para adolescentes, aunque es mejor que avance de un paso a otro con suavidad, sin permanecer más de 10 a 20 minutos en cada uno.

Siga la misma estructura de la sesión de manera consistente y repita algunas de las actividades de un día para otro. Este punto resulta de gran utilidad para aquellos adolescentes adaptándose a nuevas circunstancias o sobrellevando experiencias difíciles, así como para los participantes que no puedan asistir a cada sesión.

Incluya debates, pero asegúrese de que el tiempo destinado a hablar y escuchar sea breve. Durante esta fase, es preferible que los adolescentes pasen más tiempo jugando que hablando.




Incluya juegos y actividades usando sus nombres en los que las y los adolescentes formen parejas o pequeños grupos durante corto tiempo, para ayudarlos

Elegir un ciclo para su Círculo de Adolescentes

información e ideas sobre ellos mismos. Ayude a los adolescentes a reconocer sus similitudes y diferencias.



- ▶ **Use las actividades Acordar las reglas de grupo y Revisar las reglas de grupo** para motivarlos a acordar cómo compartirán sus comentarios de manera que todos se sientan animados y con libertad para intentarlo?. Deben sentirse seguros, apoyados y respetados en vista de que compartirán información sobre ellos mismos y entre sí.
- ▶ **Aliéntelos a considerar nuevas posibilidades para sus metas de grupo.** Introduzca nuevos términos y conceptos, como los de las Diez Aptitudes Clave que pueden ayudar a articular nuevas posibilidades para aquello que desean, aprender. No obstante, no los obligue a asumir desafíos si prefieren enfocarse en objetivos más básicos, como disfrutar de su tiempo juntos, probar nuevas actividades o tomarse un descanso del estrés.

Consejos para facilitar sesiones en la fase de Conocernos a nosotros mismos

- ▶ **Continúe variando la estructura de las sesiones para incluir tanto actividades de alta intensidad como otras más tranquilas.** Si el paso del Desafío implicara un trabajo silencioso e independiente, use entonces un Calentamiento con oportunidad de moverse e interactuar entre ellos.
- ▶ **Utilice los pasos de Análisis, Revisión y Retiro como oportunidades para que los adolescentes compartan información,** se brinden retroalimentación positiva y aprendan más sobre sus compañeros.
- ▶ **Preste atención a la opinión de las y los adolescentes sobre el tiempo que se destina** a estos pasos, según el nivel de interés y comodidad que muestren. 
- ▶ **Si fuera necesario, repita el mismo tema durante otra sesión.** Solicite comentarios de los participantes durante el paso de revisión de cierre de cada sesión y analicen cualquier inquietud que surja.

Planificar la fase Conexión

Los adolescentes que se encuentran en este ciclo trabajarán en actividades que requieren un menor apoyo, especialmente los proyectos con continuidad a lo largo de varias sesiones. Al planificar y realizar sesiones para adolescentes en la fase de Conexión, los facilitadores deberán

- ▶ **Planificar una secuencia de actividades sobre temas relacionados** en las que los adolescentes puedan trabajar juntos a lo largo de varias sesiones.
- ▶ **Incluir actividades que incluyan momentos para practicar habilidades para comunicarse y relacionarse.** Pueden recurrir a obras de teatro, juegos y otras artes para simular situaciones del mundo real y aprender unos de otros de diferentes maneras. Las y los adolescentes que se encuentren en esta fase tendrán la oportunidad de formar amistades y relaciones de trabajo de apoyo y respeto.
- ▶ **Incluir actividades que ofrezcan oportunidades de explorar y entrar en contacto con el mundo que los rodea.** Pueden aventurarse fuera del área donde suele reunirse su Círculo para observar el entorno físico, buscar materiales disponibles localmente para usarlos en las actividades y mapear su comunidad de manera creativa. Es una oportunidad también para descubrir tradiciones culturales o nuevas formas de arte que quisieran probar por sí mismos, incluso podrán aprender de las personas adultas en la comunidad, ya sea formal o informalmente, individualmente o en grupos. 
- ▶ **Motivarles para comenzar a planificar y llevar a cabo proyectos conjuntos durante este ciclo,** sin que se sientan presionados. Use las actividades de este ciclo para explorar y expresar de diferentes maneras lo que sienten y ven. Este ciclo supone una oportunidad para disponer de tiempo para enfocarse en sus propias prioridades, descubrir nuevas posibilidades y continuar practicando nuevas habilidades para la comunicación y la expresión. 
- ▶ **Incluir un gran abanico de oportunidades para que analicen y reflexionen sobre su proceso de trabajo conjunto como Círculo.** Utilice la actividad **Revisión de las reglas de grupo.** Las habilidades de trabajo en equipo son parte importante de este ciclo, de manera que los adolescentes deberían darse tiempo para reflexionar sobre sus avances en materia de trabajo conjunto.

Elegir un ciclo para su Círculo de Adolescentes.

- ▶ Alentar a los adolescentes a desafiarse a sí mismos mientras establecen metas de grupo. Reconozca su potencial y fomente su confianza. Ayúdelos a establecer metas a una escala alcanzable con relación a lo que pueden hacer, aprender y lograr con los recursos disponibles.

Consejos para facilitar las sesiones en la fase de Conexión

Al planificar y ejecutar sesiones para adolescentes en la fase de Conexión, los facilitadores deberán:

Promover la posibilidad de facilitar los pasos de la sesión, o incluso planificar y facilitar sesiones completas si estuvieran interesados y se sintieran preparados para ello.

Consultar a los adolescentes para que decidan si ocuparán más tiempo en la misma actividad de una sesión a la siguiente, especialmente si no han terminado alguna actividad que disfrutan o si necesitan completarla para estar listos para la próxima sesión. Los pasos de Revisión y de Llevar consigo/Conocerse a sí mismo para una sesión constituyen una buena oportunidad para ello.

Si los adolescentes se aventuraran fuera de su área de actividades durante este ciclo, asegúrese entonces de que los integrantes de la comunidad estén informados y que apoyen sus actividades.

Acompáñelos si fuera necesario.

Antes de intervenir, bríndeles la oportunidad de intentar superar los desafíos y resolver los desacuerdos que enfrenten al trabajar juntos.



Planificar la fase Poner en práctica

Las y los adolescentes que se encuentran en la fase de Llevar a la práctica deberían tener las habilidades y la experiencia para llevar la iniciativa en algunas (o quizás todas) de las tareas de facilitación y planificación de las sesiones. Es importante que se sientan empoderados al trabajar de forma independiente y listos para experimentar con diferentes estrategias. Deben manejar las habilidades, las relaciones y la fortaleza emocional para hacer frente a situaciones que no resulten según lo planeado, así como para resolver las diferencias que surjan. En este ciclo, pueden trabajar juntos con muy poco apoyo del facilitador. Por su parte, el facilitador deberá ocuparse con los adolescentes para elegir y planificar juntos actividades que los

guíen y les permitan explorar sus propios intereses y prioridades, decidir sobre un tema de interés y planificar y llevar a cabo un proyecto durante varias sesiones.

Al planificar sesiones para adolescentes en la fase de Poner en práctica, los facilitadores deberán:

- ▶ **Consultar y colaborar estrechamente con las y los adolescentes sobre sus planes para actividades y dejarlos llevar la iniciativa** para que decidan cómo desean organizar cada sesión. Ayudarlos a coordinar juntos sus proyectos o iniciativas desarrollando un resumen por actividad para consultarlo posteriormente y con regularidad cambiando y adaptando los planes en función de sus avances.
- ▶ **Planificar sesiones que incluyan tiempo flexible** para que las y los adolescentes desarrollen sus propias estructuras y procesos para trabajar juntos, por ejemplo, utilizando la **actividad Tiempo para práctica y proyecto**.
- ▶ **Incluir con regularidad sesiones de evaluación para que los adolescentes valoren cómo se adaptan juntos como Círculo**. Por ejemplo, usando o adaptando la actividad **Revisar reglas de grupo** incluso aquellos adolescentes con experiencia y se sientan cómodos trabajando juntos como equipo se beneficiarían de este proceso.
- ▶ **Sugerir a los adolescentes que se tomen un descanso de su trabajo en los proyectos** de vez en cuando y planifiquen sesiones esporádicas de diversión o relajación, pero no los obligue a que dejen de trabajar juntos si no desean hacerlo.
- ▶ **Incluir sesiones para que las y los adolescentes reflexionen sobre los avances para alcanzar las metas del grupo**, utilice la **Revisar los avances hacia las metas del grupo**. Un buen momento sería después de que los adolescentes hayan terminado un proyecto y estén listos para comenzar el siguiente.
- ▶ **Una vez los adolescentes que durante varias sesiones hayan completado juntos un proyecto, necesitarán de su apoyo para volver a empezar cuando estén listos**. Piense en utilizar la misma secuencia de actividades que usó anteriormente para guiarlos a través de la planificación y la realización de un proyecto en conjunto. Posiblemente tendrán la capacidad de asumir mayor liderazgo en la gestión de un proceso con el que ya están familiarizados. Para que haya variedad y estímulos para nuevas ideas en las iniciativas en las que podrían trabajar juntos, puede elegir o crear diferentes

Elegir un ciclo para su Círculo de Adolescentes

actividades que guíen el proceso de planificación del proyecto.

- ▶ **Alentar a los adolescentes a desafiarse a sí mismos mientras establecen metas de grupo.** Reconozca su potencial y lo que ya han logrado juntos como Círculo, teniendo en cuenta que en esta fase los adolescentes podrían ser más ambiciosos. Mantenga su apoyo para establecer metas alcanzables con relación a lo que pueden hacer, aprender y lograr en su contexto y con los recursos disponibles. En algunos casos, las y los adolescentes aprenden lecciones positivas incluso cuando no logran cumplir en su totalidad los objetivos, sin embargo, la decepción puede agravar la sensación de desaliento propio de las circunstancias difíciles.

Genere la confianza de las personas adultas de la comunidad, asegúrese de que estén al tanto de los proyectos de los adolescentes.



Consejos para facilitar la fase de Conexión

Aliente a las y los adolescentes a explorar una amplia gama de posibilidades para sus proyectos e iniciativas, especialmente los que sean útiles o prácticos para ellos y sus comunidades, y otros de carácter más divertido e inspirador.

Las y los adolescentes podrán proponer sus propias ideas para los proyectos. Trate de no hacer sugerencias antes de que ellos y ellas hayan pensado en las suyas y evite que las personas adultas de la comunidad impongan sus prioridades al Círculo. **Es importante que los adolescentes lleven a cabo proyectos independientemente de que los resultados no sean exactamente como esperaban, siempre que no se sientan abrumados o decepcionados por ello.** Prepárese para intervenir y ayudar con estrategias alternativas o adaptar sus planes.

Las y los adolescentes deben poder intentar resolver por sí mismos los problemas que surjan, incluso los desacuerdos entre ellos y probar nuevas estrategias cuando los pasos de los proyectos no avancen según los planes.

Entre en escena y ofrezca apoyo si los nota muy enojados, heridos, molestos o decepcionados. Recuerde que todavía están de camino hacia la edad adulta y que muchos han pasado por experiencias difíciles. Use la **actividad Revisar las reglas de grupo** para apoyar con estas intervenciones.

Facilite debates entre adolescentes y personas adultas de la comunidad sobre sus planes e ideas. Aliente a los adultos a apoyar a los adolescentes.