



BELINDA HOPKINS

Temps de cercle i reunions en cercle

Manual pràctic



G CONSELLERIA
O EDUCACIÓ
I I UNIVERSITAT
B DIRECCIÓ GENERAL
/ INNOVACIÓ
I COMUNITAT EDUCATIVA



Tots els drets reservats.
Qualsevol forma o reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra només pot ser feta amb l'autorització dels seus titulars.

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

Traducció i adaptació al català, gener 2019, Mònica Albertí i Cortés.

Coordinació i il·lustració: Aina Amengual

Fotografies: Jaume Gual

Disseny gràfic i maquetació: Toni Bauzá

Agraïments: CEIP Binissalem, IES Binissalem, Associació Justícia i Pràctica Restaurativa (AJPR)

Palma, març de 2019



G CONSELLERIA
O EDUCACIÓ
I I UNIVERSITAT
B DIRECCIÓ GENERAL
/ INNOVACIÓ
I COMUNITAT EDUCATIVA



CONVIVÈXIT Institut per a
la Convivència
i l'Èxit Escolar



Transforming
Conflict

- 4 Introducció
- 5 Els cinc principis restauratius
- 6 Elements clau per a la facilitació del temps de cercle i les reunions en cercle
- 7 Valors de base del temps de cercle i les reunions en cercle
- 8 Desenvolupant les normes del cercle amb els participants del cercle
- 13 Temps de cercle: característiques principals
- 14 Sis passes per dissenyar un temps de cercle
 - 16 1a passa. Decidir un tema per desenvolupar
 - 17 2a passa. Concretar una pregunta per a la ronda d'entrada
 - 17 3a passa. Triar un joc de mescla
 - 20 4a passa. Decidir quina metodologia utilitzaràs per a l'activitat principal
 - 26 5a passa. Triar una activitat energitzant
 - 30 6a passa. Concretar una pregunta o una frase inacabada per a la ronda de sortida
- 31 Començar un temps de cercle amb un grup que ja es coneix
- 33 Reunions en cercle: característiques principals
- 36 Què ÉS un cercle i què NO ho és
 - 36 Què NO és un cercle
 - 37 Què SÍ que és un cercle i què POT SER

Annex

- 40 Fitxes de necessitats
- 41 Plantilla per dissenyar i programar un temps de cercle
- 43 Més activitats de mescla
- 44 Més metodologies per a l'activitat principal
- 44 Més activitats energitzants
- 46 Més idees per a les rondes de sortida
- 46 Altres formes d'acabar un cercle
- 48 Temps de cercle dissenyats per temes



INTRODUCCIÓ



Apreciat lector, apreciada lectora, si tens interès en aquest llibret probablement és perquè treballes amb infants o joves en l'àmbit escolar o en l'àmbit de l'atenció de menors. Sigui el que sigui, si és així, un dels teus objectius serà afavorir la construcció de connexions sòlides amb i entre els infants o joves amb els quals treballes. Això és especialment important quan es crea un grup nou, a l'inici d'un curs escolar, per exemple, o quan hi ha una persona nouvinguda al grup. Les persones nouvingudes, segurament, se sentiran nervioses i necessitaran suport, inclusió, amistat, tranquil·litat, comprensió, paciència, etc., tot el que els puguis oferir per ajudar-los a integrar-se els anirà bé.

Consegüentment, el cercle és útil per poder treballar l'acolliment d'una persona nouvinguda, però no només. S'ha demostrat que l'ús habitual de cercles afavoreix les connexions entre les persones que formen part d'un grup; augmenta el sentiment de pertinença; redueix la disrupció, l'assetjament i la desafecció, i millora l'aprenentatge d'habilitats emocionals i socials. L'ús quotidià del temps de cercle és una forma de promoure tot el que acabam de dir i, a més a més, facilita que els infants, joves, adults, etc. aprenguin a fomentar aquests aspectes entre si. Una altra manera de fer-ho és utilitzar les reunions en cercle.

Encara que comparteixen uns principis bàsics, el temps de cercle i les reunions en cercle són diferents. El temps de cercle (que ha estat utilitzat per moltes escoles al Regne Unit durant molts anys) és un programa planificat d'activitats que inclou rondes de paraula (d'inici i de tancament de cercle), jocs de mescla, una activitat principal i un temps de reflexió. Amb experiència, aquest tipus de cercle es pot dissenyar i planificar de manera fàcil i àgil. De fet, a vegades cal abandonar les planificacions dissenyades perquè els esdeveniments locals o mundials fan que sigui adequat que ens centrem en algun tema que infants i joves necessitin parlar i debatre en un moment determinat, i serà bo que la sessió planificada evolucioni per donar resposta a aquesta necessitat.

La reunió en cercle, en canvi, és un procés que vol assegurar que tothom tingui l'oportunitat de participar i dir la seva sobre alguna situació o problema concret que afecta el grup i pot tenir l'objectiu de trobar-hi una solució. La reunió en cercle es fonamenta, també, en els cinc principis restauratius que estableixen un marc estructurat de cinc passes per dialogar sobre el problema, conflicte o situació i compartir-lo i, tal vegada, reparar el dany consegüent a la situació que ha afectat el grup.

Aquest llibret és un recull d'idees que pots utilitzar a l'aula o amb el grup amb què treballis. Les activitats que es proposen són útils per integrar-les al currículum i serveixen per millorar l'aprenentatge. Comparteix-lo amb els teus col·legues per anar creant el teu propi llibre d'idees!

Els cercles també són molt útils per a la cohesió de l'equip i el personal del centre, així que pots utilitzar-lo amb companys i companyes, per a reunions d'equip, reunions de pares, reunions de l'equip directiu, etc.

Desitj que gaudeixis de l'experiència i que tenguis molta sort!



Belinda Hopkins, 2017

ELS CINC PRINCIPIS RESTAURATIUS



Temps de cercle
i reunions en cercle

L'enfocament restauratiu es fonamenta en cinc principis que fonamenten les interaccions en qualsevol institució o organització que hagi adoptat aquesta manera de funcionar. Aquests cinc principis, alhora, són la base de les cinc fases per gestionar les relacions amb els altres, ja sigui en forma de diàleg entre dues persones, en petits grups, en cercles o en grans grups. Aprendre aquest model (5P5F: 5 principis – 5 fases), pot semblar un trencaclosques en un inici, però amb la pràctica torna cada vegada més fàcil.

PRINCIPI 1

La persona o professional restauratiu creu que tothom té una perspectiva pròpia, única i valuosa sobre qualsevol situació donada, i que cal oferir l'oportunitat d'expressar aquest punt de vista per tal que tothom es pugui sentir escoltat.

Diríem que no és apropiat que una persona imposi el seu punt de vista als altres sense haver donat la possibilitat que cadascú hi digui la seva; per tant, el respecte cap a tots els punts de vista tindrà un impacte evident en entorns on hi hagi persones que gaudeixen de més poder i autoritat que d'altres.

PRINCIPI 2

La persona o professional restauratiu creu que els pensaments influeixen els sentiments i aquests pensaments i sentiments influeixen en les accions i comportaments de cadascú.

Els pensaments i els sentiments són essencials per entendre perquè les persones actuem com actuem. En general, però, pensaments i sentiments no són visibles; si ens imaginem un iceberg, diríem que pensaments i sentiments romanen a la part oculta de l'iceberg, sota la superfície de l'aigua. Submergir-nos sota l'aigua, explorar la part oculta de l'iceberg, identificar què hi ha més enllà de la conducta ens permetrà compartir el que passa dins cadascú i aconseguir un més bon enteniment mutu i una connexió més autèntica.

PRINCIPI 3

La persona o professional restauratiu creu que les accions o comportaments de cadascú afecten les persones que hi ha al seu voltant i que és útil identificar l'afectació generada en qualsevol situació donada.

Anticipar les conseqüències de les nostres accions és clau per mantenir una bona relació amb els altres. Quan hi ha conflictes o desavinences pot haver-hi patiment, i aquest s'expressarà en forma d'emocions com la ira, el dolor, la por, la frustració i la confusió i de dany a les relacions i a les connexions personals. Prendre temps per pensar sobre aquesta afectació amb empatia pot ajudar a millorar la situació.

PRINCIPI 4

La persona o professional restauratiu creu que quan les necessitats estan cobertes les persones poden donar el millor de si mateixes i que tota acció o conducta sempre va encaminada a satisfer les necessitats.

Per prendre decisions o resoldre problemes cal identificar primer les necessitats i després les estratègies per satisfer aquestes necessitats.

PRINCIPI 5

La persona o professional restauratiu creu que són les persones afectades per una situació, conflicte o problema les que estan en la millor posició per decidir, de manera cooperativa, com donar-hi resposta.

Les persones valoren el fet que se'ls impliqui en el procés de resolució i presa de decisions sobre el que els afecta. I al contrari, les persones tendeixen a resistir-se a les solucions imposades. Aquesta apropiació del propi conflicte i de la presa de decisions mostra respecte i confiança, desenvolupa habilitats prosocials i autoestima i enforteix les connexions.



ELEMENTS CLAU PER FACILITAR EL TEMPS DE CERCLE I LES REUNIONS EN CERCLE



ELEMENTS

- Tot el grup s'asseu en cercle, en cadires de la mateixa mida i forma, en una habitació espaiosa on no hi hagi interrupcions ni persones fent altres coses. Tothom ha de sentir-se inclòs i el focus d'atenció ha de ser el cercle.
- El facilitador anima a tothom a assumir la responsabilitat del bon funcionament de la sessió demanant que identifiquin algunes normes per participar. Aquestes es poden escriure en un full de paper i penjar-les a la paret perquè siguin ben visibles¹.
- Un objecte que passa de mà en mà² s'utilitza per donar el torn de paraula. L'objecte pot moure's en sentit horari o antihorari, però no a través del cercle. Només la persona que té l'objecte té dret a parlar.
- Aquesta norma en relació amb l'objecte que dona la paraula només la pot trencar el facilitador del cercle en circumstàncies excepcionals (per fer un aclariment, si el facilitador escriu alguna cosa a la pissarra o en un taulell, per exemple; o si d'altres parlen o interrompen caldrà recordar suaument les normes o consignes bàsiques, o potser caldrà intervenir si algú necessita ajuda per participar). Pot ser útil que el facilitador del cercle tengui un objecte de reserva o d'emergència, que de ben segur utilitzarà ben poques vegades.
- Quan li arriba l'objecte a una persona pot parlar, però també té dret a passar, això vol dir que pot no utilitzar el seu torn de paraula. La participació voluntària també inclou la possibilitat de no participar en un joc. Ningú s'ha de sentir obligat a participar, amb el temps la majoria de les persones se senten segures per fer-ho.

¹ Pots consultar l'activitat que es proposa a la pàgina 7 per consensuar les normes del cercle amb els seus integrants (n. de la t.).

² Per anomenar l'objecte que passa de mà en mà de manera seqüencial i que dona la possibilitat que tothom parli (en la versió original anglesa talking piece) hem utilitzat indistintament: objecte que dona la paraula, objecte per parlar i testimoni (n. de la t.).

VALORS DE BASE DEL TEMPS DE CERCLE I LES REUNIONS EN CERCLE



VALORS



- Comprometre's a respectar-se mútuament, la qual cosa significa que totes les crítiques es qüestionen si es fan (és vital que el facilitador es mantengui positiu i respectuós en tot moment per modelar, per molt malament que es pugui sentir!).
- Comprometre's a respectar les diferències i celebrar les experiències compartides.
- Reconèixer que tothom té dret a sentir el que sent. No hi ha obligacions pel que fa als sentiments. Un sentiment és un sentiment, tal vegada caldrà pensar com expressar el sentiment per poder ser escoltat.
- Acceptar el dret dels altres a tenir un punt de vista diferent, fins i tot quan els altres no hi estan d'acord.
- Estar oberts a treballar amb tots els participants del cercle, fomentar la tolerància i la diversitat i trencar barreres.
- Acceptar la responsabilitat compartida per al bon funcionament de la sessió, la importància d'incloure a tothom i ser sensible amb la possibilitat que algú se senti exclòs.
- Comprendre que tot aquell que no pot respectar les normes del temps de cercle no és perquè és un "entremaliat" o un "disruptiu" sinó perquè té alguna necessitat no satisfeta i requereix quelcom diferent per tal de satisfer aquesta necessitat.
- Creure que el contingut que es treballa al cercle i la manera com es desenvolupa el cercle (el procés del treball) han de ser congruents, el que les persones diuen ha de ser un reflex de la manera de fer!

DESENVOLUPANT LES NORMES DEL CERCLE AMB ELS PARTICIPANTS DEL CERCLE



Temps de cercle
i reunions en cercle

Per promoure la responsabilitat compartida és interessant decidir les normes del cercle en funció de les necessitats de tothom. L'activitat³ que et proposam té l'objectiu, en primer lloc, d'identificar què necessiten els membres del grup per sentir-se segurs en el cercle i, per tant, ser capaços de donar el millor de si mateixos i, en segon lloc, definir els compromisos a què pot arribar cadascú i el grup per satisfer aquestes necessitats.

Aquesta activitat ens pot ocupar diverses sessions, però és fonamental per al bon funcionament d'un cercle i, per tant, és adequat fer-la quan començam a fer feina amb un grup. Es basa en el quart principi restauratiu i s'estructura en dues fases.

³ Decidir de manera conjunta i participativa el funcionament del grup és un dels reptes de l'enfocament restauratiu, amb dos plantejaments de base. El primer plantejament té a veure amb la participació en si mateixa; tot el que decidim conjuntament per aconseguir regular-nos de manera que ens permeti donar el millor de nosaltres mateixos serà més fàcil d'acomplir. El segon plantejament té a veure amb les necessitats, tal com les planteja Marshall Rosenberg (que inspira el model restauratiu de Belinda Hopkins, tal com ella ens diu més endavant); tota conducta violenta té a veure amb una necessitat no coberta, per tant podríem dir que tota conducta contrària al que el grup ha decidit té a veure amb una necessitat personal no coberta i, probablement, amb una manca d'estratègies per poder tenir la conducta adequada. És per això que Belinda Hopkins ens planteja una activitat que ens permet estructurar les normes de funcionament d'un grup segons les seves necessitats i els compromisos de cadascú per satisfer-les, fugint, d'aquesta manera, de normes imposades a l'estil del sistema punitiu (n. de la t.).



DESENVOLUPANT LES NORMES DEL CERCLE AMB ELS PARTICIPANTS DEL CERCLE



Fase 1. Identificació de necessitats

Objectius

- Destacar la importància del principi restauratiu d'identificar les necessitats en l'establiment de regles o contractes d'aprenentatge i el principi restauratiu de desenvolupar-les en col·laboració.
- Identificar necessitats personals i professionals quan treballam amb altres.
- Diferenciar entre "necessit que tu (algú hauria de ...)" i "necessit".
- Desenvolupar empatia pel que necessiten els companys de classe o els participants del grup.
- Identificar si aquestes necessitats estan satisfetes.
- Considerar maneres de satisfer aquestes necessitats com a equip o grup.
- Fer lligams entre les necessitats no satisfetes i el patiment que això pot causar.
- Destacar que es diferent parlar de "mal comportament" o de "comportament que té un impacte negatiu en els altres".



Recursos necessaris

Per a aquesta activitat necessitaràs un conjunt de targetes grosses (aproximadament un terç d'un full de paper A4) amb les necessitats (disponibles a www.transformingconflict.org com un joc de cartes, o pots fer-les tu mateix utilitzant la llista que trobaràs en l'annex)

Ens inspirem en el treball de Marshall Rosenberg sobre comunicació no violenta i el seu llibre amb el mateix nom, recomanem aquest llibre a tots aquells que facilitin cercles⁴.

⁴ Rosenberg, M. (2016). Comunicació no violenta. Un llenguatge para la vida (ed. rev.). Barcelona: Alcantó.

DESENVOLUPANT LES NORMES DEL CERCLE AMB ELS PARTICIPANTS DEL CERCLE



La dinàmica requereix tenir espai per moure's. Pot ser divertit haver fet algun tipus de joc de mescla abans d'iniciar l'activitat perquè les persones del grup s'asseguin amb algú que, tal vegada, no coneguin tan bé.

1. Assegura't que tens un full de paper gros (mida paperògraf) o una pissarra amb la pregunta "Què necessit dels altres per donar el millor de mi?" escrita a la part superior, amb un gràfic interessant (tal com es pot veure a la imatge de la dreta). És possible que necessitis diversos fulls.
2. Col·loca les fitxes de necessitats (o un joc de cartes de necessitats, si el tens) a terra, enmig del cercle, perquè tothom les pugui veure totes.
3. Convida els participants a treballar en parelles: la tasca és fer una llista de les necessitats que tenen per donar el millor de si mateixos en el grup, classe, sessió, curs, etc.
4. Demana als participants que deixin totes les fitxes de necessitats a terra, les altres parelles poden voler triar les mateixes necessitats.
5. Després d'aproximadament cinc minuts, repassa i comprova que les parelles han identificat les seves necessitats, que han acabat la tasca.
6. Passa l'objecte que dona la paraula i demana que un portaveu de cada parella digui la seva necessitat principal, escriu-la al paper o a la pissarra. Recorre el cercle diverses vegades per descriure el que s'ha identificat. Si una necessitat coincideix, demana al portaveu de cada parella que digui aquelles necessitats que encara no han sortit (si n'és el cas).

Pot ser útil que reduïm la llista a algunes necessitats bàsiques demanant als participants que identifiquin les tres necessitats imprescindibles de la llista que es mostra després de la participació de totes les parelles i que pot ser diferent a la que cada parella hagi decidit a l'inici de l'activitat. Pots proporcionar gomets per marcar les necessitats triades o fer alguna marca amb retolador; la idea és que la llista resultant serà de les necessitats a cobrir per tal que cadascú i el grup pugui donar el millor de si mateix per al taller, sessió, trimestre o qualsevol període de temps escollit.

DESENVOLUPANT LES NORMES DEL CERCLE AMB ELS PARTICIPANTS DEL CERCLE



Temps de cercle
i reunions en cercle

Fase 2. Concreció dels compromisos per donar resposta a les necessitats identificades

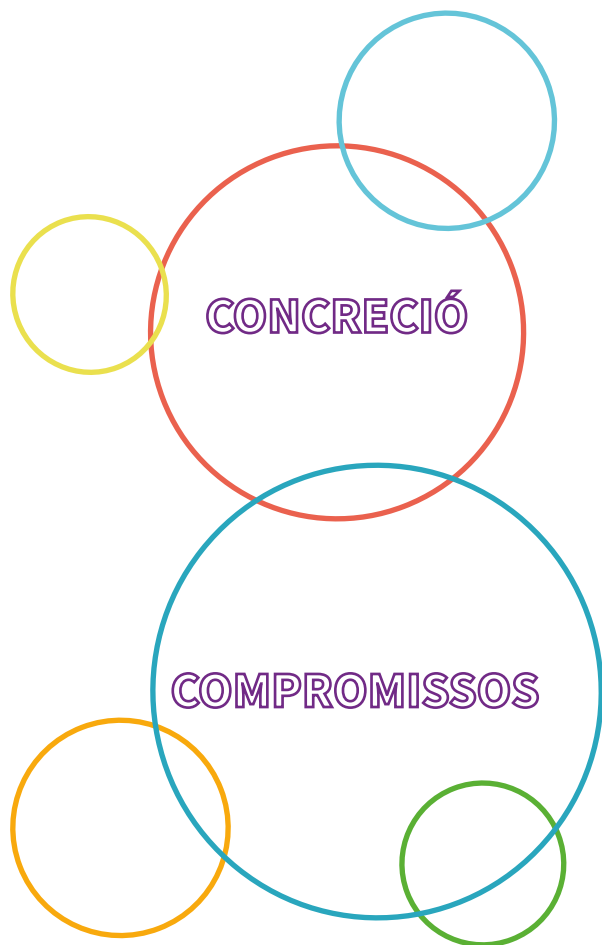
Una vegada que un grup ha identificat les seves necessitats es pot fer un treball per identificar el que cada individu es comprometrà a fer per assegurar que les necessitats de tothom es satisfacin. Aquesta llista de compromisos es converteix en un acord o contracte per al grup.

Aquesta segona fase, tal com es presenta, és un suggeriment per convertir les necessitats en una llista de compromisos acordats (o accions/estratègies).

La metodologia utilitzada per a l'activitat és la dels cavallets (pàgina 44 de l'annex).



DESENVOLUPANT LES NORMES DEL CERCLE AMB ELS PARTICIPANTS DEL CERCLE



1. Col·loca fulls grossos de paper a l'aula (si poden ser de la mida de paperògraf, millor) a les parets, si és possible, a les taules o, fins i tot, a terra, i a cada full posa-hi una targeta amb la necessitat identificada, o bé escriu la necessitat a la part superior del full en negreta, ben grossa!
Sota la necessitat, escriu: “Per respondre a la necessitat de ..., em compromet a ...” .

2. Convida els participants (per grups petits o per parelles) a recórrer la sala pensant a què estan disposats a comprometre's per satisfer les necessitats del grup, ja sigui per a aquest curs de formació o en el futur. Aquest és el moment per a accions concretes, per la qual cosa val la pena interactuar amb els grups o parelles per garantir que els acords s'escriguin d'aquesta manera.

Per exemple:

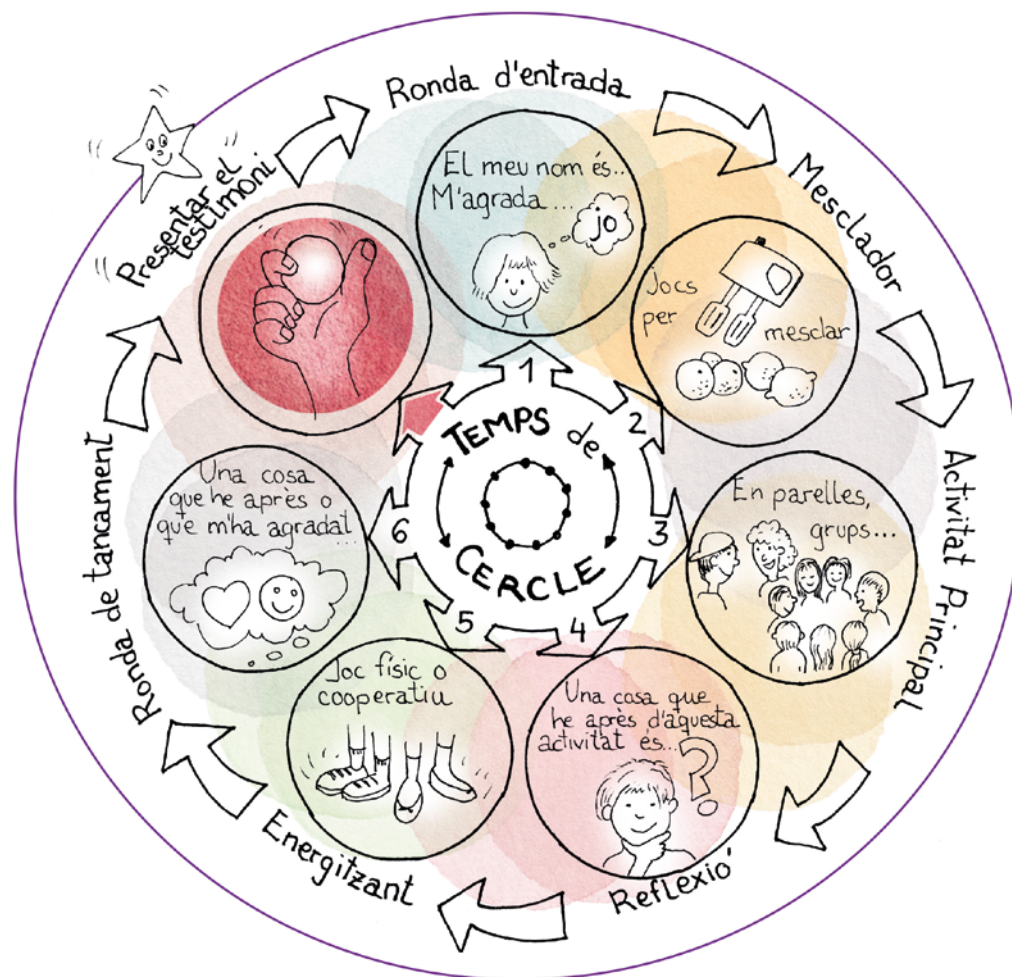
- Arribaré puntual a cada sessió.
- Saludaré els meus companys amb el seu nom cada matí.
- Demanaré l'opinió del meu company en una discussió abans de donar la meva.
- Respondré a la contribució d'algú en una discussió dient “Bona idea!”.

3. Després del temps assignat a la tasca anterior, torna a convocar el cercle gran per reflexionar sobre l'activitat.

4. Els fulls es poden imprimir i plastificar per a cadascú, cada grup pot decidir com vol utilitzar el que han identificat. Quan les coses van malament és probable que sigui perquè una d'aquestes necessitats s'ha ignorat o infringit, això permet que la gestió del problema i la cerca de solucions es faci al voltant del problema i les necessitats en comptes de fer-ho al voltant de les persones. Recorda: el problema és el problema, no la persona!

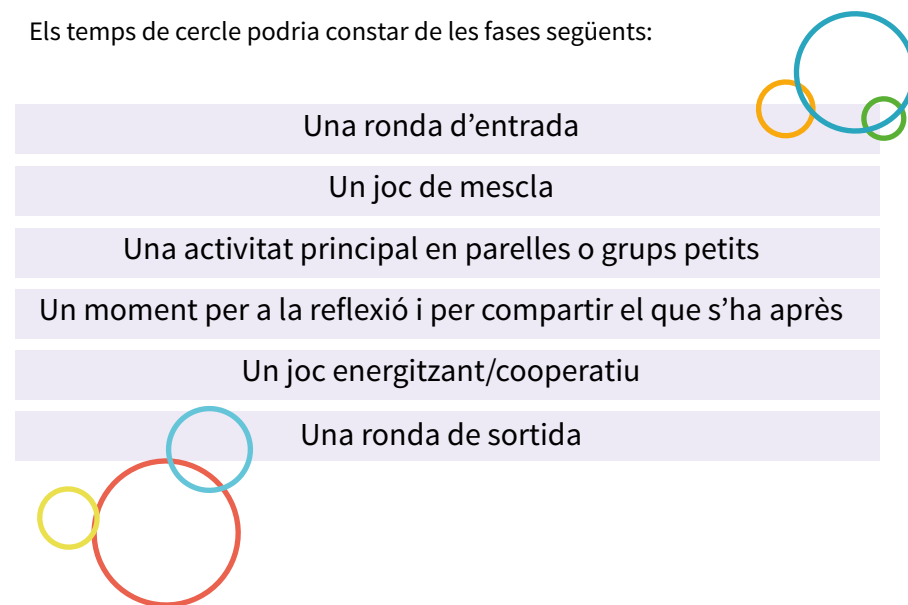
5. Pot ser útil tancar l'activitat amb una ronda final perquè les persones puguin reflexionar sobre el que han après i sobre el que pretenen fer en el futur.

TEMPS DE CERCLE: CARACTERÍSTIQUES PRINCIPALS



És un cercle estructurat que conté una sèrie d'activitats per construir el sentiment de comunitat, desenvolupar empatia, confiança i habilitats de comunicació i cooperació. Hi ha molts bons materials amb moltes d'activitats per al temps de cercle, per exemple a www.incentiveplus.co.uk.

Els temps de cercle podria constar de les fases següents:

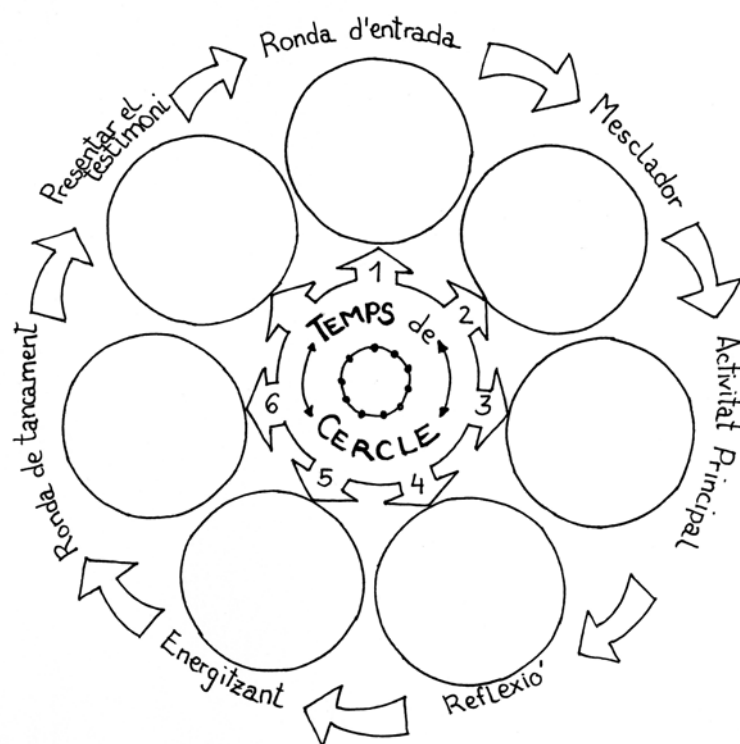


Utilitza aquest gràfic per recordar les fases del temps de cercle i la plantilla que trobaràs a l'annex per dissenyar-ne i planificar-ne. El cercle pot ser utilitzat amb infants, joves o adults com una metodologia d'aula o per fer qualsevol tipus de reunió a la feina, per construir consens, comunitat i crear grup.

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



Dissenyar un cercle efectiu pot ser senzill i divertit. Segueix les sis passes següents per dissenyar-los fàcilment:



1ª Passa

Decidir un tema per desenvolupar.

2ª Passa

Concretar una pregunta per a la ronda d'entrada.

3ª Passa

Triar un joc de mescla per facilitar la flexibilització relacional.

4ª Passa

Decidir quina metodologia utilitzaràs a l'activitat principal.

5ª Passa

Triar una activitat energitzant.

6ª Passa

Concretar una pregunta per a la ronda de tancament.



Necessitaràs un dau per triar fàcilment una de les sis activitats que et proposam per a les passes 3, 4 i 5 (triar un joc de mescla, una metodologia per a l'activitat principal i una activitat energitzant).

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



Temps de cercle
i reunions en cercle

Aviat et serà tan fàcil dissenyar un cercle com moure't per l'aula; desenvoluparàs un nivell de confiança que et permetrà redissenyar el cercle en el moment de classe per poder adaptar-lo a les necessitats diàries del grup, per exemple quan:

- Ha passat alguna cosa a l'aula que necessita ser tractada.
- Hi ha notícies importants o sobtades sobre algun tema i cal parlar-ne.
- Hi ha un esdeveniment local o alguna notícia que cal comentar.

En altres paraules, utilitza el cercle per donar l'oportunitat a tot el grup de compartir les coses que són reals, significatives i actuals aquell dia. A les pàgines següents trobaràs una explicació més detallada de cada pas i propostes de jocs i activitats per utilitzar a cadascuna de les fases del cercle.



SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



Temps de cercle
i reunions en cercle



1ª passa. Decidir un tema per desenvolupar

Decideix quin tema vols treballar en el cercle. Tenir un objectiu sempre ajuda a planificar!⁵

En absència d'un tema o problema urgent que estigui present tria un dels valors centrals de l'escola o centre o una de les necessitats. Treballar les necessitats sempre és interessant i ajuda a tothom a mantenir-se ferm en la proposta de ser amable, afectuós i inclusiu.



Qualsevol d'aquestes necessitats dona elements per treballar per a una sessió de temps de cercle⁶

⁵Pots utilitzar el temps de cercle a tutoria per treballar temes en relació amb la convivència, però també pots utilitzar-lo per treballar qualsevol tema de la teva matèria. A l'annex tens alguns models ja dissenyats (n. de la t.).

⁶Recorda que tens les fitxes de necessitats a l'annex (n. de la t.).

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



Temps de cercle
i reunions en cercle



2ª passa. Concretar una pregunta per a la ronda d'entrada

Decideix quina pregunta faràs a la ronda d'entrada.

Aquesta pregunta pot ser rellevant per l'activitat principal del cercle o pot centrar-se només a garantir que tothom començarà el cercle participant i compartint quelcom de si mateix; ens interessa promoure el coneixement entre els membres del grup.

Aquí tens alguna idea:

Em dic _____ i el meu _____ favorit és _____

Si fos un _____ seria un _____ perquè _____

Una cosa que m'agrada fer els vespres / caps de setmana / vacances ... és _____



3ª passa. Triar un joc de mescla

Tria un joc de mescla.

Per fer-ho fàcil i divertit he escollit sis opcions amb diferents variacions.

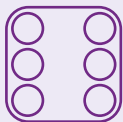
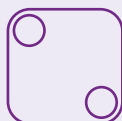
Tira el dau i utilitza la que coincideixi amb el número que t'hagi sortit!

Per decidir una activitat de mescla ràpidament només cal que facis algun dels següents jocs i ja ho tens!

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



CERCLE



TEMPS



Blau i negre

Fes que cadascú s'assigni un dels dos colors: blau o negre.

Convida els “blaus” a posar-se drets i moure's a la cadira buida que hi hagi a la seva esquerra. És clar que hi ha infinites variacions:

- Convida els “blaus” a aixecar-se i que canviïn de llocs.
- Convida tothom que es mogui a la seva dreta.
- Invita a tothom que es mogui 2, 3, 4 llocs cap a la dreta/esquerra.



Parells i senars

Demana al grup que es numeri (tothom, inclòs tu mateix).

Convida els números parells a posar-se drets i que es moguin cap a l'esquerra al següent seient buit disponible o, per crear més moviment, que es moguin cap a un seient buit.

La propera vegada ho pots fer amb els nombres senars!



A/B

Fes una ronda assignant A o B a tots els integrants, demana que s'aixequin els A, que es moguin i cerquin una cadira buida per seure a una diferent de la que tenien.



Aixeca't i canvia de lloc amb aquells que...

Escull una de les categories següents per aconseguir que la gent es mogui. Les categories poden estar relacionades amb l'esport, però també poden ser més generals.

- Aquells que tenguin una bicicleta.
- Aquells que hagin fet alguna activitat esportiva durant la setmana.
- Aquells que hagin mirat algun esport per televisió.

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



TEMPS

CERCLE

CERCLE

TEMPS



Bufa el vent per aquells que...

Una persona es posa enmig del cercle (es treu la seva cadira del cercle) i diu quelcom que sigui cert per a ell, per exemple: “Bufa el vent per tots aquells i aquelles que tinguin un animal de companyia, que tinguin una bicicleta, que duguin texans, que els agradi la xocolata” (només una idea per persona). Les persones del cercle que compleixen aquesta característica s’aixequen i canvien de lloc.

La persona del mig del cercle intenta asseure’s en una cadira buida després de dir la seva, la persona que no pugui asseure’s queda enmig del cercle per dir una altra condició i generar més intercanvi.



Amanida de fruita

Camina pel cercle i assigna a tothom, també a tu mateix, el nom d’una fruita.

Tria’n quatre, per exemple: poma, plàtan, pera, pinya.

Treu la teva cadira i queda’t dret enmig del cercle.

Explica que tu diràs el nom d’una de les quatre fruites i que les persones a les que has anomenat amb aquella fruita s’han d’aixecar i intercanviar els llocs. Ningú no pot tornar al mateix lloc. És útil negociar algunes normes per endavant (moure’ns amb calma, sense cridar, sense empènyer, etc.).

Explica que en qualsevol moment pots dir “amanida de fruites!”, i llavors tothom s’haurà d’aixecar i canviar de lloc.

La persona enmig intentarà seure, així que alguna persona nova es quedarà dreta enmig del cercle i el joc pot tornar a començar de nou.

Sigues creatiu, tria diferents categories en lloc de fruites, per exemple: estacions de l’any, cotxes, esports, etc. i cerca una alternativa per a “amanida de fruites” per fer que tot el grup es mogui.

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



Temps de cercle
i reunions en cercle

4ª passa. Decidir quina metodologia utilitzaràs per a l'activitat principal

Tria una metodologia per a l'activitat principal del cercle.

Tria aquella que millor combini amb l'objectiu i la temàtica que t'hagis proposat treballar.

Igual que abans, juga, tira el dau i escull una metodologia!



Negatiu contra positiu: acaba la frase

Per exemple:

Primera ronda: No em sent respectat quan

Segona ronda: Sí que em sent respectat quan

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



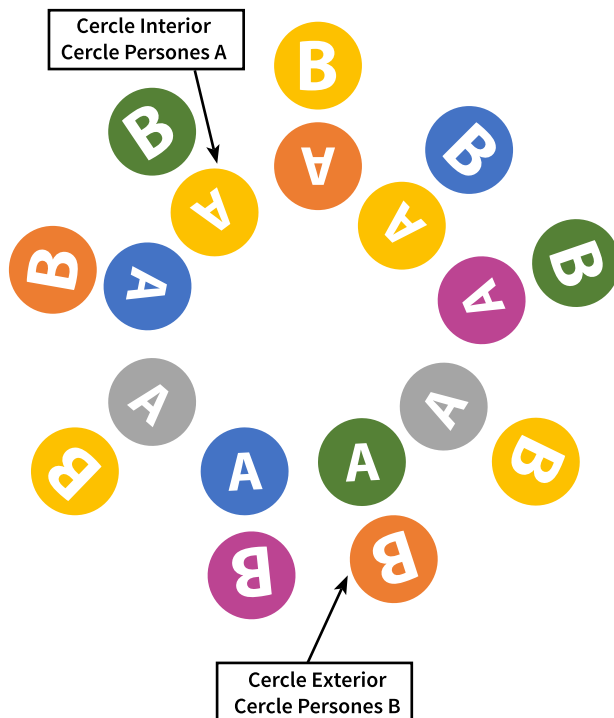
Cercles concèntrics

Aquesta activitat ajuda a desenvolupar l'escolta activa i, alhora, encoratja tothom a expressar les seves idees, i aprofundir el coneixement i la comprensió sobre un tema donat.

1. Fes que tothom s'assigni una lletra consecutivament, A o B. No assignis les lletres assenyalant amb el dit!
2. Convida a totes les persones A a agafar les seves cadires i posar-se en un cercle petit enmig de la sala, mirant cap a fora. Seran el cercle interior.
3. Ara convida les persones amb la lletra B a posar-se davant de cada persona amb la lletra A. Seran el cercle exterior.
4. Explica al grup que l'activitat és diu cercles concèntrics i dibuixa dos cercles concèntrics a la pissarra o al paperògraf, i anomena al grup A cercle interior i al grup B cercle exterior.
5. Comenta que convidaràs un dels cercles (cercle interior, per exemple) a parlar sobre un tema només durant 1 minut. Les seves parelles (a l'exemple, les del cercle exterior) estaran escoltant, no diran res, només utilitzaran interjeccions, gestos d'assentiment, etc. Després aquests rols s'intercanviaran i serà el cercle exterior el que podrà parlar.
6. Escriu el primer tema o pregunta a la pissarra o al paperògraf a la mateixa línia que has escrit cercle interior. Convida el cercle interior a començar.

PREGUNTA	CERCLE INTERIOR
Pregunta 1 (1 minut)	✓

7. Assegura't que tothom comença al mateix moment i consensua un senyal perquè tothom s'aturi després d'un minut que tu cronometraràs.



SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



Temps de cercle
i reunions en cercle

8. Una vegada s'ha acabat el minut, fes el mateix amb el cercle exterior (que parlin sobre el mateix tema durant 1 minut), ves registrant (a la pissarra o en un full) quin grup ha parlat i quin no:

PREGUNTA	CERCLE INTERIOR	CERCLE EXTERIOR
Pregunta 1 (1 minut)	✓	✓
Canvi de lloc cercle exterior		
Pregunta 2 (1 minut)		
Canvi de lloc cercle exterior		
Pregunta 3 (1 minut)		
...		

9. Una vegada que els integrants d'ambdós cercles han parlat i s'han escoltat sobre el mateix tema o pregunta, convida el cercle exterior a aixecar-se i a moure's un lloc en el sentit de les agulles del rellotge, de manera que canviïn de parella. Repeteix l'activitat amb una altra pregunta o tema i segueix segons les preguntes o temes que tinguïs.

10. Al final de l'activitat convida el cercle interior a moure's per tornar a crear el cercle inicial. Si tens temps potser et semblarà interessant parlar amb el grup sobre com incorporar aquesta metodologia en el seu entorn de treball, deixant que lliurement i de manera no seqüencial cadascú hi digui la seva o fent una ronda seqüencial de reflexió.

Tria de tres a cinc preguntes rellevants sobre el tema que vulguis treballar durant els cercles concèntrics. Comença amb una pregunta senzilla i, després, inclou-ne alguna de més provocadora, i acaba també amb una pregunta fàcil. Per exemple:

- Com creus que les persones mostren respecte?
- Com mostres respecte cap als teus amics i amigues?
- Creus que has de guanyar-te el respecte o és un dret que tothom mereix?
- Quines tres coses podries fer avui per mostrar respecte a algú?

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



Temps de cercle
i reunions en cercle



Piràmide

Comença treballant en parelles, després en grups de 4, a continuació en grups de 8, valora la possibilitat de fer grups de 16 i que finalment sigui tot el grup el que treballi sobre el mateix tema.

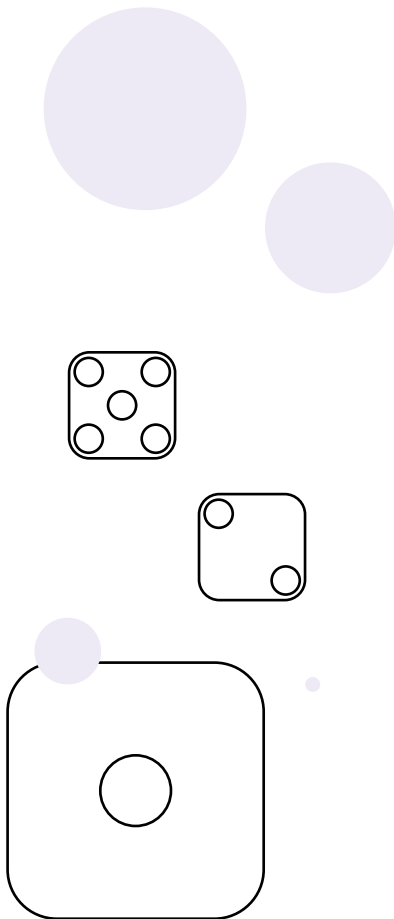
1. Convida les persones del grup a treballar per parelles (sigues curós a l'hora de fer les parelles, no assenyalis amb el dit!).
2. Demana a cada parella que defineixi un concepte determinat (per exemple, el respecte) i dona'ls un temps per fer-ho, uns 3 minuts.
3. Convida cada parella a unir-se amb una altra per fer grups de 4 persones (aquí també troba la manera que s'ajuntin, gestiona-ho, no ho deixis a l'atzar!) i repeteix la tasca, pots donar-los un o dos minuts més..
4. Convida els grups de 4 persones a fer grups de 8 i a repetir la tasca, pots donar-los 1 o 2 minuts més.
5. Convida els grups de 8 a unir-se i fer grups de 16 persones, pots donar-los uns minuts per compartir el que han fet.
6. Si la grandària del grup ho permet, convida a tot el grup a fer una definició compartida donant uns 10 minuts, més o menys, per fer-ho. Recorda que tu en aquest cas no intervens. Pots, això sí, oferir algun retolador a algú per tal que prengui nota del que diu el grup o faci de facilitador. Deixa que el grup s'ocupi de si mateix i evita entrar en la discussió.
7. Un cop acabada la tasca, demana'ls que es tornin a posar en grups de 4 per identificar les habilitats utilitzades durant la discussió i si les necessitats que tenen per poder fer la tasca que han fet s'han satisfet durant la discussió. I demana: que podrien haver fet diferent per aconseguir que tothom satisfés les seves necessitats?
8. Acaba amb una ronda demanant a tothom que ha après de la tasca feta i de la manera de fer-la.

Cal resistir la temptació d'interferir. Deixa que els líders naturals preguin la responsabilitat. Tot el procés es pot discutir després i el grup pot fer-se més competent en la construcció de consens.

Preparar-se per al procés piramidal.

Aquesta és una de les activitats cooperatives en què el procés és tant o més important que la tasca. Requereix que les persones pensin sobre el repte que planteja anar incrementant les persones del grup.

Una manera interessant de preparar dinàmiques piramidals és preguntar què és el que necessitam de cadascú en grups de diferents mides i quines estratègies podem utilitzar per donar respostes a aquestes necessitats. (Hopkins, 2011)



SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



Temps de cercle
i reunions en cercle



Procés de cercle

Aquesta metodologia funciona bé si el tema que s'ha de treballar genera moltes idees i sentiments.



1. Proposa una pregunta i convida cada persona a parlar passant l'objecte que dona la paraula de manera successiva pel cercle.
2. Recorda totes les regles del cercle abans de començar.
3. L'objecte que dona la paraula no se salta mai ningú, passa per les mans de tothom de manera successiva, no travessa el cercle cap a una persona que algú tengui davant i sempre va fent la volta pel cercle en la mateixa direcció.
4. Quan una persona té l'objecte, té la paraula, sí; però pot no voler dir res i passar l'objecte. Aquesta persona pot tenir una altra oportunitat per parlar si l'objecte li torna a arribar.
5. Fes rodar l'objecte més d'una vegada pel cercle per tal que les idees evolucionin, creixin, s'hi aprofundeixi. Utilitza el teu criteri per decidir quan aturar. Si van apareixent idees i pensaments nous, continua!



Pensa, parla, comparteix!

1. Pensa una pregunta rellevant per al tema que vols tractar (escriu-la a la pissarra, paperògraf o fes una targeta per posar-la al mig del cercle).
2. Fes parelles.
3. Convida cada parella a reflexionar i parlar sobre la pregunta.
4. Passa l'objecte que dona la paraula per les parelles per tal que comparteixin les seves idees.

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



TEMPS

DE

CERCLE

Variació

1. Pensa una pregunta rellevant per al tema que vols tractar (escriu-la a la pissarra, paperògraf o fes una targeta per posar-la al mig del cercle).
2. Assigna a cada integrant de la parella la lletra A o B.
3. Convida cada parella a reflexionar sobre la pregunta.
4. Convida a les persones A a aixecar-se i moure's un lloc cap a la seva esquerra.
5. Convida a aquesta nova parella a continuar la conversa, compartint les idees que duen de la parella anterior.
6. Convida la nova parella a identificar la idea central o més important de les dues converses que han tingut.
7. Passa l'objecte que dona la paraula per aquestes noves parelles per tal que comparteixin les seves idees clau amb tot el grup.



Imatges congelades

1. Fes grups de 3, 4 o 5 persones (tria el nombre de persones que vols que hi hagi en els grups petits i fes tu mateix l'assignació de les persones a cada grup).
2. Convida els grups petits a fer una imatge congelada (escultura) sobre el tema que es treballa (per exemple, el respecte).
3. Convida els grups a representar la imatge a la resta de grups.
4. Conversa i discuteix en petit grup sobre com han planificat la imatge congelada i demana'ls si el tema en si mateix els ha donat les claus sobre què fer i com fer-ho.

(Aquesta metodologia va bé amb temes com el respecte, la inclusió, l'amistat, la cooperació, la bondat, etc. L'objectiu no és tant el resultat, l'escultura o la imatge congelada, sinó la manera com s'hi ha arribat).

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



5ª passa. Triar una activitat energitzant

Igual que abans, juga, tira el dau i tria l'activitat!

Aquests jocs són de diferents fonts, entre aquestes: *Mediation UK's manual 'Mediation Works, the Alternatives to Violence programme and LEAP's 'Playing with Fire' manual.*



Elefants, palmeres i helicòpters

1. Demana un voluntari i digues-li que posi un braç com si fos una trompa d'elefant.
2. Demana a les persones que estan al costat d'aquesta persona que es girin cap a ella i, aixecant un braç i abaixant l'altre, formin una mena de cercle per fer la forma d'una orella d'elefant. Mirat des de davant això hauria de semblar una mica com el cap d'un elefant. Prova-ho!
3. Demana un altre voluntari i digues-li que s'aixequi amb els braços aixecats per sobre del seu cap. Són el tronc d'una palmera. Les persones al seu costat es giren i s'hi acosten, allunyen els braços del seu tronc i comencen a moure'ls amunt i avall. Són les fulles de la palmera que es mouen amb el vent.
4. Sol·licita un altre voluntari i demana-li que mantengui els braços oberts a cada banda i que comenci a rotar com un helicòpter, però només quan les persones del seu costat s'hagin ajupit.
5. Ara ja estàs preparat per començar el joc. Circula lentament voltant el cercle i assigna una d'aquestes accions a alguna persona dient "elefant", "palmera" o "helicòpter". Qualsevol que sigui la persona que has assenyalat és el centre de l'escultura i els del costat han de fer les seves posicions.
6. Prova-ho primer a poc a poc i després accelera el ritme. Qualsevol que dubti o s'equivoqui li toca estar enmig del cercle. Se suposa que això ha de ser per passar-ho bé, així que posa-ho fàcil!

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



Desfent el nus



1. Divideix el grup en grups més petits, d'entre vuit i deu persones. Han de ser parells.
2. Demana que cada grup s'aixequi, formi un cercle i tanqui els ulls.
3. Demana que tothom aixequi la mà dreta i agafi una mà que trobi. Els facilitador o formador pot estar vigilant per assegurar que tothom troba una mà per agafar.
4. Ara demana'ls que aixequin les mans esquerres i trobin una mà lliure per agafar.
5. Ara poden tenir els ulls oberts.
6. La tasca és desfent el nus sense deixar anar les mans.
7. És possible que el grup es trobi de nou en un cercle.
8. De vegades la combinació és impossible. És molt temptador donar instruccions o intentar rescatar-los. Intenta no fer-ho, ja que això prendria al grup la responsabilitat de solucionar el problema per ells mateixos.
9. Al final els grups poden conversar sobre què els ha funcionat com a estratègia cooperativa i què no els ha funcionat.

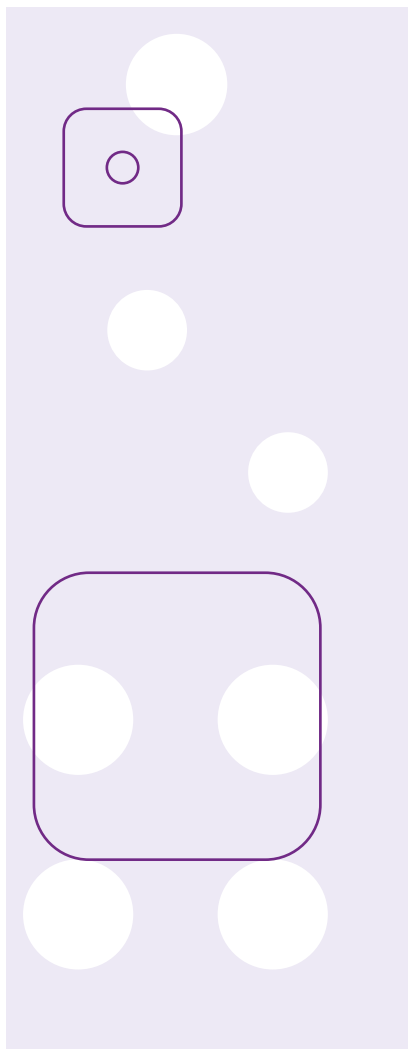


123

Necessitaràs un col·laborador per explicar l'activitat.

1. Demana al teu col·laborador que es posi davant teu i digues-li que començareu a contar fins a 3, dient cadascú un número per torn.
2. Tu dius 1, ell 2, tu dius 3, ell 1, tu dius 2, ell 3, etc. Fàcil, no?

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



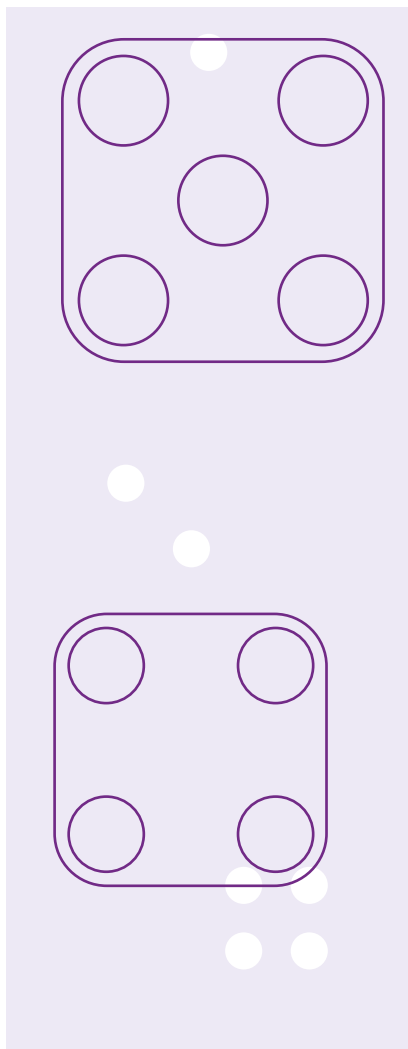
3. Fes parelles amb el grup i demana'ls que vagin fent el mateix.
4. Ara explica la fase següent, piques de mans (substitueixes verbalitzar l'1 pel gest), el teu col·laborador diu 2, tu dius 3, ell pica de mans, tu dius 2, etc.
5. Explica la fase següent: tu piques de mans en lloc de dir 1, el teu col·laborador es toca el cap en lloc de dir 2, etc.
6. Ara explica la darrera fase del joc: afegeix una acció, un gest per al número 3, així que tota la seqüència serà amb gestos i no amb números (picar de mans, tocar-se el cap, gratar-se el genoll). Convida tothom a fer-ho. Els gestos de cada parella seran diferents, cadascú ha de decidir el gest que vol utilitzar per a cada número).



Gimnàstica

1. Dret, convida a tothom a flexionar-se i tocar-se amb les mans un punt del cos, el més baix que puguin tocar-se (cames, turmells, peus). Fes-ho tu també com a exemple. Explica que aquest punt més baix al que poden arribar és el número 1.
2. Convida a tothom a arribar tan amunt com puguin (estirant els braços i posant-se de puntetes). Fes-ho tu també. Aquest és el seu número 10.
3. Convida a tothom a triar un punt mitjà, potser la cintura?, aquest serà el seu número 5.
4. Ves ràpidament al voltant del cercle assignant parelles i convida a tothom a situar els deu punts al seu cos i, a continuació, intercanviï aquesta informació amb la seva parella.
5. Ara convida'ls a fer-ho per torns, una part de la parella va dient els números i l'altra ha de tocar-se la part del cos que hi ha assignat, fes que ho facin els dos integrants de la parella, intercanviant els rols.

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



Recompte

1. Convida el grup a numerar-se un a un assignant-se un número consecutiu, incloent-t'hi tu mateix.
2. La primera persona s'aixeca i diu "u" i es queda dreta.
3. Una segona persona, des de qualsevol lloc del cercle, es posa dreta i diu "dos". Es continua fins que tot el grup està dret i s'ha autoassignat un número.
4. El repte és que si algú diu un número en el mateix moment que ho fa una altra persona del grup, tothom s'ha d'asseure i el joc ha de tornar a començar.



Fizz buzz

1. Convida el grup a comptar al voltant del cercle un per un. Si algú diu un número que és divisible per tres, diuen fizz en comptes d'aquest número.
2. Quan el grup té assolit això, introduïu la regla que si algú diu un número que és divisible per 5, diu buzz.
3. Finalment introduïu la regla que si algú diu un número que sigui divisible a la vegada per 3 i per 5 digui fizz buzz.

SIS PASSES PER DISSENYAR UN TEMPS DE CERCLE



6a passa. Concretar una pregunta o una frase inacabada per a la ronda de sortida.

La meua pregunta favorita per tancar el cercle és la següent:

Una cosa que m'ha agradat del cercle d'avui ha estat

Alternatives

Una idea nova que m'enduc d'aquest cercle és _____

Una cosa que he après és _____

Una cosa que m'enduc és _____

Sigui la que sigui la pregunta que triïs fes-ne una, no et saltis aquesta fase!

I això és tot! Acabes de veure com dissenyar un cercle i que et pot ocupar uns cinc minuts amb l'ajuda dels daus. És així de senzill!

I, per què no donar aquest llibret i un dau als alumnes perquè siguin ells mateixos els que dissenyin els seus propis cercles?

Per descomptat, així com adquireixis més experiència segurament necessitaràs més jocs de mescla, jocs energitzants o dissenyar noves metodologies per a l'activitat principal. A l'annex trobaràs més idees per a cadascuna de les fases del cercle i més metodologies per a l'activitat principal, però, no t'oblidis d'incorporar les idees que a tu se t'acudeixin!

A l'annex també hem inclòs quatre exemples de temps de cercle ja dissenyats per mostrar que el tema principal o objectiu principal del cercle es pot treballar a totes les fases; utilitza'ls com a inspiració per fer els teus dissenys.

COMENÇAR UN TEMPS DE CERCLE AMB UN GRUP QUE JA ES CONEIX



Temps de cercle
i reunions en cercle

Prova a començar jugant, i comenta sobre les necessàries normes o regles que tenen tots els jocs.

Explica un joc i, a continuació, demana si cal consensuar alguna regla perquè el joc funcioni (p. ex., si implica canviar cadires, quines regles hi hauria d'haver perquè el joc fos segur). Un cop s'han suggerit algunes regles, demana si tots hi estan d'acord. Després del joc, revisa si el grup ha seguit les normes o no, o si se'n necessitaven més. En funció d'això, si et sembla adient, pots provar de repetir el joc. També es podrien suggerir i provar variacions.

En aquest llibret ja hem comentat moltes dinàmiques i jocs, però en pots trobar a molts llibres de diferents àmbits: art dramàtic, esport, etc. També hi ha molts recursos i dinàmiques publicades per desenvolupar la confiança, la cooperació, la comunicació o, simplement, per divertir-se.



COMENÇAR UN TEMPS DE CERCLE AMB UN GRUP QUE JA ES CONEIX



Les preguntes importants que cal fer a l'hora de decidir les regles del joc, inclouen:

- Com podem garantir que no hi hagi ningú que se senti malament?
- És segur el joc o algú pot fer-se mal?
- Com podem mesclar nins i nines o al·lots i al·lotes?
- És viable aquest joc per a totes les persones del grup i les seves capacitats? Cal fer algun ajustament perquè pugui ser-ho? Per exemple, és difícil canviar els seients amb algú que va en una cadira de rodes.
- Escoltar la contribució de tothom és vital; per tant, cal demanar a les persones que necessiten per poder participar.



Trobada 2019 Associació de Justícia i Pràctica Restaurativa, AJPR

Cada vegada que sol·licitis contribucions, val la pena que consideris demanar a les persones que treballin primer en parelles, abans de convidar a fer contribucions des del cercle obert. Parlar individualment, a vegades, és descoratjador, compartir idees amb un company o companya, construeix confiança abans d'obrir a la participació o al debat amb el grup gran. També assegura't que tothom pugui expressar les seves idees amb algú, encara que no tenguí l'oportunitat de parlar en el cercle gran.

Una estratègia per centrar l'atenció del grup i que funciona bé és aixecar la mà i esperar. El que sol passar quan ho fas és que la resta del grup se n'adona, aixeca la mà i es troba la calma i es fa el silenci. A vegades es tarda més, a vegades és molt ràpid. Hi ha quelcom de molt incongruent a cridar per demanar silenci!⁷

⁷ Per seguir aquesta consigna és interessant proposar al grup fer-ho així i explicar que quan necessitis dir alguna cosa o demanar calma i atenció per canviar d'activitat, donar una consigna, etc. aixecaràs el braç; i els demanes que quan algú ho vegi l'aixequi també, d'aquesta manera la idea és que tothom vagi deixant el que està fent tot aixecant el braç i es faci el silenci. Sempre pots negociar el senyal amb el grup (n. de la t.).

REUNIONS EN CERCLE: CARACTERÍSTIQUES PRINCIPALS



Temps de cercle
i reunions en cercle

Qualsevol conflicte ofereix l'oportunitat d'aprendre a resoldre problemes, a negociar. Els cercles faciliten la capacitat perquè la comunitat, el grup, les persones que en formen part puguin donar resposta als seus conflictes i promou responsabilitat compartida. D'aquesta manera, la gestió del conflicte recau en el grup i la comunitat en lloc de recaure únicament en els professors, educadors, directores, caps, etc., tant en l'àmbit escolar com en qualsevol altre àmbit, tant en relació amb els alumnes com en relació amb el personal o amb qualsevol grup de persones. El format de la reunió en cercle es fonamenta en els cinc principis restauratius, igual que les preguntes.

Per facilitar aquestes reunions, cal, en primer lloc, decidir quin serà el testimoni (l'objecte que dona la paraula) que s'utilitzarà, per tal que sigui adequat per al grup, i caldrà també explicar-ne l'ús.

Pot ser adient que el facilitador del cercle tenguin un objecte extra per si en algun moment el pot necessitar. No obstant això, cal tenir molta prudència en utilitzar aquesta opció. En general, el cercle es regula i gestiona a si mateix generant l'apoderament de les persones que hi participen; si el facilitador imposa la seva autoritat, ja sigui per gestionar una situació incòmoda concreta o en qualsevol altre moment, donarà un missatge de desapoderament.



REUNIONS EN CERCLE: CARACTERÍSTIQUES PRINCIPALS



El facilitador comença la sessió agraïnt l'assistència a totes les persones. És poc probable que hi hagi alguna persona desconeguda, però si n'és el cas (personal suplent o alguna persona nouvinguda) cal fer una ronda de presentacions inicial. A continuació, el facilitador explica el motiu del cercle, de manera que tothom el pugui entendre bé, quelcom similar a això:

“Estam asseguts aquí per parlar sobre què fer en relació amb (fets), per tal que cadascú pugui explicar el seu punt de vista, expliqui com s’ha vist afectat pel que ha passat o pot passar i pensar què podem fer, de manera conjunta, per resoldre la situació.”

Aquesta introducció ens serveix per recordar que el cercle funciona sota els 5 principis restauratius (pàgina 5).

A més a més, tal vegada serà necessari explicitar les pautes següents:

- Només es pot parlar quan es té l'objecte.
- L'objecte fa la volta pel cercle en una direcció (dreta o esquerra) de manera successiva, donant la paraula a tothom per torn; no ha de saltar-se ningú.
- Ningú no pot parlar sense l'objecte. Si algú ho fa se li demanarà que esperi fins a tenir-lo, fins i tot si té alguna pregunta directa cap a algun membre del cercle o vol dir alguna cosa directament a altres persones del grup.
- Cal acceptar que un no parlarà durant una bona estona, i cal permetre que tothom tengui i expressi la seva opinió.
- Quan a una persona estigui a punt d'arribar-li el torn, cal que esperi que qui té l'objecte i està parlant acabi.
- Quan un té l'objecte també té el dret de passar i no parlar, però si la persona que passa vol dir alguna cosa més endavant sense tenir l'objecte, haurà d'esperar fins que aquest hagi fet una volta completa al cercle.
- És important que tothom respecti tothom i el que diuen, fins i tot si no s'hi està d'acord; cal, a més a més, que tothom sigui curós i respectuós amb el seu llenguatge, tant verbal com gestual.
- És possible, si el conflicte ho requereix, que calgui recordar que el que es diu en el cercle és confidencial. És important que tothom sàpiga quins són els seus drets i les seves responsabilitats legals, i que puguin aclarir tot el que els faci sentir vulnerables; cal que tothom se senti segur en el cercle.

REUNIONS EN CERCLE: CARACTERÍSTIQUES PRINCIPALS



És important recordar que una habilitat clau per al funcionament del cercle és l'escolta. Cal escoltar el que diuen els altres, això vol dir estar atent al que no està dient un mateix i:

- ✗ No jutjar.
- ✗ No aconsellar.
- ✗ No increpar.
- ✗ No expressar sorpresa/xoc/enuig o desaprovació.
- ✗ No posicionar-se.
- ✗ No assumir que una banda és la que té la raó o que el que tu saps és el que val.

Després de la benvinguda el facilitador pot començar les cinc rondes de preguntes fent servir l'objecte per parlar i donant a tothom la possibilitat de participar.

PRIMERA RONDA principi 1

La manera com jo veig el problema és
(o, el que va passar des del meu punt de vista és)

SEGONA RONDA principi 2

Pens i em sent

TERCERA RONDA principi 3

Aquesta situació m'ha afectat (d'aquesta manera)

QUARTA RONDA principi 4

Perquè les coses s'arreglin necessit?

CINQUENA RONDA principi 5

Pens que per resoldre el problema podem (fer)

Aquestes rondes, que inclouen les preguntes restauratives, són per facilitar reunions en cercle per resoldre conflictes. Si no t'has entrenat en la facilitació d'aquests processos, tingues cura amb aquest tipus de reunions. Pot ser que sigui millor demanar a un facilitador expert que condueixi la trobada.

Fer les cinc rondes és un suggeriment. Si cal variar-ho per les necessitats de les persones que formen el cercle es pot fer més d'una volta per pregunta, o a l'inrevés. El facilitador del cercle utilitza la seva intuïció i empatia per decidir quan és el moment de seguir endavant, potser observant el grup i valorant amb aquest com seguir endavant.

Si les persones han compartit experiències, pensaments i sentiments, les dues rondes que diferencien aquestes fases poden ser innecessàries.

QUÈ ÉS UN CERCLE I QUÈ NO HO ÉS



Temps de cercle
i reunions en cercle



Tal com hem vist, els cercles poden ser molt entretinguts; donen la possibilitat de passar una bona estona, riure junts i conèixer els altres d'una manera divertida. De vegades són una manera de reunir-nos per tractar els problemes que ens afecten, ja sigui en general a l'escola o específicament al grup classe. En ocasions, volen afavorir la presa de decisions per donar resposta a algun problema o conflicte i, en altres moments, es poden utilitzar per discutir i reflexionar sobre un tema proper que ens afecta emocionalment. Les idees que apuntam a continuació volen clarificar què és i què no és un cercle quan s'utilitza per a la resolució de problemes, la presa de decisions i el diàleg.

Què NO és un cercle

- Els cercles **no** són un espai per debatre o discutir d'una manera que hagi experimentat anteriorment.
- **No** és un espai on algú diu alguna cosa i una altra persona, que no hi està d'acord, respon amb la seva opinió, pressuposant que l'altra visió sigui, d'alguna manera, incorrecta o "dolenta".
- **No** és un espai on unes persones guanyen (l'argument) i unes altres perden.
- **No** és un espai on el propòsit és convèncer una altra persona sobre un punt de vista particular, tot i que moltes vegades la gent canvia d'opinió en el decurs d'un cercle.
- **No** és un espai per fer declaracions abstractes sobre temes que no tenen cap relació amb la vida quotidiana d'aquells que formen part del cercle.
- **No** és un espai per destrossar els punts de vista diferents, mostrar menyspreu o burla a cap opinió.

QUÈ ÉS UN CERCLE I QUÈ NO HO ÉS



Què SÍ que és un cercle i què POT SER

- **SÍ** que és un espai on es poden expressar i escoltar punts de vista o perspectives diferents de manera respectuosa.
- **SÍ** que és un espai on tothom té el dret a tenir la seva pròpia visió i opinió, sempre que s'expressi de manera respectuosa i sense intenció de criticar ningú.
- **SÍ** que és un espai on l'objectiu és escoltar amb el cor i la ment oberts el que diuen els altres i reflexionar sobre si el que s'ha dit és útil i val la pena pensar-hi.
- **SÍ** que és un espai on, a poc a poc, la gent se sent segura per parlar, tant des del cor com des del cap, i per expressar sentiments i creences profundes sobre el tema que es discuteix.
- **SÍ** que és un espai on les persones respecten els diferents punts de vista de tothom, mostren interès i aprecien la diversitat.
- **SÍ** que és un espai on les persones poden apreciar les similituds dels seus punt de vista amb persones amb les quals no havien pensat que podien tenir aspectes en comú.
- **Pot ser** un espai on les persones poden acabar pensant alguna cosa molt diferent del que pensaven en el moment de començar el cercle.
- **Pot ser** un espai on emergeix el consens així com l'objecte per parlar va fent la volta i on les persones estan obertes que els seus punts de vista puguin canviar després d'escoltar les persones que han parlat anteriorment.
- **Pot ser** un espai on els seus integrants, que es reuneixen regularment per compartir idees i pensaments, poden conèixer-se molt més profundament que el que havien fet prèviament, aprofundint en el respecte i la comprensió mútues.



Annex

Acceptació
Afirmació
Amabilitat
Amor
Afecte
Autonomia
Autenticitat
Autoestima
Celebració
Empatia
Connexió
Confiança

Consideració
Cooperació
Diversió
Pau
Escolta
Esperança
Estímul
Honestedat
Harmonia
Integritat
Paciència
Pertinença a la comunitat

Contribució a la comunitat
Positivitat
Suport
Proximitat
Seguretat
Reconeixement
Respecte
Riure
Comprensió
Seguretat emocional
Tolerància
Alegria



Data _____ Tema a desenvolupar _____

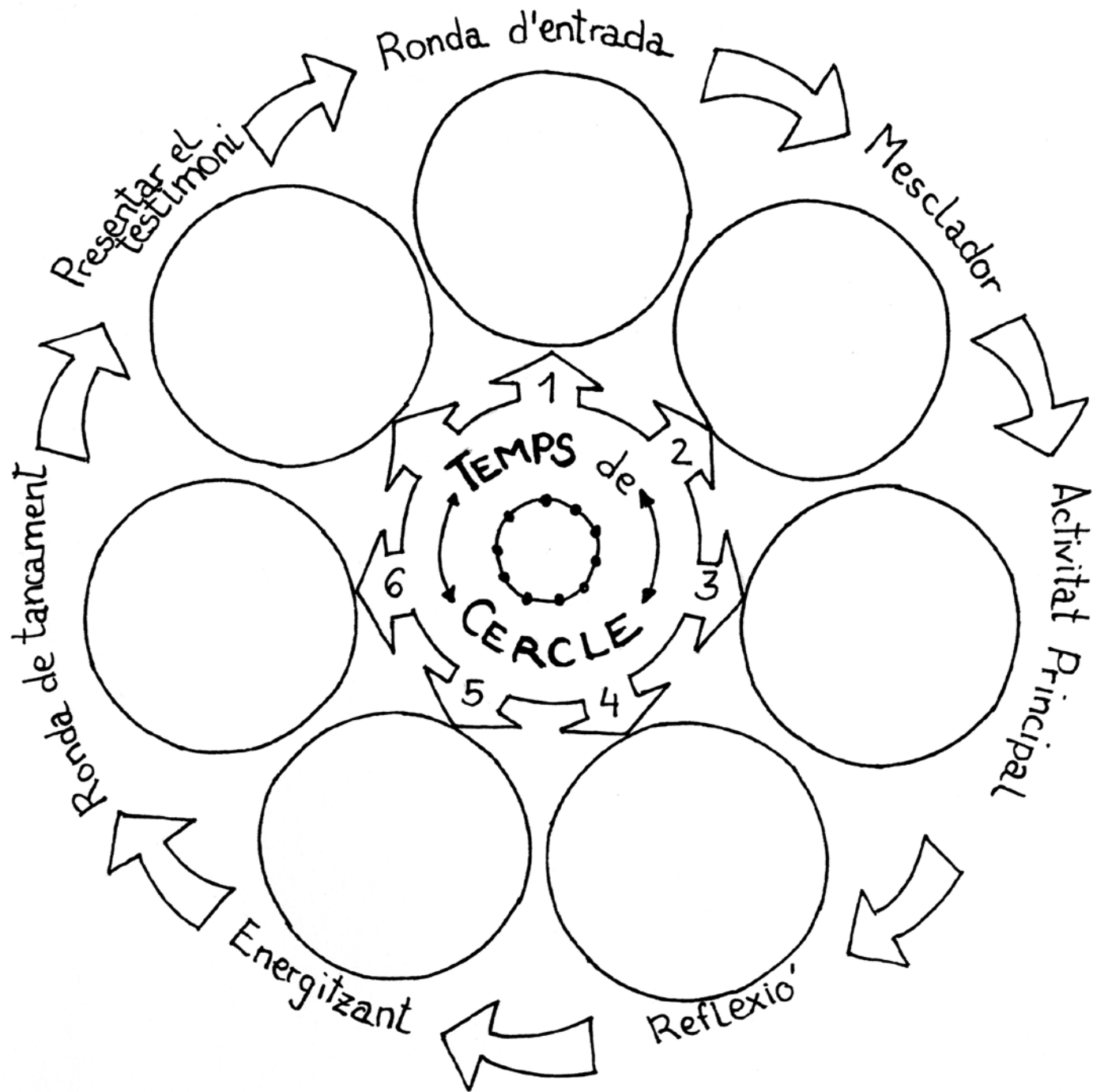
RONDA D'ENTRADA**MESCLA****ACTIVITAT PRINCIPAL**

· TEMA:

· METODOLOGIA:

· REFLEXIÓ:

ACTIVITAT ENERGITZANT O JOC COOPERATIU (Si cal i si hi ha temps)**RONDA DE TANCAMENT**





Ara que ja has tingut alguna experiència a dissenyar algun cercle, compartim més material i més idees.

Més activitats de mescla

A continuació trobaràs més activitats per mesclar el grup i afavorir que les persones tinguin l'oportunitat de treballar amb companys i companyes que potser no escollirien.

Aquí sec, a la gespa!

1. Assegura't que hi ha una cadira buida al teu costat. Mou-te i digues "Aquí sec!"
2. La persona que hi havia asseguda al teu costat es trasllada a la cadira que has deixat i diu "a la gespa!"
3. La persona asseguda al seu costat es trasllada al seient que ara ha quedat buit i diu "amb el meu amic / la meva amiga ..." i anomena algú del cercle (sempre insistesc que un nin anomeni una nina i una nina anomeni un nin, en cas contrari el joc no flueix després de jugar-hi una estona).
4. La persona anomenada es trasllada a la cadira buida i deixa el seu seient buit. Qualsevol persona del cercle, excepte les que ja s'han mogut, intenten asseure-s'hi el més ràpidament possible (cal seguir els criteris de seguretat que tinguem estipulats).
5. Amb la nova cadira buida, el joc comença de nou. Pots finalitzar el joc quan hi hagi hagut el temps suficient perquè tothom hagi canviat de lloc.

A toc de tambor, agrupacions numèriques

1. Demana al grup que es posi dret i que es mogui per la sala i es mescli/relacioni. Pots tocar un tambor o posar algun tipus de música. Per copsar-ne l'atenció i aturar el moviment del grup pots fer servir un senyal silenciós acordat prèviament (aixecar la mà), tocar el tambor més fort un parell de cops, aturar la música...

2. Després del senyal tothom s'atura. Aleshores, demanes que es facin petits grups de _____ (decideix un nombre diferent de persones per grup petit per a cada aturada). És interessant que les persones quedin "congelades" quan feim el senyal perquè es deixin de moure i s'agrupin en un nombre determinat de persones, i que mirin al seu voltant per veure si hi ha algú que s'hagi quedat fora de les agrupacions i l'acullin*.
3. Els grups es dissolen i es repeteix l'activitat amb agrupacions numèriques diferents. Pots introduir un element addicional com ara que tots els grups han d'incloure nins i nines (també pots deixar-ho a l'atzar i veure què passa, i després comentar si hi ha hagut algun tipus de segregació, per exemple, i que podríem fer per evitar-ho).

*És interessant discutir aquesta possibilitat amb el grup i veure si se'ls acut alguna estratègia. Aquesta discussió, supòs, els sensibilitzarà sobre com es pot sentir aquell o aquella que es quedi fora dels grups. Però això potser és massa per al grup, així que valora-ho tu mateix.

Finalitza l'activitat amb l'agrupació numèrica que requereixis per a l'activitat següent i afegeix les consignes necessàries que et semblin adients: edat, sexe, etc.

Ordenar-nos per data de naixement

Demana que tothom es posi dret i s'ordeni (en filera o en cercle) segons la data de naixement, però sense parlar. Ajudarà si indiques on comença i on acaba la filera o el cercle dins l'aula, de manera que els aniversaris de gener i desembre saben on col·locar-se d'entrada. Es permet la mímica, els gestos amb la mà, etc., i es poden ajudar entre ells, però sense parlar! Si les dates senceres són complicades, fes servir només els mesos.

Una vegada s'han ordenat demana que diguin en veu alta i per ordre la seva data de naixement.

Ordenar-nos per la lletra inicial del nostre nom o cognom

Tothom dret s'ordena alfabèticament per la lletra inicial del seu nom. Pots fer una segona ordenació per cognom. Si hi ha dues persones amb la mateixa inicial, que s'ordenin en funció de la segona lletra, si hi ha persones amb el mateix nom, que utilitzin la primera lletra del cognom, etc.

Completa les imatges

Escull un conjunt d'imatges i retalla-les per la meitat.

Dona una part de cada imatge perhom. Demana que s'aixequin i busquin la persona que té l'altra meitat de la seva imatge.

Pot ser més interessant si demanes que no ensenyin la imatge que tenen i que busquin la seva parella descrivint-la (aquest pot ser un bon joc per a les classes d'idiomes).

Parelles d'animals

Prepara targes amb diferents animals, assegura't que en prepares per a totes les persones del cercle i que cada targeta està repetida un cop (si vols fer parelles).

Convida a tothom que s'aixequi i que comenci a fer el so característic de l'animal que li ha tocat per trobar la seva parella. Demana'ls que s'asseguin junts.



Més metodologies per a l'activitat principal

Doble ronda

Aquesta metodologia ens pot servir per aprofundir en algun tema. Per exemple, si hem fet un temps de cercle per identificar les necessitats del grup per tal que tothom pugui donar el millor de si mateix, ens pot servir per explorar el significat d'una de les necessitats de la manera següent:

Per a cada ronda es proposa que cadascú, per torn, amb l'objecte per parlar, pugui acabar la frase; per descomptat, tothom té dret a passar, però una vegada finalitzada la ronda està bé que com a facilitador demanis si hi ha algú que no hagi parlat ho vulgui fer.

Per exemple, hem identificat la necessitat de suport:

Comença amb una volta inicial amb una frase menys positiva i una segona volta amb una de més positiva, per exemple:

1a ronda: No sent que me donin suport quan ...

2a ronda: Sent que em donen suport quan ...

De la mateixa manera amb qualsevol necessitat; per exemple, el respecte:

1a ronda: No em sent respectada quan ... 2a ronda: Em sent respectada quan ...

Anima les persones a no fer referència directa a altres persones del grup, sinó que facin una frase més general.

Cavallets

Prèviament utilitza una activitat de mescla per fer grups de 4 o 5 persones.

Abans has d'haver preparat una quantitat suficient de fulls grossos (mida paperògraf, per exemple) per a cada grup i posar-los a les taules, a la paret o a terra.

Assigna una tasca a cada grup i demana que registrin les seves opinions al seu full i que després es desplacin al full següent i hi afegixin els seus pensaments, i així successivament, de manera que tots els grups passaran per tots els fulls.

Per exemple, en relació amb les necessitats, un cop identificades les necessitats que hi pot haver darrere determinades conductes o peticions, posa cada necessitat en un dels fulls (full 1: atenció, full 2: escolta, etc.).

Demana a cada grup que identifiqui les estratègies que podrien adoptar per satisfer aquestes necessitats, demana que escriguin les seves opinions al seu full, un cop hagin acabat demana que vagin al full del grup del costat, mirin el que han apuntat els companys i hi afegixin el que vulguin. Fes-ho successivament fins que tots els grups hagin fet una aportació a cada necessitat (sempre hi haurà tantes necessitats/preguntes/fulls com grups organitzis).

Més activitats energitzants

Tempesta tropical

Pots introduir el joc demanant si algú ha viscut una tempesta tropical o si recorden un dia calorós amb tempesta elèctrica que s'esvaís ràpidament. Recordar-los la brisa inicial, la pluja que va augmentant en intensitat,

in crescendo, i després es dilueix fins que només queda una lleugera brisa i, finalment, el silenci.

Ningú no ha de parlar, però sí observar detingudament la persona que hi ha a la seva dreta, qualsevol cosa que faci o deixi de fer aquesta persona l'ha de copiar, però no es pot copiar a ningú més (la temptació és copiar al facilitador!).

1. Ara comença fregant-te les mans lentament. Aquest moviment ha de fer la volta a tot el cercle.
2. Quan arribi el teu torn de nou, pica amb dos dits de la mà dreta el palmell de la mà esquerra.
3. Quan aquest so ha fet la volta al cercle, comença a aplaudir (intenta desanimar els aplaudiments conjunts, funciona millor si és successiu).
4. Continua picant amb els peus.
5. A continuació torna a aplaudir.
6. Torna picar amb els dos dits el palmell de l'altra mà.
7. Torna a fregar-te les mans.
8. A continuació, pica a les cuixes amb les mans.

Recorda que els moviments han de passar successivament fent la volta cercle perquè els canvis es notin a poc a poc. Tothom hauria de seguir fent el que feia fins que la persona a la seva dreta comenci a fer alguna cosa diferent.

Aquest conjunt de sons et fan sentir una tempesta tropical!



Camina el camí

Aquesta és una activitat elaborada:

1. Demana als alumnes que caminin al voltant de l'aula i que quedin "congelats" quan piquis de mans.
2. Digues un adjectiu o un adverbi i demana que continuïn caminant d'aquesta manera; per exemple, tristament, feliçment, enfadats, etc.
3. Demana a un petit grup que triï un adjectiu o adverbi en secret i camini d'aquesta manera. Demana a la resta que esbrinin què els mou. Per exemple, camina a poc a poc, curiosament, etc.
4. Atura el moviment i promou una reflexió sobre les pistes que feim servir per esbrinar com se senten les persones del nostre voltant i com de precises són aquestes pistes. Considera si en darrera instància una manera de descobrir com se sent la gent és demanar-los-ho.

L'enllaç

Aquest és un joc que necessita molt d'espai obert.

1. Demana al grup que s'organitzi en parelles agafant-se per una mà.
2. Separa una de les parelles i identifica una de les parts com el caçador que perseguirà la seva parella. Aquesta només podrà escapar de la captura del seu caçador vinculant-se amb el braç exterior d'una de les altres parelles.
3. Un cop s'ha enllaçat a l'altra parella, la persona de la parella que no té l'enllaç serà el nou caçador... i el caçador anterior passa a ser el perseguit!, el joc canvia de direcció.

Cocodrils i granotes

1. Es col·loquen papers de diari a terra i es convida tothom a posar-se damunt un, per parelles o grups reduïts.
2. S'ha dit a tothom que són granotes, que es troben sobre les fulles de nenúfar i el terra és un gran estany on viu un cocodril famolenc. El cocodril està adormit, i el so que feim (faves seques en una llauna?) és el seu ronc. Quan els roncs s'aturen vol dir que el cocodril s'ha despertat i es menjarà tota granota que no estigui en una fulla de nenúfar.
3. Tothom juga a empènyer els companys i companyes del grup de la seva fulla de nenúfar, així com se senten els roncs del cocodril, la gent es mou amb nerviositat. A la primera ronda, el nombre de fulls de paper és suficient per salvar totes les granotes del cocodril, tothom està segur!
4. Posteriorment, s'elimina algun paper de diari o s'esquincen a la meitat per reduir la quantitat de llocs segurs per escapar del cocodril. Quan algú cau a l'estany està "fora de joc". La cooperació es dona quan els membres del grup en zona segura ajuden els que han caigut.
5. Finalment només deixam un petit tros de paper. En general, és bo deixar moltes persones amb vida i donar-los un aplaudiment!

T'estim, però no puc somriure!

Tothom s'asseu en cercle. Comença girant-te cap a la persona que tens a l'esquerra. Fent carusses, però molt seriós, digues-li: "T'estim, però no puc somriure". La següent persona gira a la seva esquerra i, de nou fent carusses, però seriós, repeteix la frase.

Prova quantes de vegades ho podeu fer sense que ningú somrigui!



La cursa de pingüins

Comença fent que tothom s'imagini les estepes gelades de l'Antàrtida, nits llargues, fosques i gelades, i dies interminables, etc. Hi ha una colla de pingüins que tenen ganes de divertir-se i jugar.

Digues a tothom que s'han d'imaginar que són aquests pingüins, centenars, a punt de començar una cursa per la neu, el renou és enorme!

Demana que tothom comenci donant-se cops a les cuixes amb les mans. Això fa el mateix renou que els peus de pingüins corrent per la neu. Creu-me!

Adverteix que aquestes curses poden ser perilloses, per evitar fer-se mal caldrà seguir algunes indicacions, i practicar:

- Practica el gir a la dreta: recolza't sobre el canell dret mentre continues donant cops a les cuixes i demana que tothom ho provi.
- Practica el gir a l'esquerra: recolza't sobre el canell esquerre mentre continues donant cops a les cuixes i demana que tothom ho provi.
- Practica el salt enlaire per esquivar un forat, segueix picant a les cuixes amb les mans.
- Practica una acció casual (xiular, mirar innocentment al voltant) per quan s'acosti un policia (la cursa és il·legal i hi ha policies vigilant).
- Practica una aturada per pescar al crit de "pesca!"
- Practica una aturada per admirar un petit pingüí amb el crit de "nadó pingüí!"

Fes servir el teu senyal silenciós per copsar l'atenció cada vegada que introdueixes un element o un moviment nou (no aixequs la veu per sobre dels alumnes movent-se, rient-se, etc.). Demana que et copiïn després de cada moviment nou que proposis.

Ara juga, ves dient: gir a la dreta, policia, nadó pingüí, salt, pesca de nou... fent servir tot el que has explicat abans.

Aquest és un joc energitzant i molt divertit! Segueix fins que tothom es cansi i tothom hagi guanyat!

Passar un globus amb el cos

Prepara alguns globus, no sigui que algun exploti!

Comença passant el globus a la persona que estigui al teu costat sense utilitzar les mans. Demana a tothom que segueixi passant el globus sense tocar-lo amb les mans. Si el grup fa servir les mans pot ser molt avorrit, així que recorda'ls-ho: "Sense mans ni braços!"

Més idees per a les rondes de sortida

Aquestes són activitats per fer finalitzar el cercle amb el grup. Tancar la sessió és important, i més si el grup no tornarà a estar junt durant un temps. El tancament és un moment de reflexió i també de celebració, per la qual cosa és bo utilitzar una sortida agraïda.

Preguntes o frases inacabades per a les rondes de sortida:

- Una cosa que he gaudit avui ha estat...
- Una de les coses que he après avui ha estat ...
- Una cosa que m'enduc del cercle d'avui és ...

Col·lecció d'imatges:

Preparar una col·lecció d'imatges sobre una temàtica determinada: sabates, maletes, camins, finestres, etc. Posar-les a terra enmig del cercle. Tothom les observa i en tria una com a metàfora per expressar i comunicar com tanca la sessió. Algunes preguntes adients podrien ser:

- Amb quines sabates te'n vas?,
- Què te'n duus dins de la maleta? etc

Altres formes d'acabar un cercle

Afirmació de la piràmide

Feim que tots estiguem molt a prop (ajuntam les cadires el màxim que puguem) en el cercle.

La primera persona s'aixeca i avança, estén la mà dreta i diu una cosa que ha apreciat de la sessió. Una altra persona avança i col·loca la mà dreta sobre la primera i afegeix la seva pròpia afirmació positiva sobre la sessió.

Una altra passa endavant i així successivament fins que tothom hi hagi dit la seva i tinguem totes les mans apilades una sobre l'altra.

Per acabar, demana al grup que, contant fins a tres, aixequin tots alhora els braços i desfacin la unió creada: "1, 2, 3 amunt els braços!" I retrocedeixin al lloc original del cercle inicial estenent la bona voluntat i el sentiment de tothom.

El fil màgic

1. Ens organitzam en un cercle proper (cadires properes les unes amb les altres). El facilitador explica que té un cabdell a les mans, un cabdell invisible!
2. Agafant el final del fil de llana imaginària, el facilitador llança el cabdell invisible a alguna persona del cercle i li diu alguna cosa que aporta a la sessió o a l'equip (p. ex.: entusiasme, sentit de l'humor, etc.)
3. La següent persona agafa una secció del fil i llança el cabdell a algú dient el que aporta al grup.



3. La següent persona agafa una secció del fil i llança el cabdell a algú dient el que aporta al grup.
4. Això es repeteix fins que tothom ha tingut el cabdell i es teixeix una xarxa sòlida entre tot el grup.
5. Finalment, el cabdell torna al principi i tothom es retira suaument encara amb el fil invisible a la mà. El facilitador fa un comentari sobre la força de la connexió, el fet que si una persona falla el fil els atraparà perquè tothom és important per mantenir la xarxa, etc.
6. Com a toc final, és bo imaginar que es llança la xarxa a l'aire comptant enrere: 3, 2, 1 (com elevar un paracaigudes a l'aire en un joc de paracaigudes) i imaginar-ho per sobre de tots, com a xarxa de suport per convocar-la quan sigui necessari.

Cartells d'afirmació

Aquesta activitat és molt interessant a final de curs, quan els participants ja es coneixen millor.

1. Prepara fulls A4 de colors.
2. Convida tothom a escriure el seu nom al full i a enganxar-se'l a l'esquena. Cal cooperar per ajudar que tothom s'enganxi el seu full a l'esquena.
3. Demana a tothom que (en els fulls que tenen enganxats a l'esquena) vagin escrivint comentaris que expressin quelcom positiu sobre aquesta persona (quelcom positiu que identifiquin en ella), per exemple: ets molt divertida, agradable, pacient, alegre, etc.
4. Recorda que seria dolorós i destructiu trobar un comentari negatiu en el full, només valen els comentaris positius.

5. Quan tothom hagi escrit en els fulls de tothom, permet que cadascú llegeixi el seu propi full i, tal vegada, si ho volen, que expliquin com se senten després d'haver-lo llegit. És tot un repte acceptar tanta afirmació.

Les persones poden arribar a emocionar-se molt al final d'aquesta dinàmica.

Una abraçada

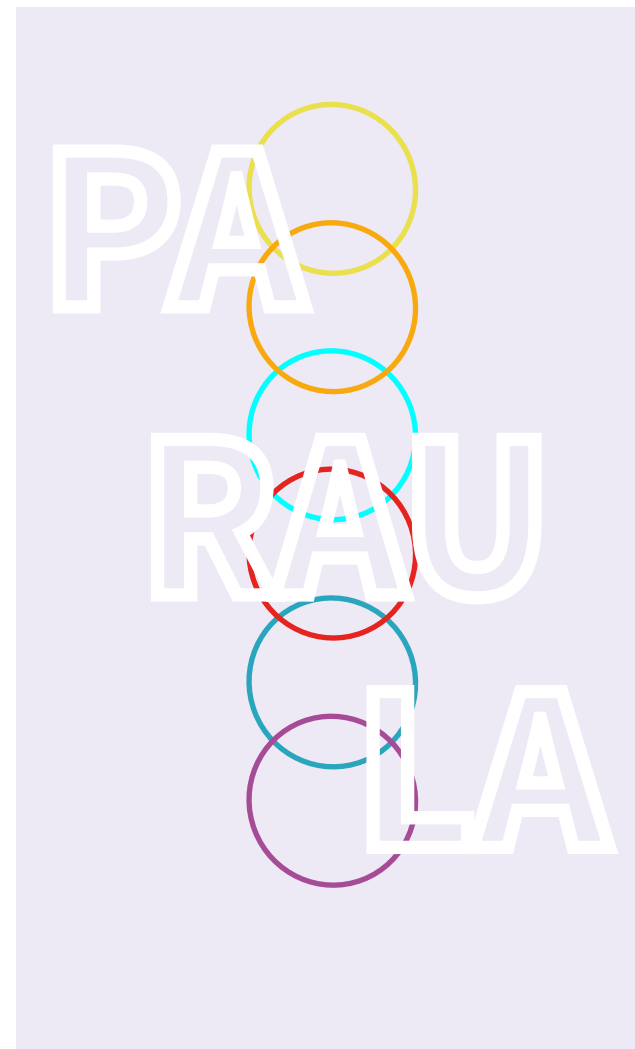
Si veus que el grup se sent prou segur i en un ambient de confiança, pots tancar el cercle simplement fent que tothom uneixi les mans o, fins i tot, fer una abraçada de grup. Pot ser bo quedar-se abraçats durant un minut o dos, en silenci, facilitar el contacte visual i regalar somriures.

Una paraula final

No deixis de fer mai la ronda final.

Si no tens temps, pots convidar tothom a dir només una paraula, per exemple:

- Una paraula que resumeix com et sents després d'aquest cercle
- Una paraula que resumeix la teva experiència en aquest cercle



**Temps de cercle dissenyats per temes**

Quan ja tenguis assimilada la planificació dels temps de cercle, és possible que vulguis fer-ne de més sofisticats i, per exemple, desenvolupar un mateix tema en totes les fases que inclou. Aquests són alguns models que et poden ser útils.

Tema: Sentiment de pertinença**RONDA D'ENTRADA**

Distribueix les targetes d'emocions enmig del cercle per utilitzar-les com a suport.

Pregunta: Quan sent que pertany a algun lloc, em sent _____

MESCLA

Bufo el vent per a tots aquells que ... (pàgina 19)

Toc de tambor: finalitza en el número que t'interessi per al treball en grups petits (pàgina 43)

ACTIVITAT PRINCIPAL

Tècnica principal: Imatge congelada (pàgina 25)

Pren-te temps, per torns, perquè tot el grup pugui mostrar les seves imatges o escultures a la resta del grup.

· REFLEXIÓ: No t'oblidis de comentar i compartir les idees que hagin sortit a cada grup o en el grup gran amb la pregunta: Una cosa que he après d'aquesta activitat ha estat ...

ACTIVITAT ENERGITZANT O JOC COOPERATIU (Si cal i si hi ha temps)

123, bon joc cooperatiu (pàgina 27)

RONDA DE TANCAMENT

En una paraula: Una cosa que m'enduc de l'experiència de cercle d'avui _____

**Tema: Sentit de l'humor****RONDA D'ENTRADA**

Em dic _____

i una cosa que m'ha fet riure últimament ha estat _____

MESCLA

Completa la imatge (pàgina 43)

ACTIVITAT PRINCIPAL

Tècnica: cercles concèntrics (pàgina 21)

Pregunta 1. Quina ha estat la darrera situació en què vas necessitar tenir sentit de l'humor?

Pregunta 2. Com ajuda a la feina tenir sentit de l'humor?

· REFLEXIÓ: No t'oblidis de promoure la reflexió i compartir les idees que hagin sortit a cada grup o en el grup gran amb la pregunta: Una cosa que he après d'aquesta activitat ha estat ...

ACTIVITAT ENERGITZANT O JOC COOPERATIU (Si cal i si hi ha temps)

Passar un globus (pàgina 46)

RONDA DE TANCAMENT

En una paraula: Una cosa que m'enduc de l'experiència de cercle d'avui _____

Tema: Amor**RONDA D'ENTRADA**

Em dic _____

una cosa que m'agrada fer quan no estic fent feina o a l'escola és _____

MESCLA

Bufa el vent per a tots aquells i aquelles que (pàgina 19) _____

o

Aquí sec, a la gespa! (pàgina 43)

ACTIVITAT PRINCIPAL

Tècnica: piràmide (pàgina 23)

En parelles: Definiu amor. Després en grups de 4, després en grups de 8.

· REFLEXIÓ: No t'oblidis de facilitar que es comparteixin les idees que hagin sortit a cada grup o en el grup gran amb la pregunta: Una cosa que he après d'aquesta activitat ha estat...

o

Quines habilitats necessitam per treballar en parelles, en grups de 4 i en grups de 8 per aconseguir el nostre objectiu?

Com afecta la manera com ens comunicam i discutim el tema en els grups a la nostre definició d'amor

ACTIVITAT ENERGITZANT O JOC COOPERATIU (Si cal i si hi ha temps)

T'estim però no puc somriure (pàgina 45)

RONDA DE TANCAMENT

El que m'enduc d'aquest cercle d'avui és _____

**Tema: Positivitat****RONDA D'ENTRADA**

Em dic _____

i les meves vacances preferides han estat _____

MESCLA

Parelles d'animals (pàgina 43)

ACTIVITAT PRINCIPAL

Metodologia: cercles concèntrics (pàgina 21)

Pregunta 1. Comparteix un record positiu i com et va fer sentir.

Pregunta 2. Pensa en algú que hagi estat una influència positiva per a tu. Com ho ha fet?

Pregunta 3. Com penses que tu podries tenir una influència positiva en alguna persona del teu voltant?

· REFLEXIÓ: No t'oblidis de facilitar que cada grup comentí les idees que han anat treballant amb la pregunta: Una cosa que he après d'aquesta activitat ha estat _____

ACTIVITAT ENERGITZANT O JOC COOPERATIU (Si cal i si hi ha temps)

Recompte (pàgina 29)

RONDA DE TANCAMENT

El que m'enduc d'aquest cercle d'avui és _____

o

Una cosa que he gaudit d'aquest cercle ha estat _____