



BELINDA HOPKINS

Tiempo de círculo y reuniones en círculo

Manual práctico



G CONSELLERIA
O EDUCACIÓ, UNIVERSITAT
I I RECERCA
B DIRECCIÓ GENERAL
PRIMERA INFÀNCIA, INNOVACIÓ
I COMUNITAT EDUCATIVA



Todos los derechos reservados.
Cualquier forma o reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser hecha con la autorización de sus titulares.

ISBN: 978-84-09-10125-2
ISNI: 0000 0004 7476 3043
DL: PM 407-2019

Traducción i adaptació al castellano: marzo 2020,
Vicenç Rul·lan i Aina Amengual

Coordinació e ilustraciones: Aina Amengual

Fotografías: Jaume Gual

Diseño gráfico: Toni Bauzá

Agradecimientos: CEIP Binissalem, IES Binissalem, Associació Justícia I Pràctica Restaurativa (AJPR)

Palma, diciembre de 2020





- 4 Introducción
- 5 Los cinco principios restaurativos
- 6 Elementos clave para facilitar el tiempo de círculo y las reuniones en círculo
- 7 Valores de base del tiempo de círculo y las reuniones en círculo
- 8 Desarrollo de las normas del círculo con las personas participantes del círculo
- 13 Tiempo de círculo: características principales
- 14 Seis pasos para diseñar un tiempo de círculo
 - 16 1er paso. Decidir un tema a desarrollar
 - 17 2º paso. Concretar una pregunta para la ronda de entrada
 - 17 3er paso. Elegir un juego de mezcla
 - 20 4º paso. Decide qué metodología vas a utilizar para la actividad principal
 - 26 5º paso. Elegir una actividad energizante
 - 30 6º paso. Concretar una pregunta o una frase incompleta para la ronda de cierre.
- 31 Empezar un tiempo de círculo con un grupo que ya se conoce
- 33 Reuniones en círculo: características principales
- 36 Qué es un círculo y qué no lo es
 - 36 Lo que NO es un círculo
 - 37 Lo que SÍ es un círculo y lo que PUEDE SER

Anexo

- 40 Fichas de necesidades
- 41 Plantilla para diseñar y programar un tiempos de círculos
- 43 Más actividades de mezcla
- 44 Más metodologías para la actividad principales
- 44 Más actividades energizantes
- 46 Más ideas para las rondas de cierre
- 46 Otras formas de acabar un círculo
- 48 Tiempos de círculo diseñados por temas



INTRODUCCIÓN



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

Apreciado lector, apreciada lectora, si estás interesada en este libro probablemente es porque trabajas con niños o jóvenes en el ámbito escolar o en el ámbito de la atención de menores. En uno u otro caso, uno de tus objetivos será favorecer la construcción de conexiones sólidas con y entre las personas con las que trabajas. Esto es especialmente importante cuando se forma un nuevo grupo, al inicio de un curso escolar, por ejemplo, o cuando hay una persona recién llegada al grupo. Las personas que se incorporan por primera vez a un grupo seguramente se sentirán nerviosas y necesitarán apoyo, inclusión, amistad, tranquilidad, comprensión, paciencia, etc. Todo lo que les puedas ofrecer para ayudarles a integrarse les irá bien.

En consecuencia, el círculo es útil para poder trabajar la acogida de una persona que se incorpora nueva al grupo, pero no solo en estos casos. Se ha demostrado que el uso habitual de círculos ayuda a fortalecer los vínculos entre las personas que forman parte de un grupo; fomentan el sentimiento de pertenencia; reducen la disrupción, el acoso y la desmotivación y mejora el aprendizaje de habilidades emocionales y sociales. El uso cotidiano del tiempo de círculo es una forma de promover todo lo que acabamos de decir, y además facilita que las personas aprendan a fomentar estos aspectos entre ellas. Otra manera de hacerlo es utilizando las reuniones en círculo.

Aunque comparten unos principios básicos, el tiempo de círculo y las reuniones en círculo son diferentes. El tiempo de círculo (que se viene utilizando en muchas escuelas del Reino Unido desde hace muchos años) es un programa planificado de actividades que incluye rondas de palabra (de inicio y de cierre de círculo), juegos de mezcla, una actividad principal y un tiempo de reflexión. Con experiencia, este tipo de círculo se puede diseñar y planificar de manera fácil y ágil. De hecho, a veces es necesario abandonar las actividades planificadas porque acontecimientos locales o mundiales hacen que sea adecuado centrarse en algún tema que las personas necesitan hablar y debatir en ese momento determinado, y será bueno que la sesión planificada evolucione para dar respuesta a esta necesidad.

La reunión en círculo, por otro lado, es un proceso que quiere asegurar que todas las personas tengan la oportunidad de participar y dar su opinión sobre alguna situación o problema concreto que afecta al grupo, a fin de encontrar una solución. La reunión en círculo se fundamenta, también, en los cinco principios restaurativos que establecen un marco estructurado de cinco pasos para dialogar sobre el problema, conflicto o situación y compartirlo y, tal vez, reparar el daño creado por una situación que ha afectado a todo el grupo. Este librito es una recopilación de ideas que puedes utilizar en el aula o con el grupo con el que trabajas. Las actividades que se proponen son útiles para integrarlas en el currículo y sirven para mejorar el aprendizaje.

¡Compártelo con tus colegas para ir creando vuestro propio libro de ideas!

Los círculos también son muy útiles para la cohesión del equipo y personal del centro, así que puedes utilizarlo con compañeros y compañeras, en reuniones de equipo, en reuniones con familias, reuniones del equipo directivo, etc.

Deseo que disfrutes de la experiencia y que tengas mucha suerte.



Belinda Hopkins, 2017

LOS CINCO PRINCIPIOS RESTAURATIVOS



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

El enfoque restaurativo se basa en cinco principios que fundamentan las interacciones en cualquier institución u organización que haya adoptado este modo de funcionar. Estos cinco principios, a la vez, son la base de las cinco fases para gestionar las relaciones con las demás personas, ya sea en forma de diálogo entre dos, en pequeños grupos, en círculos o en grandes grupos. Aprender este modelo (5P5F: 5 principios – 5 fases), puede parecer un rompecabezas al inicio, pero con la práctica cada vez es más fácil.

PRINCIPIO 1

El/La profesional o la persona restaurativa cree que todo el mundo tiene una perspectiva propia, única y valiosa sobre cualquier situación, y que hay que ofrecerle la oportunidad de expresar su punto de vista para que toda persona se pueda sentir escuchada.

Diríamos que no es apropiado que una persona imponga su punto de vista a los demás sin darles la oportunidad de que digan el suyo; por tanto, el respeto hacia todos los puntos de vista tendrá un impacto evidente en entornos donde haya personas que tienen más poder y autoridad que otras.

PRINCIPIO 2

El/la profesional o la persona restaurativa cree que los pensamientos influyen en sus sentimientos, y estos pensamientos y sentimientos influyen en las acciones y comportamientos de cada persona.

Los pensamientos y los sentimientos son esenciales para entender por qué las personas actuamos como actuamos. En general, los pensamientos y los sentimientos no son visibles; si nos imaginamos un iceberg, diríamos que pensamientos y sentimientos permanecen en la parte oculta, bajo la superficie del agua. Sumergirnos bajo el agua, explorar la parte oculta del iceberg, identificar qué hay más allá de la conducta, nos permitirá compartir lo que pasa dentro de cada una y conseguir un mejor entendimiento mutuo y una conexión más auténtica.

PRINCIPIO 3

El/la profesional o la persona restaurativa cree que nuestras acciones o comportamientos afectan a las personas de nuestro entorno, y que puede ser útil identificar las repercusiones generadas en cualquier situación dada.

Anticipar las consecuencias de nuestras acciones es clave para mantener una buena relación con los demás. Cuando hay conflictos o desavenencias puede haber un sufrimiento, y éste se expresará en forma de emociones como la ira, el dolor, el miedo, la frustración y la confusión que puede dañar las relaciones y los vínculos entre las personas. Dedicar un tiempo a pensar con empatía sobre las repercusiones de los comportamientos puede ayudar a mejorar la situación.

PRINCIPIO 4

El/la profesional o la persona restaurativa cree que cuando las necesidades están cubiertas, las personas pueden dar lo mejor de sí mismas y que todas nuestras acciones o conductas siempre van encaminadas a satisfacer las necesidades.

Para tomar decisiones o resolver problemas es necesario identificar primero las necesidades y después las estrategias para satisfacer estas necesidades.

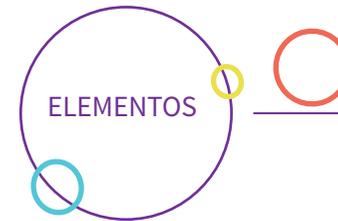
PRINCIPIO 5

El/la profesional o la persona restaurativa cree que las personas afectadas por una situación o por un conflicto son las que están en la mejor posición para encontrar, de manera cooperativa, formas resolverlo.

Las personas valoran positivamente el hecho de que se les implique en el proceso de resolución y de toma de decisiones de los temas que les afectan. Y a la inversa, tienden a resistirse a las soluciones impuestas. Esta apropiación del propio conflicto y de la toma de decisiones muestra respeto y confianza, desarrolla habilidades prosociales y autoestima y fortalece las relaciones.



ELEMENTOS CLAVE PARA FACILITAR EL TIEMPO DE CÍRCULO Y LAS REUNIONES EN CÍRCULO



- Todo el grupo se sienta en círculo, en sillas del mismo tamaño y forma, en una sala espaciosa donde no haya interrupciones ni personas haciendo otras cosas. Todo el mundo debe sentirse incluido y el foco de atención debe ser el círculo.
- El/la facilitadora anima a todas las personas a asumir la responsabilidad del buen funcionamiento de la sesión pidiendo que identifiquen algunas normas para participar. Estas se pueden escribir en una hoja de papel y colgarlas en la pared para que sean bien visibles¹.
- Un objeto que pasa de mano en mano² se utiliza para dar el turno de palabra. El objeto puede moverse en el sentido de las agujas del reloj o en sentido contrario. Sólo la persona que tiene el objeto tiene derecho a hablar.
- La norma anterior solo la puede quebrantar de manera excepcional quien facilite el círculo (por ejemplo, para hacer una aclaración sobre algo que se ha en la pizarra; o para recordar de manera amable las normas si alguien interrumpe o habla cuando no tiene el objeto; o si ve que alguien necesita ayuda para poder participar). Puede ser útil que quien facilite el círculo tenga un objeto de reserva o de emergencia, que seguro que lo utilizará muy pocas veces.
- Cuando le llega el objeto a una persona puede hablar, pero también tiene derecho a pasarlo. Esto quiere decir que puede no utilizar su turno de palabra. Nadie debe sentirse obligado a participar, aunque con el tiempo la mayoría de las personas se sienten seguras para hacerlo.

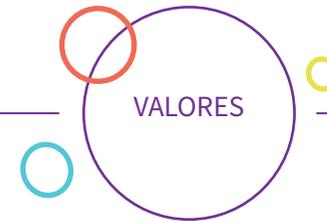
¹ Puedes consultar la actividad que se propone en la página 7 para consensuar las normas del círculo con sus integrantes (n. de la t.).

² Para nombrar el objeto que pasa de mano en mano de manera secuencial y que da la posibilidad de que todo el mundo hable (en la versión original inglesa talking piece) hemos utilizado indistintamente: objeto que da la palabra, objeto para hablar y testimonio (n. de la t.).

VALORES DE BASE DEL TIEMPO DE CÍRCULO DE CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo



- El compromiso de respetarse mutuamente, lo que significa que si se da una falta de respeto la persona facilitadora la cuestionará. (Es vital que la facilitadora mantenga un tono positivo y respetuoso en todo momento para modelar, aunque en algunos casos se pueda sentir molesta)
- El compromiso de respetar las diferencias y celebrar las experiencias compartidas.
- El reconocimiento de que todo el mundo tiene derecho a sentir lo que siente. No hay obligaciones con respecto a los sentimientos. Un sentimiento es un sentimiento y puede que las personas necesiten pensar en cómo expresarlo para que sea comprendido.
- La aceptación del derecho de los demás a tener un punto de vista diferente, incluso cuando los demás no están de acuerdo.
- La actitud de estar abiertos a trabajar con todas las personas participantes del círculo, fomentar la tolerancia y la diversidad y romper barreras.
- La aceptación de la responsabilidad compartida para el buen funcionamiento de la sesión, la importancia de incluir a todas las personas y la sensibilidad hacia la posibilidad de que alguien se sienta excluido.
- La comprensión de que la persona que no respeta las normas del tiempo de círculo no es porque es “mala” o “disruptiva” sino porque nos muestra una necesidad no satisfecha y que necesita alguna cosa diferente para satisfacer esta necesidad.
- La creencia de que el contenido y el proceso que se sigue en el círculo deben ser congruentes, de manera que lo que las personas dicen es un reflejo de la manera de hacer.

DESARROLLO DE LAS NORMAS DEL CÍRCULO CON LAS PERSONAS PARTICIPANTES DEL CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

Para promover la responsabilidad compartida es interesante decidir las normas del círculo en función de las necesidades de todas las personas. La actividad³ que te proponemos tiene el objetivo, en primer lugar, de identificar qué necesitan los miembros del grupo para sentirse seguros en el círculo y, por tanto, definir los compromisos a los que puede llegar cada persona y el grupo para satisfacer estas necesidades.

Esta actividad nos puede ocupar varias sesiones, pero es fundamental para el buen funcionamiento de un círculo y, por tanto, es adecuado hacerla cuando empezamos a trabajar con un grupo. Se basa en el cuarto principio restaurativo y se estructura en dos fases.

³ Decidir de manera conjunta y participativa el funcionamiento del grupo es uno de los retos del enfoque restaurativo. El primer planteamiento tiene que ver con la participación en sí misma; todo lo que decidimos conjuntamente para conseguir regularnos de manera que permita dar lo mejor de cada persona será más fácil de cumplir. El segundo planteamiento tiene que ver con las necesidades, tal como las plantea Marshall Rosenberg (que inspira el modelo restaurativo de Belinda Hopkins, tal y como ella nos dice más adelante); toda conducta violenta tiene que ver con una necesidad no cubierta, por tanto, podríamos decir que toda conducta contraria a lo que el grupo ha decidido tiene que ver con una necesidad personal no cubierta y, probablemente, con una falta de estrategias para poder tener la conducta adecuada. Es por esto por lo que Belinda Hopkins nos plantea una actividad que nos permite estructurar las normas de funcionamiento de un grupo según sus necesidades y los compromisos de cada persona para satisfacerlas, huyendo, de esta manera, de normas impuestas según el estilo del sistema punitivo (n. de la t.).



DESARROLLO DE LAS NORMAS DEL CÍRCULO CON LAS PERSONAS PARTICIPANTES DEL CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

Fase 1. Identificación de necesidades

Objetivos

- Destacar la importancia del principio restaurativo de identificar las necesidades en el establecimiento de reglas o contratos de aprendizaje y el principio restaurativo de desarrollarlas en colaboración.
- Detectar necesidades personales y profesionales cuando trabajamos con otras personas.
- Diferenciar entre “necesito que tú (alguien debería...)” y “tengo necesidad de...”.
- Desarrollar empatía hacia lo que necesitan los compañeros y compañeras de clase o las personas participantes del grupo.
- Determinar si estas necesidades están satisfechas.
- Plantear maneras de satisfacer estas necesidades como equipo o grupo.
- Darse cuenta de la relación entre las necesidades no satisfechas y el sufrimiento que esto puede causar.
- Destacar que es diferente hablar de “mal comportamiento” o de “comportamiento que tiene un impacto negativo en las demás personas”.



RECURSOS NECESARIOS

Para esta actividad necesitarás un conjunto de tarjetas de tamaño grande (aproximadamente un tercio de una hoja de papel A4) con una necesidad escrita en cada una (disponibles en http://www.caib.es/sites/convivexit/ca/practiques_restauratives/ y www.transformingconflict.org como un juego de cartas, o puedes hacerlas tú mismo utilizando la lista que encontrarás en el anexo)

Nos inspiramos en el trabajo de Marshall Rosenberg sobre comunicación no violenta. Su libro,⁴ con el mismo título, es muy recomendable para cualquiera que facilite círculos.

⁴ Rosenberg, M. (2016). Comunicación no violenta. Un lenguaje para la vida (ed. rev.). Barcelona: Alcanto.

DESARROLLO DE LAS NORMAS DEL CÍRCULO CON LAS PERSONAS PARTICIPANTES DEL CÍRCULO



La dinámica requiere tener espacio para poder moverse. Puede ser divertido haber hecho algún tipo de juego de mezcla antes de iniciar la actividad para que las personas del grupo se sienten con alguien que, tal vez, no conozcan tan bien.

1. Debes tener preparada una hoja de papel grande (tamaño papelógrafo) o una pizarra con la pregunta: “¿Qué necesito de los demás para dar lo mejor de mí?”, escrita en la parte superior, con un gráfico interesante (tal y como se puede ver en la imagen de la izquierda). Puede que necesites varias hojas.
2. Coloca las fichas de necesidades (o un juego de cartas de necesidades, si lo tienes) en el suelo, en medio del círculo, para que todas las personas las puedan ver.
3. Invita a las personas participantes a trabajar por parejas: la tarea consiste en hacer una lista de las necesidades que tienen para dar lo mejor de sí mismas en el grupo, clase, sesión, curso, etc.
4. Pide a las participantes que dejen las tarjetas de necesidades en el suelo, las otras parejas pueden querer elegir las mismas necesidades.
5. Después de aproximadamente 5 minutos, repasa y comprueba si las parejas han identificado sus necesidades, que han finalizado el trabajo.
6. Pasa el objeto para hablar y pide que una persona portavoz de cada pareja diga su necesidad principal, escríbela en el papel o pizarra. Haz varias rondas para recoger todas las necesidades elegidas. Si una necesidad ya ha aparecido, pide a la persona portavoz de cada pareja que diga aquellas necesidades que aún no han salido (si es el caso).

Puede ser útil reducir la lista a algunas necesidades básicas, pidiendo a los participantes que identifiquen las 3 necesidades imprescindibles de la lista que se muestra después de la participación de todas las parejas, y que pueden ser diferentes a la que cada pareja eligió al principio. Pueden marcar las necesidades elegidas con gomets o con un rotulador. La idea es que la lista resultante será de las necesidades a cubrir para que cada persona y el grupo pueda dar lo mejor de sí mismo en la sesión, trimestre o en cualquier período de tiempo elegido.

DESARROLLO DE LAS NORMAS DEL CÍRCULO CON LAS PERSONAS PARTICIPANTES DEL CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

Fase 2. Concreción de los compromisos para dar respuesta a las necesidades identificadas

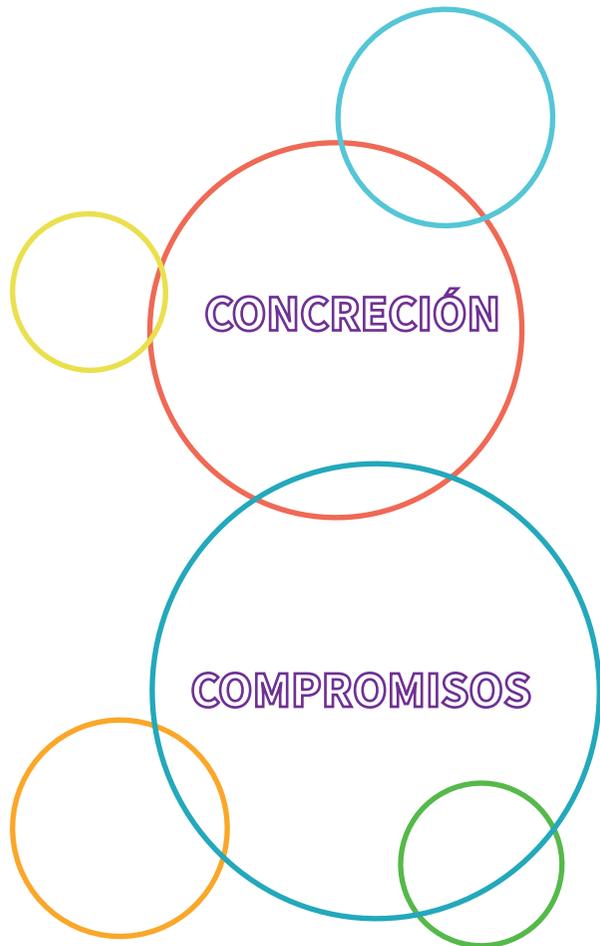
Una vez que un grupo ha identificado sus necesidades, se puede hacer un trabajo para identificar lo que cada persona se comprometerá a hacer para asegurar que las necesidades de todo el mundo se satisfagan. Esta lista de compromisos se convierte en un acuerdo o contrato para el grupo.

Esta segunda fase, tal y como se presenta, es una sugerencia para convertir las necesidades en una lista de compromisos (o acciones o estrategias).

La metodología utilizada para la actividad es la de carrusel (página 44 del anexo).



DESARROLLO DE LAS NORMAS DEL CÍRCULO CON LAS PERSONAS PARTICIPANTES DEL CÍRCULO



1. Distribuye varias hojas grandes de papel por el aula (tamaño papelógrafo): por las paredes, si es posible, en mesas o, incluso, en el suelo. Pega en cada hoja una tarjeta con una de las necesidades seleccionadas, o bien escríbela en la parte superior de la hoja, con letra clara y visible.
Bajo la necesidad, escribe: “Para poder satisfacer la necesidad de, me comprometo a”

2. Invita a las personas participantes (en grupos pequeños o por parejas) a recorrer la sala pensando en qué están dispuestos a comprometerse para satisfacer las necesidades del grupo, ya sea para esta clase o en el futuro. Este es el momento para concretar acciones, por lo que vale la pena interactuar con los grupos o parejas para garantizar que los acuerdos se escriban de esta manera.
Por ejemplo:

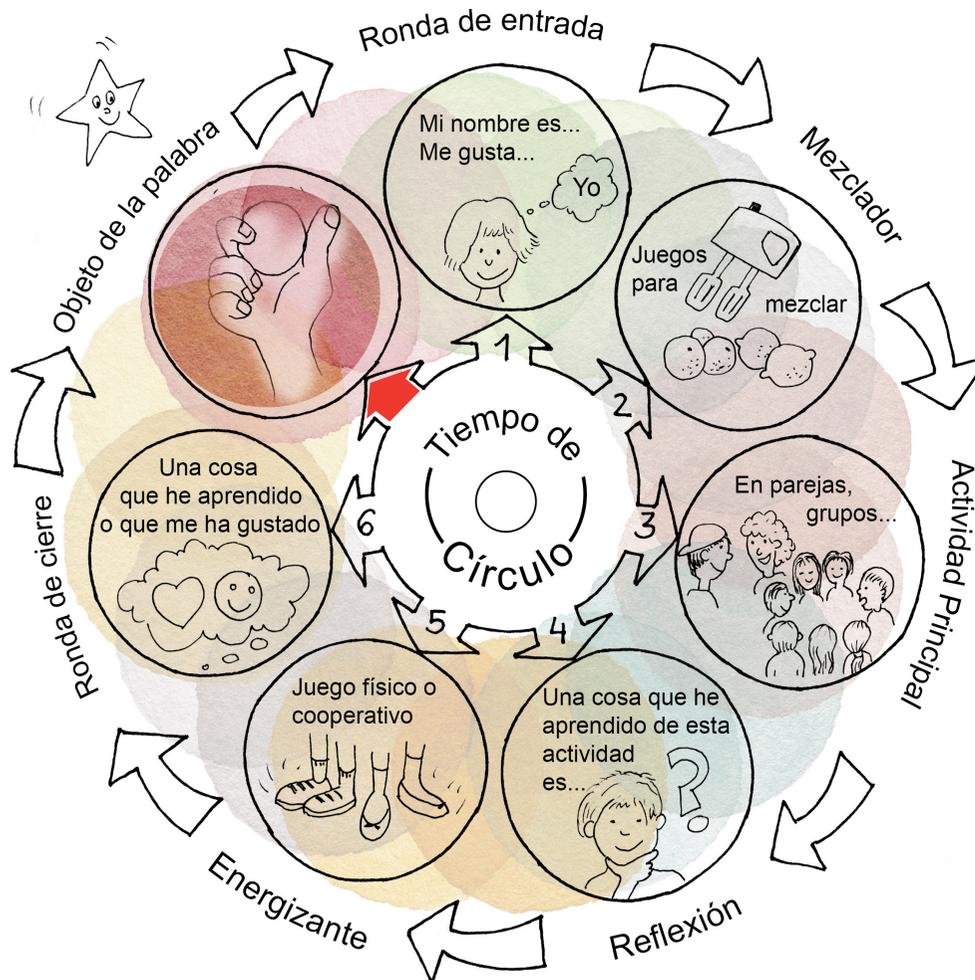
- “Llegaré puntual a todas las sesiones”.
- “Saludaré a mis compañeros y compañeras con su nombre todas las mañanas”.
- “Cuando hable con un compañero o compañera le pediré su opinión antes de darle la mía”.
- “Cuando alguien dé su punto de vista en una conversación le diré: ¡Buena idea!”

3. Después del tiempo asignado a la tarea anterior, vuelve a convocar el círculo grande para reflexionar sobre la actividad.

4. Las hojas se pueden imprimir y plastificar. Cada grupo puede decidir cómo quiere utilizar lo que ha identificado. Cuando hay dificultades en el grupo es fácil que sea porque una de estas necesidades se ha ignorado o vulnerado. Esto permite que la gestión del problema y la búsqueda de soluciones se haga centrado en el problema y las necesidades en lugar de centrarnos en las personas. Recuerda: ¡el problema es el problema, no la persona!

5. Puede ser útil cerrar la actividad con una ronda final para que las personas puedan reflexionar sobre lo que han aprendido y sobre lo que piensan hacer en el futuro.

TIEMPO DE CÍRCULO: CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES



Es un círculo estructurado que contiene una serie de actividades para construir el sentimiento de comunidad, desarrollar la empatía, la confianza, y habilidades de comunicación y cooperación. Hay muchos recursos con actividades para el tiempo de círculo, por ejemplo en www.incentive-plus.co.uk.

El tiempo de círculo podría constar de las siguientes fases:

- Una ronda de entrada
- Un juego de mezcla
- Una actividad principal en parejas o grupos pequeños
- Un momento para la reflexión y para compartir lo aprendido
- Un juego energizante / cooperativo
- Una ronda de salida

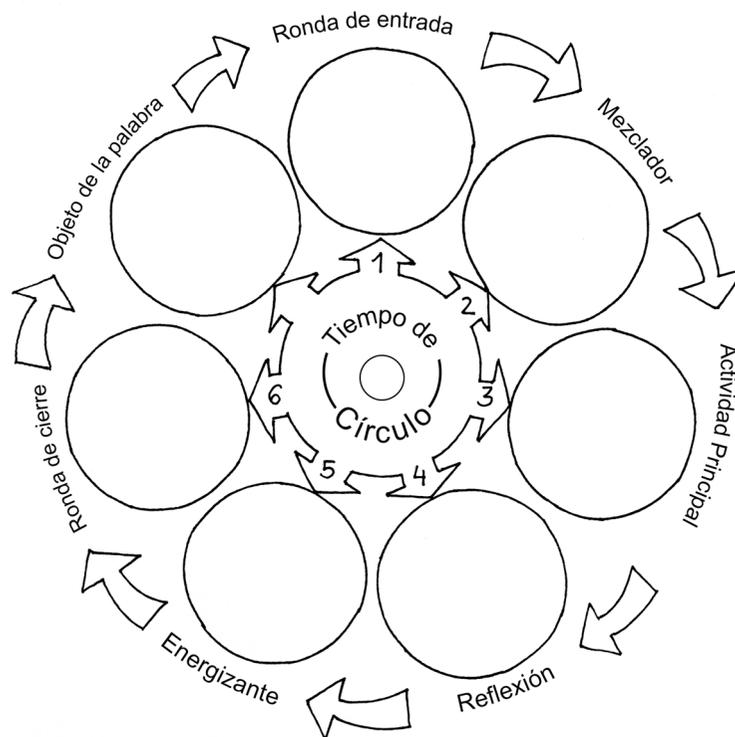
Utiliza este gráfico para recordar las fases del tiempo de círculo y la plantilla que encontrarás en el anexo para diseñar y planificar. El círculo se puede utilizar con niños y niñas, jóvenes o personas adultas como una metodología de aula o para hacer cualquier tipo de reunión en el trabajo, para construir consenso, comunidad y crear grupo.

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

Diseñar un círculo que funcione puede ser sencillo y divertido. Sigue los siguientes 6 pasos para diseñarlo fácilmente:



- 1º Paso** Una ronda de entrada

- 2º Paso** Un juego de mezcla

- 3º Paso** Una actividad principal en parejas o grupos pequeños

- 4º Paso** Un momento para la reflexión y para compartir lo aprendido

- 5º Paso** Un juego energizante / cooperativo

- 6º Paso** Una ronda de salida



Necesitarás un dado para elegir fácilmente una de las seis actividades que te proponemos para los pasos 3, 4 y 5 (elige un juego de mezcla, una metodología para la actividad principal y una actividad energizante).

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

Pronto te será tan fácil diseñar un círculo como moverte por el aula; desarrollarás un nivel de confianza que te permitirá rediseñar el círculo al momento para poderlo adaptar a las necesidades diarias del grupo, por ejemplo, cuando:

- Ha pasado alguna cosa en el aula que necesita ser tratada.
- Hay noticias importantes o repentinas sobre algún tema y hay que hablar.
- Hay un suceso local o alguna noticia que es necesario comentar.

O sea, utiliza el círculo para dar la oportunidad a todo el grupo de poder compartir cosas que son reales, significativas y actuales de aquel día. En las páginas siguientes encontrarás una explicación más detallada de cada paso y propuestas de juegos y actividades para utilizar en cada una de las fases del círculo.



SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo



1º paso. Decidir un tema a desarrollar

Decide qué tema quieres trabajar en el círculo. Tener un objetivo siempre ayuda a planificar.⁵

Si no hay ningún tema o problema urgente que sea relevante para el alumnado, elige uno de los valores centrales del centro educativo o una de las tarjetas de necesidades. Trabajar las necesidades siempre es interesante y ayuda a todas las personas a recordar que nos proponemos relacionarnos de manera amable, afectuosa e inclusiva.



Cualquiera de estas necesidades nos da elementos para trabajar en una sesión de tiempo de círculo⁶

⁵Puedes utilizar el tiempo de círculo en tutoría para trabajar temas relacionados con la convivencia, pero también lo puedes utilizar para trabajar cualquier tema de tu materia. En un anexo al final de este librito encontrarás algunos modelos ya diseñados (n. del t.).

⁶Recuerda que tienes las fichas de necesidades en el anexo, al final del librito (n. del t.).

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo



2º paso. Concretar una pregunta para la ronda de entrada

Decide qué pregunta harás en la ronda de entrada.

Esta pregunta puede estar relacionada con la actividad principal del círculo o puede ser una forma de garantizar que todo el mundo empieza el círculo participando y compartiendo algo que ayuda a conocerle mejor; nos interesa promover el conocimiento entre los miembros del grupo.

Aquí tienes algunas sugerencias:

Mi nombre es _____ y mi _____ favorito es _____

Si fuera un/una _____ sería un/una _____ porque _____

Una cosa que me gusta hacer las tardes/los fines de semana/en las vacaciones...
es _____



3º paso. Elegir un juego de mezcla

Elige un juego de mezcla.

Para hacerlo fácil y divertido he escogido 6 opciones con diferentes variaciones.

Tira el dado y utiliza la que coincida con el número que te haya salido.

Puedes elegir una actividad de mezcla rápidamente.

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



CÍRCULO



TIEMPO



Azul y negro

Haz que cada participante se asigne uno de los dos colores: azul o negro.

Invita a las personas azules a ponerse de pie y a moverse a la silla vacía que tienen a su izquierda.

Las variaciones son infinitas:

- Invita a las “azules” a levantarse y a cambiarse de sitio.
- Invita a todas las personas que se cambien a la silla de la derecha (del mismo color).
- Invita a todas que se muevan 2, 3 o 4 sitios a derecha o a izquierda.



Pares e impares

Pide al grupo que se enumere (incluido tú).

Invita a los números pares a ponerse de pie y a que se muevan hacia la izquierda al siguiente asiento vacío disponible o, para crear más movimiento, que se muevan hacia un asiento vacío. La próxima vez lo puedes hacer con los números impares.



A/B

Haz una ronda asignando A o B a todas las personas integrantes, pide que se levanten las A, que se muevan y busquen una silla vacía para sentarse en una diferente a la que tenían.



Que se levanten y se cambien de sitio las personas que...

Elige una de las siguientes categorías para conseguir que las personas se muevan. Las categorías pueden estar relacionadas con el deporte, pero también pueden ser más generales.

Aquellas personas que tienen una bicicleta.

Aquellas que hayan practicado algún deporte durante la semana.

Aquellas que han mirado una retransmisión deportiva en la TV, etc.

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



TIEMPO

CÍRCULO

TIEMPO

CÍRCULO



El viento sopla para las personas que...

Una persona se pone en medio del círculo (se quita una silla del círculo), y dice algo que sea cierto para ella, por ejemplo: “El viento sopla para la gente que tenga una mascota”, las personas del círculo que cumplen esta característica se levantan y se cambian de lugar. La persona que está en medio intenta sentarse en una silla vacía. La persona que no pueda sentarse se queda en medio del círculo y sigue con “*el viento sopla...*”. Otros ejemplos que se pueden ir usando: “*el viento sopla para los que tengan una bicicleta, lleven vaqueros, les guste el chocolate*”, etc.



Ensalada de fruta

Camina por el círculo y asigna a todos, también a ti mismo, el nombre de una fruta.

Elige cuatro, por ejemplo: manzana, plátano, pera, piña.

Quita tu silla y quédate de pie en medio del círculo.

Explica que tú dirás el nombre de una de las cuatro frutas y que las personas a las que has llamado con aquella fruta deben levantarse e intercambiar lugares. Nadie puede volver al mismo lugar. Es útil negociar algunas normas de antemano (movernos con calma, sin gritar, sin empujar, etc.).

Explica que en cualquier momento puedes decir: “*¡Ensalada de frutas!*”, y entonces todo el mundo se tendrá que levantar y cambiar de lugar.

La persona en medio intentará sentarse, así que alguna persona nueva se quedará de pie en medio del círculo y el juego puede volver a empezar de nuevo.

Sé creativo, elige diferentes categorías en lugar de frutas, por ejemplo: estaciones del año, coches, deportes, etc., y busca una alternativa para “ensalada de frutas” y para hacer que todo el grupo se mueva.

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

4º paso. Decide qué metodología vas a utilizar para la actividad principal

Elige una metodología para la actividad principal del círculo.

Elige aquella que mejor combine con el objetivo y la temática que te hayas propuesto trabajar.

Al igual que antes, juega, tira el dado y escoge una metodología.



Negativo contra positivo: completa la frase

Por ejemplo:

Primera ronda: No me siento respetado/a cuando

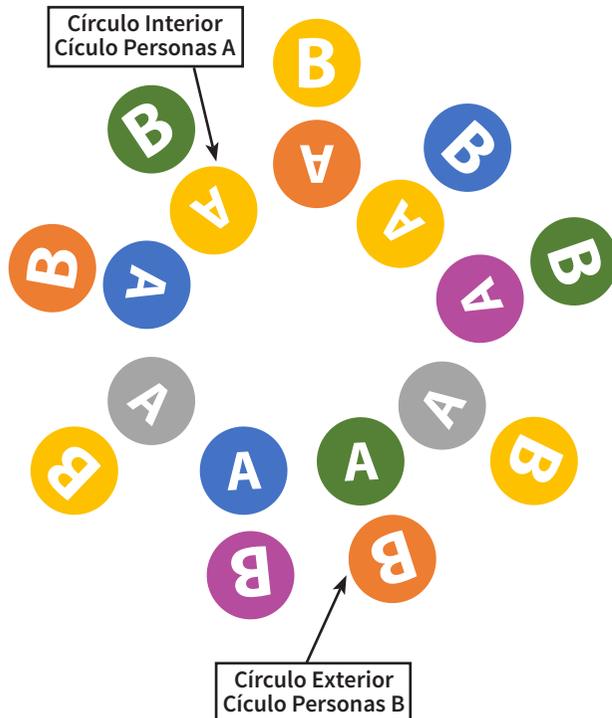
Segunda ronda: Me siento respetado/a cuando

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Círculos concéntricos

Esta actividad ayuda a desarrollar la escucha activa y al mismo tiempo, anima a todos a expresar sus ideas, profundizar en conocimiento y comprensión sobre un tema dado.



1. Camina alrededor del círculo haciendo que todo el mundo se asigne una letra consecutivamente, A o B. ¡No asignes las letras apuntando con el dedo!
2. Invita a las personas con la letra A a coger sus sillas y ponerse en un círculo pequeño en medio de la sala, mirando hacia fuera. Serán el círculo Interior.
3. Ahora invita a las personas con la letra B a ponerse delante de cada persona con la letra A. Serán el círculo exterior.
4. Explica al grupo que la actividad se llama “círculos concéntricos” y dibuja dos círculos concéntricos en la pizarra o en el papelógrafo, y llama al grupo A *círculo interior*, y al grupo B *círculo exterior*.
5. Explica que invitarás a uno de los círculos (círculo interior, por ejemplo) a hablar durante 1 minuto. Sus parejas (en el ejemplo, las del círculo exterior), escucharán sin decir nada, solo utilizarán interjecciones, gestos para animarle a seguir, etc. Después estos roles se intercambiarán y será el círculo exterior el que hablará.
6. Escribe el primer tema o pregunta en la pizarra o papelógrafo y pon una marca indicando que habla el círculo Interior. Invita al círculo interior a empezar.

PREGUNTA	CÍRCULO INTERIOR
Pregunta 1 (1 minuto)	✓

7. Asegúrate de que todo el mundo empieza al mismo tiempo y consensua una señal para que todos paren después de 1 minuto que tu cronometrarás.

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

8. Una vez se ha terminado el minuto, haz lo mismo con el círculo exterior (que hablen sobre el mismo tema durante 1 minuto), ve registrando (en la pizarra o en una hoja) que grupo ha hablado de cada pregunta o tema:

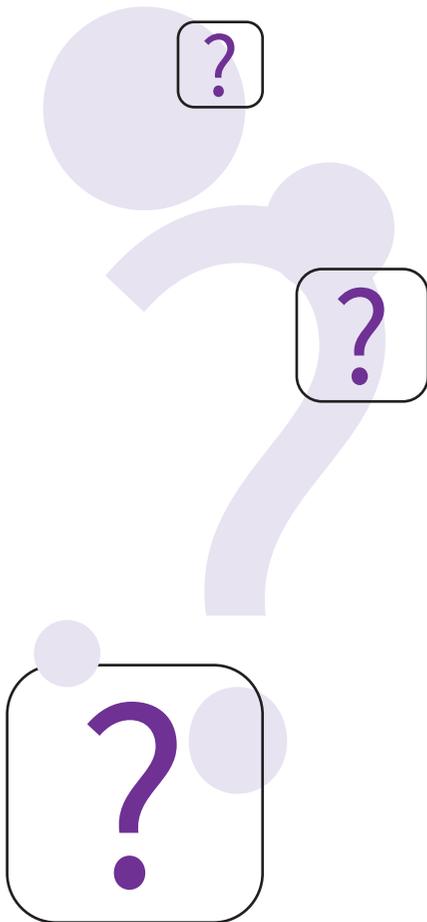
PREGUNTA	CÍRCULO INTERIOR	CÍRCULO EXTERIOR
Pregunta 1 (1 minuto)	✓	✓
Las personas del círculo exterior se mueven un sitio a la derecha		
Pregunta 2 (1 minuto)		
Las personas del círculo exterior se mueven un sitio a la derecha		
Pregunta 3 (1 minuto)		
...		

9. Una vez los integrantes de ambos círculos han hablado y se han escuchado sobre el mismo tema o pregunta, invita al círculo exterior a levantarse y a moverse un lugar en el sentido de las agujas del reloj, de manera que cambien de pareja. Repite la actividad con otra pregunta o tema y sigue según las preguntas o temas que tengas.

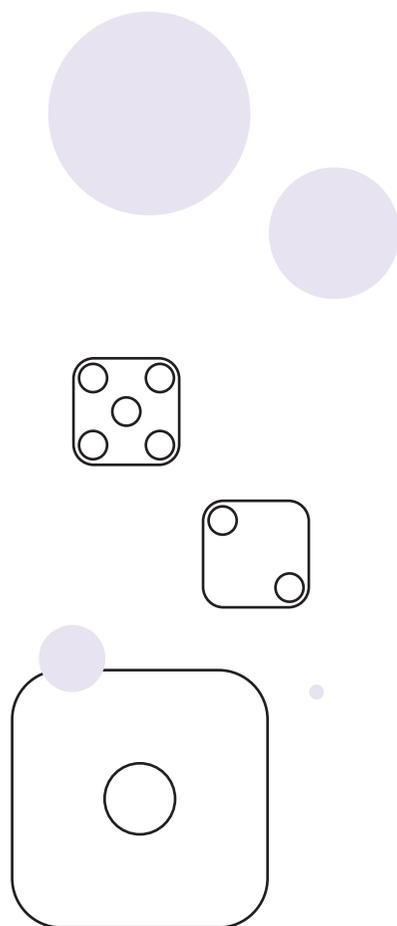
10. Al final de la actividad invita al círculo interior a moverse para volver a crear el círculo inicial. Si tienes tiempo quizás será interesante hablar con el grupo sobre cómo incorporar esta metodología en su entorno de trabajo, dejando que libremente y de manera no secuencial cada persona participe o bien haciendo una ronda consecutiva de reflexión.

Elige de 3 a 5 preguntas relevantes sobre el tema que quieras trabajar durante los círculos concéntricos. Comienza con una pregunta sencilla y, después, propón una más provocadora, y acaba también con una pregunta sencilla. Por ejemplo:

- ¿Cómo crees que las personas muestran respeto?
- ¿Como muestras respeto hacia tus amigos y amigas?
- ¿Crees que tienes que ganarte el respeto o es un derecho que todo el mundo merece?
- ¿Qué tres cosas podrías hacer hoy para mostrar respeto a alguien?



SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Pirámide

Comienza trabajando por parejas, después en grupos de 4, a continuación, en grupos de 8, valora la posibilidad de hacer grupos de 16 y que finalmente sea todo el grupo el que trabaje sobre el mismo tema.

1. Propón que formen parejas (indica una forma de hacer las parejas, ¡no señales con el dedo!).
2. Pide a cada pareja que defina un concepto determinado (por ejemplo, el respeto) y dales un tiempo para hacerlo, unos 3 minutos.
3. Pide que cada pareja se una con otra para hacer grupos de 4 personas (de nuevo, propón un sistema para hacerlo, ¡no lo dejes al azar!) y repite la tarea, puedes darles uno o dos minutos más.
4. Pide a los grupos de 4 personas que formen grupos de 8 y repitan la tarea, puedes añadir 1 o 2 minutos al tiempo que has dado antes.
5. Invita a los grupos de 8 a unirse y a hacer grupos de 16 personas, puedes darles unos minutos para compartir lo que han hecho.
6. Si el tamaño del grupo lo permite, pide a todo el grupo que llegue a una definición compartida, dándoles para ello unos 10 minutos. Recuerda que tú en este caso no intervienes. Puedes, eso sí, ofrecer un rotulador a alguien para que tome nota de lo que dice el grupo o haga de facilitador. Deja que el grupo trabaje por su cuenta, evita participar en la discusión.
7. Una vez han terminado, pídeles que se vuelvan a poner en grupos de 4 para reflexionar sobre las habilidades que han utilizado en la conversación y si las necesidades que tienen para poder hacer bien la tarea han sido satisfechas cuando hacían la tarea. Y pregunta: “¿Qué podrían haber hecho diferente para conseguir que todo el mundo satisficiera sus necesidades al hacer la tarea?”
8. Termina con una ronda de cierre preguntando a cada persona qué ha aprendido de la tarea realizada y de la manera de hacerla.

Hay que resistir la tentación de interferir. Deja que los líderes naturales tomen su responsabilidad. Todo el proceso se puede discutir luego y el grupo puede volverse más competente en la construcción de consenso. Prepararse para el proceso piramidal. Ésta es una de las actividades cooperativas en las que el proceso es tan o más importante que la tarea. Requiere que las personas piensen sobre el reto que plantea ir incrementando las personas del grupo. Una manera interesante de preparar dinámicas piramidales es preguntar qué es lo que se necesita de cada persona en grupos de diferentes medidas y qué estrategias podemos utilizar para dar respuestas a estas necesidades (Hopkins, 2011).

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo



Círculo

Esta técnica funciona bien si el tema a trabajar genera muchas ideas y sentimientos.

1. Proposa una pregunta i convida cada persona a parlar passant l'objecte que dona la paraula de manera successiva pel cercle.
2. Recuerda todas las reglas del círculo antes de empezar.
3. El objeto se va pasando a la persona que está al lado, sin saltar a nadie ni tirarlo al otro lado del círculo, siempre va rodando en la dirección que se marca al empezar la ronda.
4. Cuando una persona tiene el objeto tiene la palabra. Si alguien pasa el objeto sin decir nada, puede tener otra oportunidad para hablar cuando el objeto le vuelva a llegar.
5. Haz pasar el objeto más de una vez por el círculo para que las ideas evolucionen, crezcan, se profundice. Utiliza tu criterio para decidir cuándo parar. Si van apareciendo ideas y pensamientos nuevos, ¡continúa!



¡Piensa, habla, comparte!

1. Piensa una pregunta relevante sobre el tema que quieres tratar (escríbela en la pizarra o en un papel o tarjeta que colocarás en medio del círculo).
2. Forma parejas.
3. Pide que cada persona reflexione y hable sobre la pregunta con su pareja.
4. Haz una ronda pasando el objeto a las parejas para que compartan sus ideas.

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Variación

1. Piensa una pregunta relevante sobre el tema que quieres tratar (escríbela en la pizarra o en un papel o tarjeta que colocarás en medio del círculo).
2. Forma parejas y asigna a cada integrante de la pareja la letra A o B.
3. Pide a cada pareja que reflexione sobre la pregunta y compartan sus ideas.
4. Pide a las personas A que se levanten y se muevan un sitio a su izquierda.
5. Pide a esta nueva pareja que continúe la conversación, compartiendo las ideas que trataron con la pareja anterior.
6. Pide a la nueva pareja que decida cuál es la idea central o más importante que ha salido de las dos conversaciones que han tenido.
7. Haz una ronda pasando el objeto a las parejas para que compartan sus ideas clave con todo el grupo.



Imágenes congeladas

1. Forma grupos de 3, 4 o 5 personas (elige el número de personas que quieres que haya en los grupos pequeños y haz tú mismo/a la asignación de las personas en cada grupo).
2. Pide que cada grupo haga una imagen congelada (escultura) sobre el tema que se trabaja (por ejemplo, el respeto).
3. Invita a los grupos que uno tras otro muestre su imagen al resto de los grupos.
4. Pide que hablen por grupos sobre cómo han decidido y planificado la imagen congelada y si el tema en sí mismo les ha dado las claves sobre qué hacer y cómo.

(Esta metodología va bien con temas como el respeto, la inclusión, la amistad, la cooperación, la amabilidad, etc. El objetivo no es tanto el resultado, la escultura o la imagen congelada, sino la manera cómo se ha llegado a ella).

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

5º paso. Elegir una actividad energizante

Igual que antes, ¡tira el dado y elige la actividad!

Estos juegos provienen de diferentes fuentes, entre ellas: *Mediation UK's manual 'Mediation Works, the Alternatives to Violence programme and LEAP's 'Playing with Fire' manual.*



Elefantes, palmeras y helicópteros

1. Pide una persona voluntaria y dile que ponga un brazo como si fuera una trompa de elefante.
2. Pide a las personas que están a sus dos lados que se giren hacia ella y, levantando un brazo y bajando el otro, formen una especie de círculo para hacer la forma de una oreja de elefante. Mirado desde delante debería parecer como la cabeza de un elefante. ¡Pruébalo!
3. Pide otra persona voluntaria y dile que levante los brazos por encima de su cabeza. Son el tronco de una palmera. Las personas que están a ambos lados se giran y se acercan, alejan los brazos de su tronco y empiezan a moverlos arriba y abajo. Son las hojas de la palmera que se mueven con el viento.
4. Pide otra persona voluntaria y dile que mantenga los brazos en cruz y que empiece a rotar como un helicóptero, pero solo cuando las personas que están a su lado se hayan agachado.
5. Ahora ya estás preparado/a para comenzar el juego. Camina lentamente alrededor del círculo y asigna una de estas tres acciones a una persona diciendo “elefante”, “palmera” o “helicóptero”. La persona que señales será el centro de la escultura y las dos que están a ambos lados deben hacer los movimientos y posturas correspondientes.
6. Pruébalo primero despacio y ve acelerando el ritmo. Cuando alguien dude o se equivoque le tocará pasar al centro del círculo y será la persona que señale las acciones. Se trata de pasarlo bien, de manera que pónselo fácil.

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Deshaciendo el nudo



1. Divide el grupo en grupos más pequeños, de entre ocho o diez personas. Tienen que ser un número par.
2. Pide que cada grupo se levante, forme un círculo y cierre los ojos.
3. Pide que todo el mundo levante la mano derecha y coja una mano que encuentre. La persona facilitadora vigila para asegurar que todo el mundo encuentra una mano libre para coger.
4. Ahora pide que levanten la mano izquierda y encuentren una mano libre para coger.
5. Ya pueden abrir los ojos.
6. La tarea es deshacer el nudo sin soltarse las manos.
7. Es posible que al finalizar el grupo se encuentre de nuevo en un círculo.
8. A veces, la combinación es imposible. Es muy tentador dar instrucciones o intentar rescatarlos. Trata de no hacerlo, ya que esto quitaría al grupo la responsabilidad de solucionar el problema por sí mismos.
9. Al final los grupos pueden hablar sobre qué les ha funcionado para colaborar y qué no les ha funcionado.

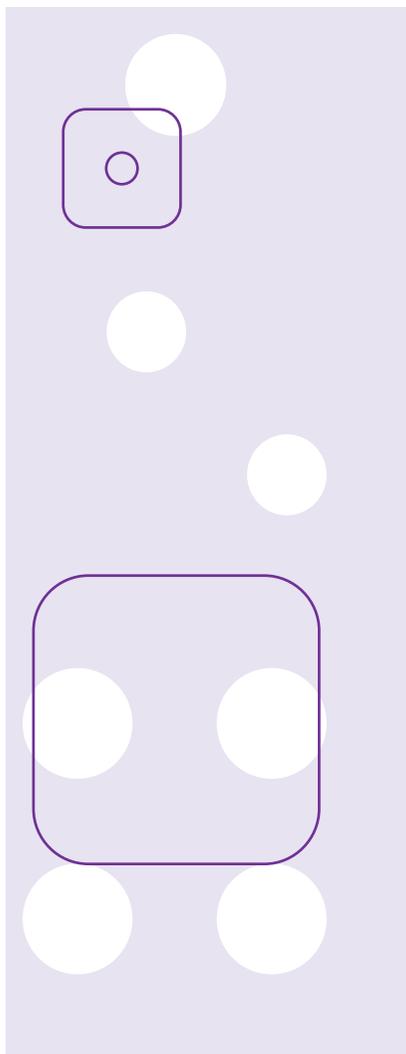


1-2-3

Necesitarás una persona colaboradora para explicar la actividad.

1. Pide a tu persona colaboradora que se ponga delante de ti y dile que vais a contar hasta 3, diciendo cada uno un número por turno.
2. Tú dices 1, él 2, tú dices 3, él 1, tú dices 2, él 3, etc. Fácil, ¿no?

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



3. Ahora forma parejas con el grupo y pídeles que vayan haciendo lo mismo.

4. Explica la fase siguiente, aplaudes una vez con las manos (sustituyes verbalizar el 1 por el gesto), tu colaboradora dice 2, tú dices 3, ella aplaude una vez (en lugar de decir 1), tú dices 2, etc.

5. Explicas la fase siguiente: tú aplaudes una vez en lugar de decir 1, tu colaboradora se toca la cabeza en lugar de decir 2, tú dices 3, etc.

6. Ahora explica la última fase del juego: añade una acción, un gesto para el número 3, así que toda la secuencia será con gestos y no con números (palmas, tocarse la cabeza, tocarse las rodillas). Invita a que todo el grupo lo haga: cada pareja puede elegir los gestos que quiere utilizar para cada número.



Gimnasia

1. De pie, invita a todo el mundo a flexionarse y tocarse con las manos un punto del cuerpo, lo más bajo posible (las piernas, los tobillos o los pies). Hazlo tú también como ejemplo. Explica que el punto más bajo al que pueden llegar es el número 1.

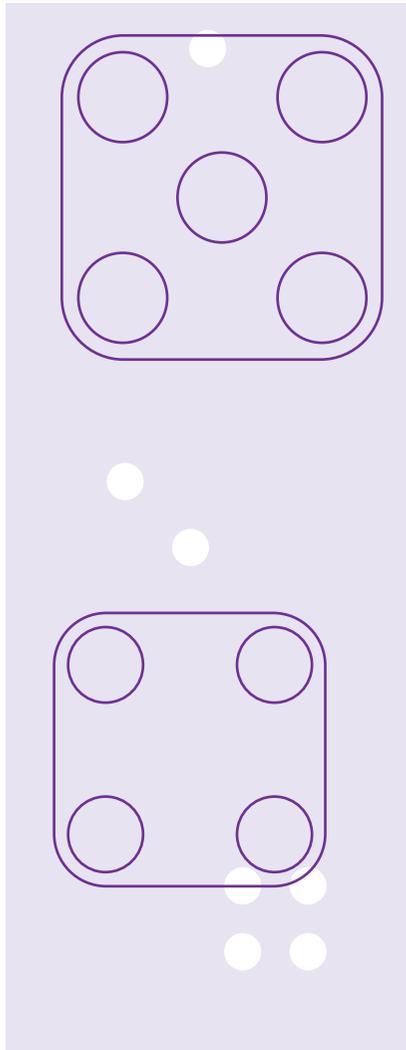
2. Pide que estiren los brazos y se pongan de puntillas para llegar lo más arriba que puedan. Hazlo tú también. Este es su número 10.

3. Pide que cada persona elija su punto medio, por ejemplo, su cintura. Este será su número 5.

4. Camina alrededor del círculo formando parejas y pide que todas las personas sitúen los 10 puntos en su cuerpo y luego lo comenten con su pareja.

5. Ahora pídeles que lo hagan por turnos, una de ellas va diciendo los números mientras la otra se va tocando las partes de cuerpo correspondientes. Al cabo de un rato se cambian los roles.

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Recuento

1. Se trata de que los miembros del grupo se vayan asignando un número consecutivo. Tú también.
2. La primera persona se levanta y dice “uno” y se queda de pie.
3. Una segunda persona, desde cualquier lugar del círculo, se pone de pie y dice “dos”. Se continúa hasta que todo el grupo está de pie, y se ha autoasignado un número.
4. El reto está en que, si dos personas dicen un número al mismo tiempo, todos tienen que sentarse y el juego vuelve a empezar.



Fizz buzz

1. Pide al grupo que hagan una ronda diciendo números consecutivos uno a uno. Si a alguien le toca decir un número que es divisible por tres, en lugar del número dice fizz.
2. Cuando el grupo ya domina esto, introduce la regla que, si a alguien le toca decir un número divisible por 5, dice Buzz.
3. Finalmente introduce la regla que, si alguien le toca decir un número que sea divisible a la vez por 3 y por 5 dice Fizz Buzz, en lugar del número.

SEIS PASOS PARA DISEÑAR UN TIEMPO DE CÍRCULO



Tiempo de círculo y reuniones en círculo



6º paso. Concretar una pregunta o una frase incompleta para la ronda de cierre.

Mi pregunta favorita para cerrar el círculo es la siguiente:

Una cosa que me ha gustado del círculo de hoy es _____

Alternativas

Una idea nueva que me llevo de este círculo es _____

Una cosa que he aprendido es _____

Algo que me llevo es _____

Elige una y solo una de ellas para cada círculo, ¡no te saltes esta fase!

¡Y eso es todo! Acabas de ver cómo diseñar un círculo y que con la ayuda de los dados te puede llevar 5 minutos. ¡Es así de sencillo!

Y, ¿por qué no dar este librito y un dado a las personas participantes del círculo para que sean ellas mismas las que diseñen sus propios círculos?

Por supuesto, a medida que adquieras más experiencia seguramente necesitarás más juegos de mezcla, juegos energizantes o diseñar nuevas técnicas para la actividad principal. En el anexo encontrarás más ideas para cada una de las fases del círculo y más técnicas para la actividad principal. Además, ¡no te olvides de incorporar las ideas que se te ocurran!

En el anexo también hemos incluido cuatro ejemplos de tiempo de círculo ya diseñados para mostrar que el tema u objetivo principales del círculo se pueden trabajar en todas las fases, úsalos como inspiración para hacer tus diseños.

EMPEZAR UN TIEMPO DE CÍRCULO CON UN GRUPO QUE YA SE CONOCE



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

Intenta empezar jugando, y comenta sobre las reglas o normas necesarias que tienen todos los juegos.

Explica un juego y luego pregunta si hay que consensuar alguna regla para que el juego funcione, (por ejemplo, si implica cambiarse de silla, “¿qué reglas deberíamos tener para que el juego fuera seguro?”) Una vez que se han sugerido algunas reglas, pregunta si todas las personas están de acuerdo. Después del juego, revisa si el grupo ha seguido las normas o no, o si se necesitaban más. En función de ello, si te parece adecuado, puedes intentar repetir el juego. También se podrían sugerir y probar variaciones.

En este libro ya hemos comentado muchas dinámicas y juegos, pero también puedes encontrar en muchos libros de diferentes ámbitos: arte dramático, deporte etc. También hay muchos recursos y dinámicas publicadas para desarrollar la confianza, la cooperación, la comunicación o, simplemente, para divertirse.



EMPEZAR UN TIEMPO DE CÍRCULO CON UN GRUPO QUE YA SE CONOCE



Tiempo de círculo y reuniones en círculo

Las preguntas importantes que son convenientes hacer a la hora de decidir las reglas del juego, son:

- ¿Cómo podemos garantizar que no haya nadie que se sienta mal?
- ¿Es seguro el juego o alguien puede hacerse daño?
- ¿Cómo podemos mezclar a niños y a niñas?
- ¿Es viable este juego para todas las personas del grupo y sus capacidades?
- ¿Hay que hacer alguna adaptación? Por ejemplo, es difícil cambiar de silla con alguien que va en una silla de ruedas.
- Escuchar la contribución de todo el mundo es vital; por tanto, es necesario preguntar a las personas que necesitan para poder participar.



Encuentro 2019 Associació de Justícia i Pràctica Restaurativa, AJPR

Siempre que pidas opiniones o ideas, piensa en si vale la pena que primero lo hablen por parejas, antes de que cada persona dé su opinión en el círculo. Hablar individualmente, a veces abrumba un poco; compartir ideas con un compañero o una compañera, genera confianza antes de hacer compartir con el gran grupo. También asegúrate que todo el mundo puede expresar sus ideas con alguien, incluso si no llega a tener la oportunidad de hablar en el grupo. Una estrategia para centrar la atención del grupo y que funciona bien es levantar la mano y esperar. Lo que suele suceder cuando se hace es que el resto del grupo se da cuenta, levanta la mano y llega la calma y el silencio. A veces se tarda más, a veces es muy rápido. Es muy incongruente gritar para pedir silencio⁷

⁷Para seguir esta consigna es interesante proponer al grupo hacerlo así y explicar que cuando necesites decir alguna cosa o pedir la calma y atención para cambiar de actividad, dar una consigna, etc. levantarás el brazo; y les pides que cuando alguien lo vea lo levante también, de esta forma la idea es que todo el mundo vaya dejando lo que está haciendo, levantando el brazo y se haga silencio. Siempre puedes negociar la señal con el grupo (n. de la t.).

REUNIONES EN CÍRCULO: CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES



Tiempo de círculo y
reuniones en círculo

Cualquier conflicto ofrece la oportunidad de aprender a resolver problemas, a negociar. Los círculos facilitan que la comunidad, las personas que forman parte del grupo, puedan dar respuesta a sus conflictos y promueve la responsabilidad compartida. De esta manera, la gestión del conflicto recae en el grupo y la comunidad en lugar de recaer únicamente en el profesorado, educadores, o directivos, tanto en el ámbito escolar como en cualquier otro ámbito, tanto en relación con el alumnado como en relación con el personal o con cualquier grupo de personas. El formato de la reunión en círculo se fundamenta en los cinco principios restaurativos que se aplican en otras intervenciones restaurativas.

Para facilitar estas reuniones elegiremos un objeto de la palabra que sea adecuado para el grupo y explicaremos su uso, en el caso que no lo conozcan.

Puede ser adecuado que la facilitadora del círculo tenga un objeto de la palabra extra por si en algún momento lo puede necesitar. No obstante, hay que tener mucha prudencia en utilizar esta opción. Normalmente el círculo se regula y gestiona a sí mismo generando empoderamiento de las personas que participan; si la facilitadora impone su autoridad, ya sea para gestionar una situación incómoda concreta o en cualquier otro momento, dará un mensaje de desapoderamiento.



REUNIONES EN CÍRCULO: CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES



Tiempo de círculo y
reuniones en círculo

La persona facilitadora comienza la sesión agradeciendo la asistencia a todas las personas. Es poco probable que haya alguna persona desconocida, pero si es el caso (personal suplente o alguna persona recién llegada) hay que hacer una ronda inicial de presentaciones. A continuación, la facilitadora explica el motivo del círculo, de manera que todo el mundo lo pueda entender bien, algo similar a esto:

“Nos hemos reunido aquí para hablar sobre qué hacer en relación con (hechos), para que cada persona pueda explicar su punto de vista, explique cómo se ha visto afectada por lo que ha ocurrido o podría ocurrir y pensar entre todos qué podemos hacer para resolver la situación”

Esta introducción nos sirve para recordar que el círculo funciona bajo los 5 principios restaurativos (página 5).

Además, puede que sea necesario recordar las pautas siguientes:

- Solo se puede hablar cuando se tiene el objeto.
- El objeto se pasa de manera secuencial, en una dirección (derecha o izquierda), dando la palabra a todas las personas de una en una; no debe saltarse a nadie.
- No se puede hablar si no se tiene el objeto. Si alguien lo hace se le pedirá que espere hasta tenerlo, incluso si tiene alguna pregunta directa hacia algún miembro del círculo o quiere decir alguna cosa directamente a otras personas del grupo.
- Hay que acordar no hablar durante mucho tiempo, ya que hay que permitir que todo el mundo pueda expresar su opinión.
- Cuando a alguien está a punto de llegarle su turno, tiene que esperar a que quien está hablando termine.
- Cuando uno tiene el objeto tiene el derecho a pasarlo sin decir nada, pero si la persona que pasa quiere decir alguna cosa más adelante sin tener el objeto, deberá esperar hasta que el objeto haya dado una vuelta completa al círculo.
- Es importante que todo el mundo respete a los demás y lo que dicen, incluso si no se está de acuerdo; Es necesario, además, que todo el mundo cuide su lenguaje, tanto verbal como gestual, para que sea respetuoso.
- Es posible, si el conflicto lo requiere, que sea necesario recordar la confidencialidad de lo tratado en el círculo.
- Es importante que todo el mundo sepa cuáles son sus derechos y sus responsabilidades legales, y que puedan explicar todo lo que les hace sentir vulnerables; todo el mundo se ha de sentir seguro en el círculo.

REUNIONES EN CÍRCULO: CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES



Es importante recordar que una habilidad clave para el funcionamiento del círculo es la escucha. Hay que escuchar lo que dicen las otras personas, esto significa estar atenta y:

- X** No juzgar.
- X** No aconsejar.
- X** No increpar.
- X** No expresar sorpresa, enojo o desaprobación
- X** No tomar partido
- X** No asumir que una parte es la que tiene la razón o que lo que tú sabes es lo que vale.

Tras la bienvenida quien facilita puede empezar las cinco rondas de preguntas utilizando el objeto para hablar y dando a todas las personas la posibilidad de participar.

PRIMERA RONDA principio 1

Así como yo veo el problema es
(o, lo que pasó desde mi punto de vista es)

SEGUNDA RONDA principio 2

Pienso y me siento

TERCERA RONDA principio 3

Esta situación me ha afectado (de esta forma)

CUARTA RONDA principio 4

Para que las cosas se arreglen necesito

QUINTA RONDA principio 5

Pienso que para resolver el problema podemos (hacer)

Estas rondas, que incluyen las preguntas restaurativas, son para facilitar reuniones en círculo para resolver conflictos. Si no te has formado en la facilitación de estos procesos, ten cuidado con este tipo de reuniones. Tal vez sea mejor que pidas ayuda a una persona más experta.

Hacer estas cinco rondas es una sugerencia. Puedes hacer cambios para adaptar las preguntas a las necesidades de las personas que forman el círculo. Si una ronda es muy rica, da lugar a muchas aportaciones, puedes hacer más de una ronda con ella. La facilitadora del círculo utiliza su intuición y empatía para decidir cuando es el momento de seguir adelante, puede ser observado el grupo y valorando con éste cómo seguir adelante.

Si los participantes en el círculo ya han compartido experiencias, pensamientos y sentimientos puede que las dos primeras rondas sean innecesarias.

QUÉ ES UN CÍRCULO Y QUÉ NO LO ES



Tiempo de círculo y reuniones en círculo



Tal y como hemos visto, los círculos pueden ser muy entretenidos; dan la oportunidad de pasar un buen rato, reír juntos y conocer a los demás de una manera divertida. A veces son una forma de reunirnos para tratar los problemas que nos afectan, ya sea en general del centro o específicamente del grupo clase. En ocasiones, ayudan a la toma de decisiones para dar respuesta a un problema o conflicto y, en otros momentos, se pueden utilizar para hablar y reflexionar sobre un tema cercano que nos afecta emocionalmente. Las ideas que apuntamos a continuación quieren clarificar qué es y qué no es un círculo cuando se utiliza para la resolución de problemas, la toma de decisiones y el diálogo.

Lo que NO es un círculo.

- Un círculo **no** es un espacio de debate, o de discusión que a lo mejor ya has experimentado anteriormente.
- **No** es un espacio donde alguien dice algo y otra persona, que no está de acuerdo, responde con su opinión, destacando que la otra visión es, de alguna manera, incorrecta o “mala”.
- **No** es un espacio en el que algunas personas ganan el debate y otras los pierden.
- **No** es un espacio que tiene como objetivo convencer a los demás sobre tu punto de vista particular, aunque a menudo en un círculo las personas cambian de opinión.
- **No** es un espacio para hacer afirmaciones abstractas sobre temas que no tienen relación con el día a día de los que participan en el círculo.
- **No** es un espacio para criticar puntos de vista diferentes, mostrar desprecio o burlarse de las opiniones de las demás personas.

QUÉ ES UN CÍRCULO Y QUÉ NO LO ES



Tiempo de círculo y reuniones en círculo



Lo que **SÍ** es un círculo y lo que **PUEDE SER**

- **SÍ** que es un espacio donde se pueden expresar y escuchar puntos de vista y perspectivas diferentes de manera respetuosa.
- **SÍ** que es un espacio en el que todas las personas tienen derecho a tener su propia opinión siempre que se exprese de manera respetuosa y sin intención de menospreciar a nadie.
- **SÍ** que es un espacio donde el objetivo es escuchar con el corazón y la mente abiertos a lo que otras dicen y reflexionar sobre si lo dicho es útil y vale la pena tenerlo en cuenta.
- **SÍ** que es un espacio en el que, poco a poco, la gente se va sintiendo segura para hablar tanto desde el corazón como desde la cabeza, y para expresar sentimientos y creencias profundos sobre el tema que se trata.
- **SÍ** que es un espacio donde las personas respetan los diferentes puntos de vista de los presentes, muestran interés y aprecian la diversidad.
- **SÍ** que es un espacio donde las personas pueden apreciar las similitudes de sus puntos de vista con personas con las que no habíamos pensado poder tener aspectos en común.
- **Puede ser** un espacio donde las personas terminan pensando algo muy diferente de lo que pensaban al empezar el círculo.
- **Puede ser** un espacio en el que va emergiendo el consenso a medida que el objeto para hablar se va pasando, y donde las personas están abiertas a que sus puntos de vista puedan cambiar una vez han escuchado a las personas que han hablado anteriormente.
- **Puede ser** un espacio en el que sus integrantes, que se reúnen regularmente para compartir ideas y pensamientos, puedan conocerse de una manera más profunda que antes, profundizando en el respeto y la comprensión mutua.



Anexo

Aceptación
Afirmación
Amabilidad
Amor
Afecto
Autonomía
Autenticidad
Autoestima
Celebración
Empatía
Conexión
Confianza

Consideración
Cooperación
Diversión
Paz
Escucha
Esperanza
Estímulo
Honestidad
Armonía
Integridad
Paciencia
Pertenencia a la comunidad

Contribuir a la comunidad
Positividad
Soporte
Proximidad
Seguridad
Reconocimiento
Respeto
Reír
Comprensión
Seguridad emocional
Tolerancia
Libertad

Fecha _____ Tema para desarrollar _____

RONDA DE ENTRADA

MEZCLA

ACTIVIDAD PRINCIPAL

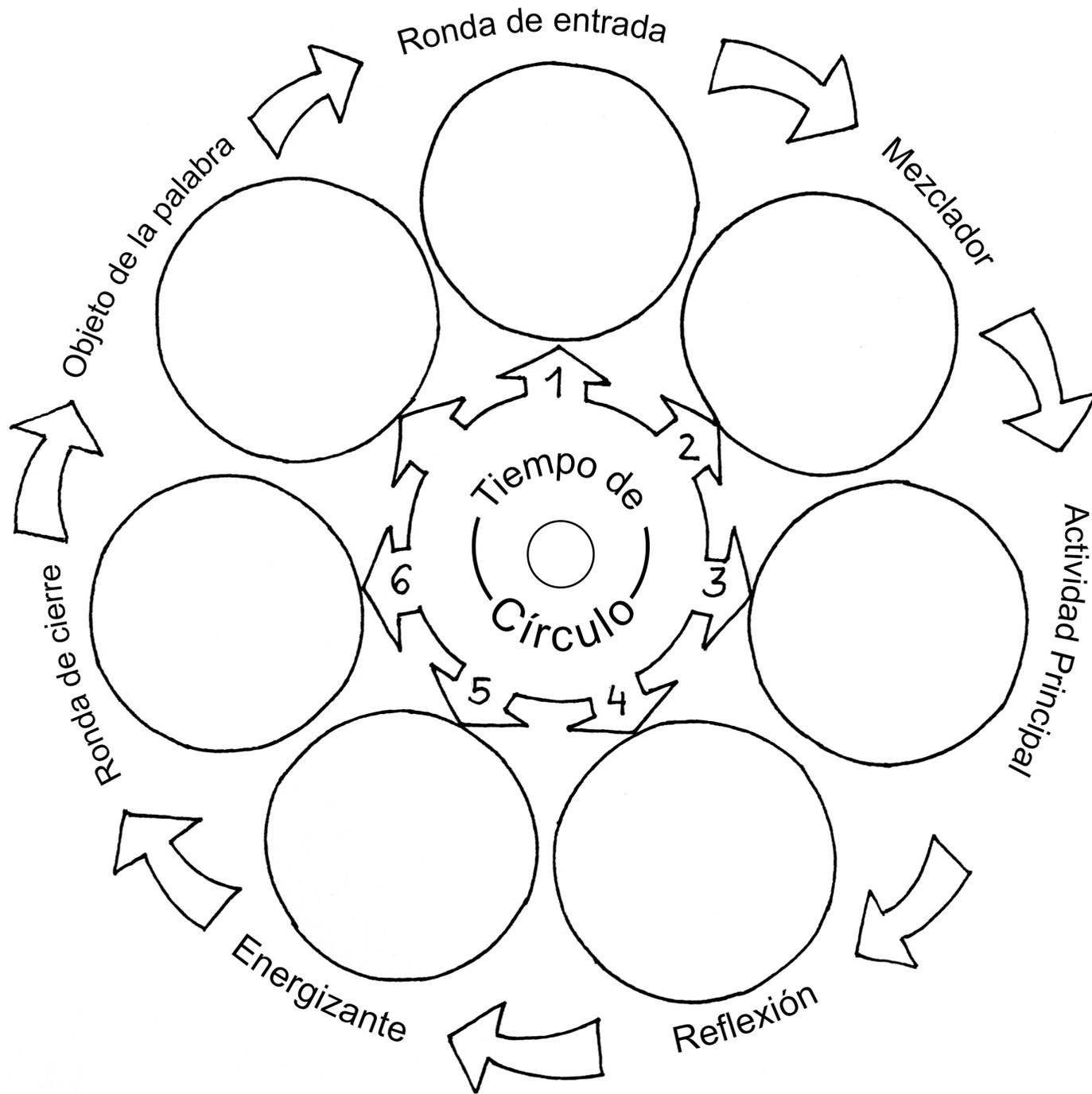
· TEMA:

· METODOLOGÍA:

· REFLEXIÓN:

ACTIVIDAD ENERGIZANTE O JUEGO COOPERATIVO (Si es necesario y si hay tiempo)

RONDA DE CIERRE





Ahora que ya has tenido alguna experiencia en diseñar algún círculo, compartimos más material y más ideas.

Más actividades para mezclarse

A continuación, encontrarás más actividades para mezclar el grupo y favorecer que las personas participantes tengan la oportunidad de trabajar con compañeros que quizás no escogerían.

¡Aquí me siento, en el césped, con mi amiga!

1. Asegúrate de que hay una silla vacía a tu lado. Muévete, siéntate en ella y di “¡Aquí me siento!”
2. La persona que estaba sentada a tu lado se traslada a la silla que has dejado libre y dice “¡En el césped!”
3. La persona sentada a su lado se traslada al asiento que ahora ha quedado vacío y dice “con mi amigo/con mi amiga...” y dice el nombre de alguien del círculo (siempre insisto que los alumnos elijan a alumnas y viceversa, en caso contrario el juego no fluye después de jugar un rato).
4. La persona llamada se traslada a la silla vacía y deja su asiento vacío. Cualquier persona del círculo, excepto las que ya se han movido, intentan sentarse lo más rápido posible (conviene seguir los criterios de seguridad que tengamos estipulados).
5. Con la nueva silla vacía, el juego comienza de nuevo. Puedes finalizar el juego cuando haya habido el tiempo suficiente para que todos se hayan cambiado de sitio.

A toque de tambor-agrupaciones numéricas

1. Pide que se pongan de pie, se muevan por la sala, mezclándose. Puedes tocar un tambor o poner algún tipo de música. Para captar la atención y parar el movimiento del grupo puedes usar una señal de silencio acordada previamente (levantar la mano), tocar el tambor más fuerte un par de veces, parar la música...

2. Después de la señal todas las personas se paran. Entonces pides que se hagan pequeños grupos de _____ (decide un número diferente de personas por grupo para cada parada). Es interesante que las personas se queden “congeladas” cuando hacemos la señal, de forma que paren de moverse y se agrupen en un número determinado de personas, y que miren a su alrededor para ver si hay alguien que se haya quedado fuera de las agrupaciones y las acojan *.

3. Los grupos se disuelven y se repite la actividad con agrupaciones numéricas diferentes. Puedes introducir un elemento adicional como que todos los grupos deben incluir niños y niñas (también puedes dejarlo al azar y ver qué pasa, y luego comentar si ha habido algún tipo de segregación, por ejemplo, y qué podríamos hacer para evitarlo).

Es interesante tratar esta posibilidad con el grupo y ver si se les ocurre alguna estrategia. Esta conversación sensibilizará sobre cómo se puede sentir aquella persona que se queda fuera de los grupos. Pero esto puede que sea demasiado para el grupo, así que valóralo tu misma. Finaliza la actividad con la agrupación numérica que necesites para la siguiente actividad y añade las consignas necesarias que te parezcan adecuadas: edad, sexo, etc.

Ordenarse por fecha de nacimiento

Pide que todas las personas se pongan de pie y se ordenen (en hilera o en círculo) según la fecha de nacimiento, pero sin hablar. Ayudará si indicas donde empieza y donde termina la hilera o el círculo dentro del aula, de manera que los cumpleaños de enero y diciembre saben dónde colocarse de entrada. Se permite la mímica, los gestos con la mano, etc., y se pueden ayudar, ¡pero sin hablar! Si te parece demasiado complicado que se orde-

nen por día y mes, prueba solo con el mes. Una vez se han ordenado pide que digan en voz alta y por orden su fecha de nacimiento.

Ordenarnos por la letra inicial de nuestro nombre o apellido

Todos de pie, se ordenan alfabéticamente por la letra inicial de su nombre. Se puede hacer una segunda ordenación por apellidos. Si hay dos personas con la misma inicial, que se ordenen en función de la segunda letra, si hay personas con el mismo nombre, que utilicen la primera letra del apellido, etc.

Completa las imágenes

Escoge un conjunto de imágenes y recórtalas por la mitad.

Da una mitad a cada participante. Pide que se levanten y busquen a quien tiene la otra mitad de su imagen.

Puede ser más interesante si dices que no enseñen la imagen que tienen y que busquen a su pareja describiendo la imagen (puede ser un buen juego para las clases de idiomas)

Parejas de animales

Prepara tarjetas con diferentes animales, una para cada participante, y que estén repetidas una vez (si quieres formar parejas).

Pídeles que se levanten y hagan el sonido característico del animal que les ha tocado para encontrar a su pareja. Una vez la han encontrado se pueden sentar juntos.



Más metodologías para utilizar en la actividad principal

Doble ronda

Esta técnica nos puede servir para profundizar en algún tema. Por ejemplo, si hemos hecho un círculo para identificar las necesidades del grupo para que todas las personas puedan dar lo mejor de ellas mismas, nos puede servir para explorar el significado de una de las necesidades de la siguiente manera:

Para cada ronda se propone que cada una, por turnos, con el objeto de hablar, complete una frase; por descontado, una puede pasar el objeto sin hablar, pero una vez finalizada la ronda está bien que como facilitadora preguntes si hay alguien que no ha hablado y que lo quiera hacer.

Por ejemplo, hemos identificado la necesidad de apoyo:

Empieza la ronda inicial con una frase menos positiva y después hacemos una segunda ronda con una frase más positiva. Por ejemplo:

1ª Ronda: No me siento apoyado/a cuando ...

2ª Ronda: Me siento apoyado/a cuando ...

De la misma manera con cualquier necesidad; por ejemplo, el respeto:

1ª ronda: No me siento respetado/a cuando ...

2ª ronda: Me siento respetado/a cuando ...

Anima a no hacer referencia directa a otras personas del grupo, sino que hagan una frase más general.

Carrusel

Previamente utiliza una actividad de mezcla para hacer grupos de 4 o 5 personas.

Antes debes haber preparado una cantidad suficiente de hojas grandes (tamaño papelógrafo, por ejemplo) para cada grupo y ponerlas en las mesas, en la pared o en el suelo.

Asigna una tarea a cada grupo y pide que registren sus opiniones en su hoja, y que después se desplacen a la hoja siguiente y añadan sus ideas, y así sucesivamente, de manera que todos los grupos pasarán por todas las hojas. Por ejemplo, en relación con las necesidades, una vez identificadas las necesidades que puede haber detrás de determinadas conductas o peticiones, pon cada necesidad en una de las hojas (hoja 1: atención, hoja 2: escucha, etc.).

Pide a cada grupo que identifique las estrategias que podrían adoptar para satisfacer estas necesidades, las escriban en su hoja y una vez que hayan acabado que vayan a la hoja del grupo de al lado, miren lo que han apuntado los compañeros y compañeras y añadan lo que piensen que falte. Hazlo sucesivamente hasta que todos los grupos hayan hecho una aportación a cada necesidad. (Siempre habrá tantas necesidades/preguntas/hojas como grupos organicos)

Más actividades energizantes

Tormenta tropical

Puedes introducir el juego preguntando si alguien ha vivido una tormenta tropical o si recuerdan un día ca-

luroso con una tormenta eléctrica que se desvaneciera rápidamente. Recuérdales la brisa inicial, la lluvia que va aumentando en intensidad, *in crescendo*, y después se diluye hasta que queda una ligera brisa y, finalmente, el silencio.

Nadie tiene que hablar, pero sí observar detenidamente a la persona que tiene a su derecha, cualquier cosa que haga o deje de hacer esta persona la ha de copiar, pero no se puede copiar a nadie más (¡la tentación es copiar a la facilitadora!)

1. Ahora comienza frotándote las manos lentamente. Este movimiento debe dar la vuelta a todo el círculo.
2. Cuando te llegue de nuevo el turno, aplaude con dos dedos de la mano derecha sobre la palma de la mano izquierda.
3. Cuando este sonido haya dado la vuelta al círculo, comienza a aplaudir (Intenta que no haya aplausos en grupo: funciona mejor si lo hacen de manera sucesiva).
4. A continuación, golpea con los pies en el suelo.
5. A continuación, vuelve a aplaudir.
6. Vuelve a aplaudir con los dos dedos en la palma de la otra mano.
7. Vuelve a frotarte las manos.
8. A continuación, golpea los muslos con las manos.

Recuerda que los movimientos deben pasar secuencialmente alrededor del círculo para que los cambios se noten poco a poco. Todo el mundo mantiene lo que hace hasta que la persona a su derecha empieza a hacer algo diferente.

¡Este conjunto de sonidos te hacen sentir una tormenta tropical!



Camina el camino

Aquesta és una activitat elaborada:

1. Pide a los alumnos que caminen por el aula y que se queden *congelados*, cuando des palmadas.
2. Di un adjetivo o un adverbio y pide que continúen caminando de esta manera; por ejemplo, tristemente, felizmente, enfadados, etc.
3. Pide a un pequeño grupo que elija un adjetivo o adverbio en secreto y camine de este modo. Pide al resto que averigüen qué sentimiento o actitud les mueve. Por ejemplo, camina despacio, con mucha atención, alegremente, etc.
4. Para el movimiento y reflexionad sobre qué pistas utilizamos para averiguar cómo se sienten las personas de nuestro alrededor y cómo de precisas son estas pistas. Ayúdalas a ver que una buena forma de saber cómo se siente alguien es preguntarle directamente.

El enlace

Este es un juego que necesita mucho espacio abierto.

1. Pide al grupo que se organice en parejas cogiéndose de una mano.
2. Separa una de las parejas e identifica a uno de los miembros como el cazador que perseguirá a su pareja. Esta sólo podrá escapar de la captura del cazador vinculándose con el brazo exterior a una de las personas que formen otra pareja.
3. Una vez se ha enlazado con otra pareja, la persona de la pareja que no tiene el enlace debe soltar la mano y será el nuevo cazador ... y ¡el cazador anterior pasará a

Cocodrilos y ranas

1. Se colocan hojas de periódico por el suelo y se invita a que cada uno se ponga sobre una hoja, por parejas o en grupos reducidos.
2. Se ha dicho a todo el mundo que son ranas, que se encuentran sobre las hojas de nenúfar y el suelo es un gran estanque donde vive un cocodrilo hambriento. El cocodrilo está dormido, y el sonido que hacemos (¿con habas secas en una lata?) es su ronquido. Cuando los ronquidos se detienen significa que el cocodrilo se ha despertado y se comerá todas las ranas que no estén en una hoja de nenúfar.
3. Todo el mundo juega a empujar a los compañeros y compañeras del grupo fuera de su hoja de nenúfar, cuando se oyen los ronquidos del cocodrilo, la gente se mueve con nerviosidad. En la primera ronda, el número de hojas de papel es suficiente para salvar todas las ranas del cocodrilo: todo el mundo está seguro.
4. Posteriormente, se elimina alguna hoja de periódico o se cortan por la mitad para reducir la cantidad de sitios seguros para escapar del cocodrilo. Cuando alguien cae en el estanque está “fuera de juego”. La cooperación se da cuando los miembros del grupo en zona segura ayudan a otros a que no se caigan al estanque.
5. Finalmente, solo dejamos un pequeño trozo de papel. En general, es bueno dejar varias personas con vida y ¡darles un aplauso!

Te quiero, pero no puedo sonreír

Todas las personas se sientan en círculo. Empieza girándote hacia la persona que tienes a la izquierda. Haciendo muecas, pero muy serio, di: “Te quiero, pero no puedo sonreír”. La siguiente persona gira a su izquierda y, de nuevo haciendo muecas, pero serio, repite la frase.

¡Averigua cuántas veces lo podéis hacer sin que nadie sonría!



La carrera de pingüinos

Comienza haciendo que todo el mundo se imagine las estepas heladas de la Antártida, largas noches, oscuras y heladas, y días interminables, etc. Allí hay un grupo de pingüinos que tienen ganas de hacer algo para divertirse y jugar.

Diles que se han de imaginar que son estos pingüinos, cientos, a punto de empezar una carrera por la nieve, ¡el ruido es enorme!

Pídeles que empiecen a golpearse los muslos con las manos. Esto hace el mismo ruido que los pies de los pingüinos corriendo por la nieve, ¡el ruido es enorme! Advierte que estas carreras pueden ser peligrosas. Para evitar hacerse daño habrá que seguir algunas indicaciones y practicar:

- Practica el giro a la derecha: apóyate sobre el pie derecho mientras continúas golpeando los muslos y pide que todo el mundo lo practique.

- Practica el giro a la izquierda: apóyate sobre el pie izquierdo mientras continúas golpeando los muslos y pide que todo el mundo lo pruebe.

- Practica un salto hacia arriba para esquivar un agujero, continúa golpeando los muslos con las manos.

- Practica una acción casual (silbar, mirar inocentemente alrededor) para cuando se acerque un policía (la carrera es ilegal y hay policías vigilando).

- Practica una parada para pescar cuando dices “¡pescar!”

- Practica una parada para admirar a un pequeño pingüino con el grito “¡bebé pingüino!”

Usa tu señal silenciosa para captar la atención cada vez que introduces un nuevo elemento o movimiento (no levantes la voz). Pide que te copien después de cada nuevo movimiento que propongas.

Ahora juega, ve diciendo: curva a la derecha, policía, bebé pingopingo, salto, pesca, utilizando todo lo que has explicado antes.

¡Este es un juego energizante y muy divertido! Sigue hasta que todo el mundo se canse y ¡todo el mundo haya ganado!

Pasar un globo con el cuerpo

Prepara algunos globos, no sea que alguno explote.

Comienza pasando el globo a la persona que esté a tu lado sin utilizar las manos. Pide a todos que sigan pasando el globo sin tocarlo con las manos. Si el grupo utiliza las manos puede ser muy aburrido, así que recuérdales: “¡sin manos ni brazos!”

Más ideas para las rondas de cierre

Estas son actividades para hacer finalizar el círculo con el grupo. Cerrar la sesión es importante, y más si el grupo no volverá a estar junto durante un tiempo. El cierre es un momento de reflexión y también de celebración, por lo que es bueno utilizar una actividad que muestre aprecio.

Preguntas o frases inacabadas para las rondas de cierre:

Una cosa que he disfrutado hoy ha sido...

Una de las cosas que he aprendido hoy ha sido...

Una cosa que me llevo del círculo de hoy es...

Colección de imágenes

Preparar una colección de imágenes sobre una temática determinada: zapatos, maletas, caminos, ventanas, etc. Ponerlas en el suelo y en medio del círculo. Todo el mundo las observa y elige una como metáfora para expresar y comunicar como cierra la sesión. Algunas preguntas podrían ser:

¿Con qué zapatos te vas?

¿Qué te llevas dentro de la maleta? Etc.

Otras formas de terminar un círculo

Pirámide apreciativa

Hacemos que todas las personas estemos muy cerca (juntamos las sillas lo máximo que podamos) en el círculo.

La primera persona se levanta, da un paso adelante y avanza, extiende la mano derecha y dice algo que le ha gustado de la sesión. Otra persona avanza y coloca la mano derecha sobre la primera y añade su propia frase positiva sobre la sesión.

Otro paso adelante y así sucesivamente hasta que todos han hecho su aportación y tenemos todas las manos apiladas una sobre la otra.

Para terminar, pide al grupo que, contando hasta tres, levanten todos a la vez los brazos, y deshagan la unión creada: “¡1, 2, 3 brazos arriba!” y retrocediendo al lugar original del círculo inicial extiendan la buena voluntad y el sentimiento de todos.

El hilo de magia

1. Nos organizamos en un círculo pequeño, juntando las sillas lo máximo que podamos. La facilitadora explica que tiene en las manos un ovillo, ¡con el hilo transparente!

2. Cogiendo el final del hilo imaginario, la facilitadora lanza el resto del ovillo invisible a alguna persona del círculo y le dice algo que aporta a la sesión o al equipo (p.ej. entusiasmo, sentido del humor, etc.)



3. La siguiente persona coge el trozo del hilo y lanza el ovillo a alguien diciendo lo que aporta al grupo.

4. Esto se repite hasta que todas las personas tienen en la mano un trozo del hilo invisible, y se teje una red sólida entre todo el grupo.

5. Finalmente, el ovillo vuelve al principio y todo el mundo tira suavemente del hilo invisible. La persona facilitadora hace un comentario sobre la fuerza de la conexión, el hecho de que si una persona flaquea el hilo la sostendrá porque todos los demás están allí para ayudar a mantener la red, etc.

6. Como toque final, es bueno que imaginen que lanzan la red al aire haciendo una cuenta atrás: 3, 2, 1 (como elevar un paracaídas al aire) e imaginar que esa red está sobre nosotros, como una red de apoyo que podemos convocar cuando sea necesario.

Carteles de afirmación

Esta actividad es muy interesante al finalizar un curso, cuando los participantes ya se conocen mejor.

1. Prepara hojas de colores A4.

2. Pide que cada uno escriba su nombre en la hoja y que se la pegue a la espalda con cinta adhesiva. Esto en sí ya es una tarea cooperativa.

3. Pide que se paseen por la sala y escriban en las hojas comentarios positivos sobre la persona, algo que les ha gustado de ella en este curso.

4. Para prevenir, comenta que no sería agradable que alguien se encuentre algún comentario negativo en la hoja. Solo valen los comentarios positivos.

5. Cuando todas las personas hayan escrito en todas las hojas, permite que cada persona lea su propia hoja y, tal vez, hacer una ronda para explicar cómo se sienten. Puede resultar difícil aceptar tantos comentarios positivos y algunos pueden llegar a emocionarse mucho.

Un abrazo

Si ves que el grupo se siente con la suficiente seguridad y confianza, simplemente pedir que se cojan de las manos o incluso acercarse más y hacer un breve abrazo de grupo puede ayudar a terminar en curso de forma positiva. Puede ser bueno estar juntos, en silencio, durante un minuto o dos buscando el contacto visual y sonriendo.

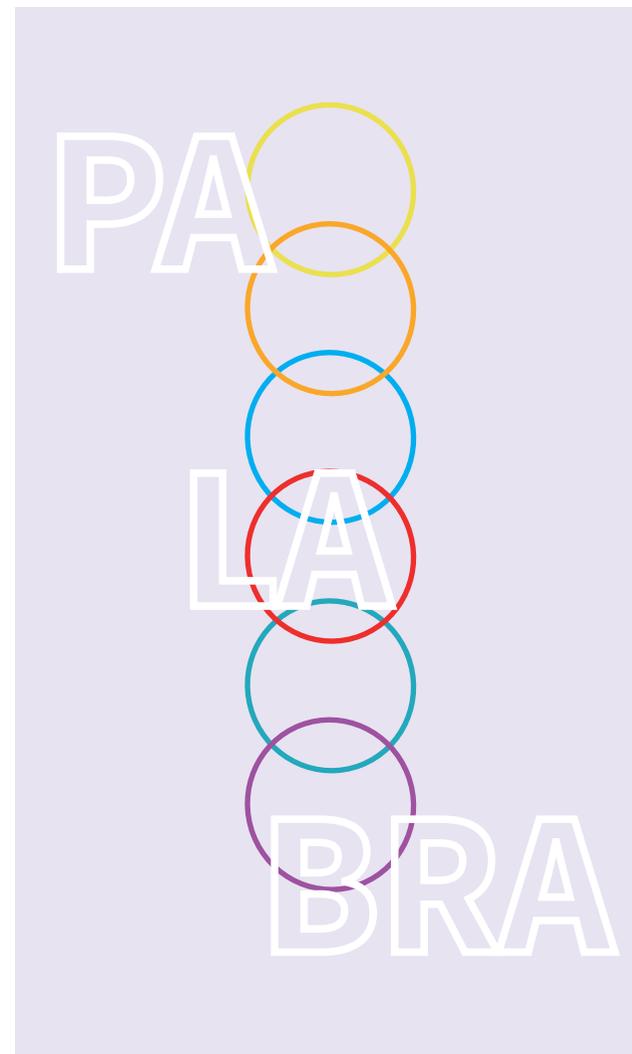
Una palabra final

No dejes de hacer nunca la ronda final.

Si no tienes tiempo, puedes invitar a que todo el mundo diga solo una palabra, por ejemplo:

· Una palabra que resume cómo te sientes después de este círculo

· Una palabra que resume tu experiencia en este círculo



**Tiempos de círculo diseñados por temas**

Una vez que le hayas cogido el truco a diseñar un tiempo de círculo puede que quieras elaborar otros más avanzados, que traten un tema a lo largo de todo el círculo. Estos son algunos modelos que te pueden ser útiles.

Tema: Sentimiento de pertenencia**RONDA DE ENTRADA**

Coloca las tarjetas de emociones en medio del círculo por si se necesita para utilizarlas como recordatorio.

Pregunta: Cuando siento que pertenezco a algún lugar, me siento _____

MEZCLA

El viento sopla para todas las personas que ... (página 19)

O a toque de tambor, terminando con el número que te interese para el trabajo por grupos. (Página 43)

ACTIVIDAD PRINCIPAL

Técnica principal: Imagen congelada (página 25)

Por turnos, cada grupo muestra las esculturas al resto del grupo.

· REFLEXIÓN (no te olvides de hacer una puesta en común): algo que he aprendido de esta actividad ha sido

ACTIVIDAD ENERGIZANTE (SI HAY TIEMPO)

123 - buen juego cooperativo (página 27)

RONDA DE CIERRE

En una palabra: algo que me llevo de la experiencia del círculo de hoy _____



Tema: Sentido del humor

RONDA DE ENTRADA

Mi nombre es _____

y algo que me ha hecho reír últimamente ha sido _____

MEZCLA

Completa la imagen (página 43)

ACTIVIDAD PRINCIPAL

Técnica: Círculos concéntricos (página 21)

Pregunta 1. ¿Cuándo fue la última vez que necesitaste tener sentido del humor?

Pregunta 2. ¿Cómo ayuda en el trabajo tener sentido del humor?

· Reflexión (no te olvides de hacer una puesta en común): una cosa que he aprendido de esta actividad ha sido

ACTIVIDAD ENERGIZANTE (SI HAY TIEMPO)

Pasar un globo con el cuerpo (página 46)

RONDA DE CIERRE

En una palabra: algo que me llevo de la experiencia de círculo de hoy _____



Tema: Amor

RONDA DE ENTRADA

Mi nombre es _____

y algo que me gusta hacer cuando no estoy en el trabajo / en la escuela es _____

MEZCLA

El viento sopla para todos aquellos y aquellas que (página 19) _____

o

¡Aquí me siento, en el césped, con mi amiga/o ...! (página 43)

ACTIVIDAD PRINCIPAL

Técnica: Pirámide (página 23)

Define “amor”. Primero por parejas, después en grupos de 4, luego en grupos de 8.

· REFLEXIÓN (no te olvides de hacer una puesta en común): algo que he aprendido de esta actividad ha sido...

o

¿Qué habilidades necesitamos para trabajar por parejas, en grupos de 4 y en grupos de 8 para conseguir nuestro objetivo?

¿En qué medida y de qué manera la forma en que hablamos en estos grupos sobre el amor se relaciona con nuestra definición de amor?

ACTIVIDAD ENERGIZANTE (SI HAY TIEMPO)

Te quiero, pero no puedo sonreír (página 45)

RONDA DE CIERRE

Una cosa que me llevo del círculo de hoy es _____



Tema: Positividad

RONDA DE ENTRADA

Mi nombre es _____

y mis vacaciones preferidas han sido _____

MEZCLA

Parejas de animales (página 43)

ACTIVIDAD PRINCIPAL

Técnica: Círculos concéntricos (página 21)

Pregunta 1: Comparte un recuerdo positivo y cómo te hizo sentir.

Pregunta 2: Piensa en alguien que haya sido una influencia positiva para ti. ¿De qué manera te ha influido?

Pregunta 3: ¿De qué manera piensas que tú podrías tener una influencia positiva en alguna persona de tu alrededor?

· REFLEXIÓN: (no te olvides de hacer una puesta en común): algo que he aprendido de esta actividad ha sido _____

ACTIVIDAD ENERGIZANTE (SI HAY TIEMPO)

Recuento (página 29)

RONDA DE CIERRE

Algo que me llevo de este círculo de hoy es _____

o

Una cosa que me ha gustado de este círculo ha sido _____