

| | |
|--|----|
| Contenidos y actividades de la segunda sesión..... | 3 |
| Actividad 1. Círculo inicial..... | 3 |
| Actividad 2. Círculo sobre círculos | 3 |
| Actividad 3. Diseño de círculos | 4 |
| Actividad 4 Mezcladores y energizantes..... | 6 |
| Actividad 5 Repasamos la escucha..... | 7 |
| Actividad 5 Hoja de reflexión | 8 |
| Actividad 6. Conversación restaurativa..... | 8 |
| Actividad 7 Cierre de la sesión | 11 |

El enfoque restaurativo y los círculos ©
2021, Asun Gallardo y Vicenç Rullán.

Licencia [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) 

Contenidos y actividades de la segunda sesión

Actividad 1. Círculo inicial

Vamos a proponer una pregunta con formato de frase incompleta, a fin de favorecer respuestas concisas.

Imagínate que tienes una máquina del tiempo: puedes ir al pasado o al futuro y después volver. Si tuviera una máquina del tiempo me iría a ... porque ...

Actividad 2. Círculo sobre círculos

Formamos grupos de entre 5 y 7 participantes para que, en salas separadas hagan un círculo sobre los círculos de diálogo. Cada círculo tiene una facilitadora, así como una secretaria, que toma notas de las respuestas a la tercera pregunta.

Una vez en la sala, se eligen una facilitadora y una secretaria. Se toma nota del orden de intervención y se inicia el círculo, en el que no incluimos ni pregunta inicial ni de cierre, sólo las preguntas del tema del círculo.

1. *Brevemente, comparto qué tipos de círculos he facilitado desde la última sesión o en otros momentos*
2. *Cosas que me quedan claras sobre los círculos, a partir de mi práctica y reflexión*
3. *Aspectos que me generan dudas o que necesito practicar*

Al regresa a la sala común haremos una puesta en común, con dos preguntas:

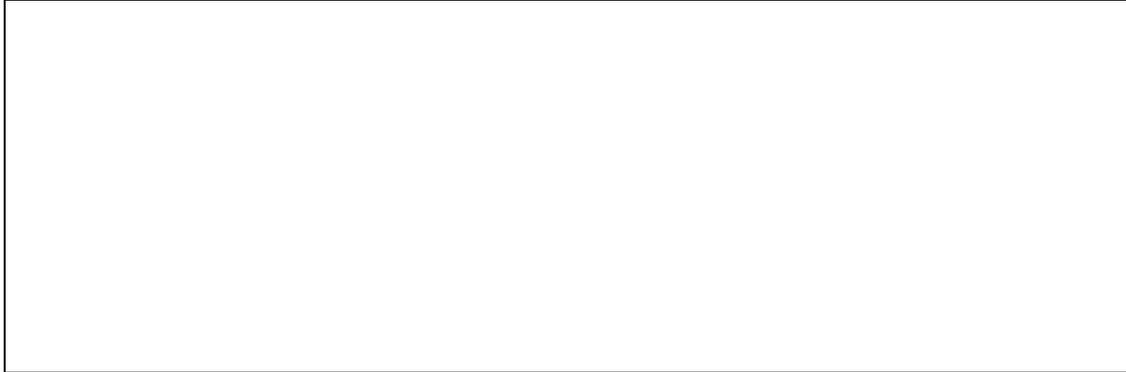
- *Una cosa que quiero comentar sobre el círculo en el que he participado (Sólo quien quiera hacer un comentario breve)*
- *Notas tomadas sobre la 3ª pregunta (Interviene sólo la representante de cada grupo)*
-

Después de la sesión agruparemos las dudas en varios bloques para ver de qué forma las respondemos.

¿Qué objetivos tiene esta actividad?

- Compartir en pequeño grupo los círculos que se han puesto en práctica.
- Poner en común aspectos que se tienen claros sobre los círculos
- Listar dudas sobre la facilitación de los círculos
- Practicar la facilitación de círculos

- Continuar usando una metodología relacional para trabajar los contenidos del curso. Tenemos el objetivo de trabajar a la vez la tarea y el clima. Por ejemplo, reflexionar sobre los círculos y a la vez fomentar la cohesión grupal, la confianza, la participación, la escucha, etc.



Actividad 3. Diseño de círculos

En la sesión anterior presentamos muy brevemente un esquema, a modo de plantilla, propuesto por Belinda Hopkins y que podemos encontrar en el libro "[Tiempo de Circulo](#)".

| | |
|-----------------------------------|--|
| Ronda de entrada | Una pregunta sencilla, con el objetivo de romper el hielo, conocernos mejor, fomentar la complicidad |
| Dinámica para mezclarnos | Actividad lúdica que nos hace cambiar de sitio, de manera que trabajamos con compañeros nuevos |
| Tema o actividad principal | Una o más preguntas que promueven la reflexión. Se utilizan diversas dinámicas para responder |
| Dinámica energizante | ¡No vamos a estar hablando todo el rato! Hagamos un juego que nos haga reír, cargue baterías y nos una un poco más |
| Ronda de cierre | Una pregunta de valoración del círculo: algo que me llevo, o que me ha gustado, o que he aprendido, ... |

En este momento nos queremos centrar en el tema o actividad principal.

En el libro citado, Belinda Hopkins propone, entre otros temas, trabajar en círculo los valores fundamentales necesarios para funcionar en un grupo: respeto, escucha, consideración, participación, etc.

Nosotros hoy nos centraremos en diseñar el tema central de un círculo, procurando crear preguntas que sean adecuadas al tema y faciliten la participación.

¿Cómo deben ser las preguntas para que funcionen bien en un círculo?

Algunas características:

- Abiertas (no cerradas)

- No excesivamente amplias
- Sugerentes
- En algunos casos, que requieran una respuesta no-verbal
- A veces, con apoyo gráfico
- Orientadas al objetivo que nos proponemos

Diferentes dinámicas para preparar y responder a las preguntas del círculo

Aunque con frecuencia las preguntas se responden utilizando rondas de círculo, hay otras dinámicas que nos pueden ayudar.

En el libro de Belinda Hopkins sobre círculos se pueden consultar diferentes dinámicas *negativo contra positivo; círculos concéntricos; pirámide; piensa, habla y comparte e imágenes congeladas*

Una de las que utilizaremos con frecuencia es la de hablar por parejas sobre la pregunta, antes de hacer una puesta en común en círculo. Esta dinámica permite que los participantes en el círculo reflexionen sobre la pregunta y estén mejor preparados para compartir su respuesta con el grupo.

Diseñemos el tema central de un círculo

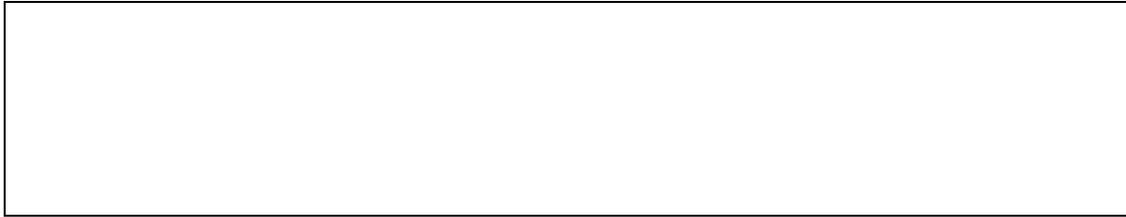
Vamos a formar grupos. Cada grupo diseñará un círculo. Puede tener diferentes objetivos:

- Recoger ideas (Título: *¿cómo podríamos mejorar los tiempos de patio en nuestro centro?*)
- Parte de una materia académica (sobre aprendizajes realizados en un tema, dudas que han surgido, etc.; comentario sobre un libro de lectura obligatoria)
- Trabajar un valor, refiriéndolo al grupo clase (Título: *“la amistad”, “el respeto”, “la participación”, etc.*)
- Para hablar sobre cómo va el grupo
- Parte de un taller de prevención del acoso o para promover la ayuda entre iguales
- Reflexión sobre la figura de la delegada de clase, previa a la elección
- Sobre algún momento que puede generar conflictos: la vuelta del patio, comportamiento en el comedor, preparación de una actividad novedosa, etc.
- ...

Una vez hayáis elegido un título, preparad tres o cuatro preguntas que permitan conseguir el objetivo del círculo. Procurad que las preguntas tengan una buena formulación y sigan un orden que permita conseguir el objetivo que nos proponemos.

Para la puesta en común, dos o tres grupos compartirán su círculo, a fin de poder comentarlo.

Si tenéis ocasión, poned en práctica alguno de los círculos diseñados y ya nos contaréis cómo os ha ido.



Actividad 4 Mezcladores y energizantes

Introducción

En el esquema propuesto por Belinda Hopkins no sólo hay preguntas, sino también juegos, que tienen las funciones de mezcladores y/o energizantes.

Un mezclador es una dinámica que hace que los participantes en el círculo se cambien de silla, de manera que se van sentando al lado de diferentes compañeros. Esto nos sirve para que todos compartan actividades con todos, y así favorecer la inclusión de todos en el grupo y cohesión grupal.

Un energizante sirve para cambiar por un momento la energía del grupo, creando un momento de humor y ligereza. Trabajamos juntos y reímos juntos.

Muchas de las dinámicas que utilizamos como mezcladores tienen también una función energizante, y viceversa.

Presentamos dos tipos de dinámicas:

- Ensalada de frutas (naranjas, limones, frutas). Variaciones: fresa, chocolate, helado; camisa, zapatos, ropa; etc.) En este juego, los afectados se levantan y se cambian de sitio.
- El viento sopla para quien ... (tenga el pelo largo). Variaciones: Me gusta, me gusta ...; Yo nunca, nunca he ...; etc. En este juego, también se cambian de sitio. La diferencia es que falta una silla y por tanto alguien se queda sin silla, pasa en medio y propone una nueva condición (“el viento sopla para quien ...”)

Actividad en pequeño grupo

Formamos grupos y proponemos estos temas de conversación:

- ¿Qué aportan los mezcladores y energizantes? ¿Los utilizas o vas a utilizar en los círculos?
- ¿Has utilizado otros, además de los que hemos comentado antes? ¿Cuáles?

Para poner en común, vamos a pedir que:

1. Quien haya utilizado mezcladores en círculos escriba su nombre en el chat
2. Preguntaremos a algunas de estas personas que nos describan brevemente qué tal les han funcionado

Objetivo de la actividad en pequeño grupo

Como en otras ocasiones, podríamos conformarnos con dar una lista de mezcladores y energizantes. La actividad en pequeño grupo tiene como objetivo ofrecer la posibilidad de hablar sobre estas dinámicas en pequeño grupo, así como continuar favoreciendo la cohesión y colaboración en el grupo, esenciales para un buen trabajo en equipo.

Actividad 5 Repasamos la escucha

Introducción

Escuchar es fundamental. Nos permite conectar con las otras personas desde la curiosidad y el respeto, valorando el punto de vista de cada persona. Por bien que una persona escuche, siempre hay aspectos en los que puede profundizar, pequeñas modificaciones que cambia mucho la calidad de la escucha.

En esta formación vamos a dar por supuestas las actitudes y competencias de escucha básicas, ya que se han trabajado en la formación en mediación. Por ello vamos a llevar a cabo actividades breves de refresco que más tarde enlazaremos con la escucha necesaria para apoyar la transformación de los conflictos.

Actividades

1. Formaremos parejas. En primer lugar, cada uno pensará individualmente en situaciones en las que no se siente escuchado/a. ¿Qué vemos que hace la otra, que nos lleva a sentir que no nos escucha? A continuación, lo compartimos con nuestra pareja.
2. De vuelta al gran grupo, escribimos en el chat uno o más comportamientos que nos hacen sentir no escuchadas.
3. Respondemos entre todos a “una cosa que fomenta una buena escucha”
4. Nos centraremos brevemente en dos formas de responder cuando escuchamos:
 - Intervenciones mínimas para mostrar que escuchamos y animar a seguir (asentimiento, sonidos tipo “mmh”, “¿qué más?”, “¿alguna cosa más?”
 - Parafraseo

Actividad 5 Hoja de reflexión

Formamos parejas

1. En un primer momento, cada participante piensa en una situación conflictiva real que le afecte en primera persona. Por ejemplo, una discusión con un compañero, un malentendido que se ha complicado, un dilema sobre cómo actuar en una situación, etc. Con esta situación rellena la hoja de reflexión que se haya al final del documento. Tiempo estimado: 5 minutos
2. Ahora uno de los dos es la persona que escucha y el otro el que plantea su situación. La persona que escucha va haciendo las preguntas de la hoja de reflexión y escucha con atención, utilizando intervenciones mínimas para animar a seguir. No debe juzgar, tomar partido, aconsejar, etc., sólo escuchar e ir formulando las preguntas, hasta llegar a la última. Tiempo estimado: 8-10 minutos.
3. Si os sobra tiempo, podéis cambiar de rol.

Al volver a la sala grande hacemos una puesta en común sobre qué aporta esta hoja de reflexión.

Objetivo de la actividad

Esta actividad está a caballo entre la escucha y la conversación restaurativa, de la que trataremos el próximo día. Antes de empezar a conversar sobre conflictos de otras personas (alumnos), empezamos por una práctica con un conflicto propio.



Actividad 6. Conversación restaurativa

Introducción

En la última sesión presentamos una conversación a partir de una hoja de reflexión. Tras la sesión recomendamos ver un vídeo sobre la conversación restaurativa.

La conversación restaurativa es una entrevista en la que utilizamos como guía las preguntas restaurativas.

| | |
|---|---|
|  <p>ASSOCIACIÓ DE JUSTÍCIA I PRÀCTICA RESTAURATIVA</p> <p>AUTOR</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué ha pasado? 2. ¿Qué pensabas en ese momento? 3. ¿A quién ha afectado el incidente? 4. ¿Cómo crees que le ha afectado? 5. ¿Qué piensas ahora de lo que ha pasado? 6. [¿Qué podrías hacer para mejorar la situación?] <p>www.practicarestaurativa.org</p> |  <p>ASSOCIACIÓ DE JUSTÍCIA I PRÀCTICA RESTAURATIVA</p> <p>RECEPTOR</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué ha pasado? 2. ¿Cómo te sientes en relación con lo que ha ocurrido? 3. ¿Cómo te ha afectado, a tí y a otras personas? 4. ¿Qué ha sido lo más difícil para tí? 5. ¿Qué necesitas que pase a partir de ahora? <p>info@practicarestaurativa.org</p> |
|---|---|

Aunque no es imprescindible utilizar exactamente estas preguntas, sí es importante que se respeten [cinco principios restaurativos](#) enunciados por Belinda Hopkins y explicados en este documento.

Además, es necesario que las preguntas se formulen desde la curiosidad, no desde el juicio y la culpabilización. Sabemos que la respuesta natural a un ataque es la defensa. En el caso de una entrevista con un tono culpabilizador, las reacciones normales son: encerrarse en el silencio, buscar excusas o proyectar la culpa en otras personas.

Ejercicio

Por parejas:

- Una de las participantes adoptará el rol de una persona en conflicto, sea porque con sus acciones ha causado malestar a otros (autor) o porque ha experimentado malestar a causa de las acciones de otra persona (receptor).
- La otra participante le formula las preguntas restaurativas, sean de autor o de receptor, según sea el caso.

Proponemos varios casos:

1. Un padre o madre se queja de que molestan a su hijo y el centro no hace nada. Le entrevistamos siguiendo las preguntas del receptor.

Al final de la entrevista podemos indicarle que hablaremos con su hijo para ver de saber qué está pasando y, si cabe, abriremos un protocolo de acoso. Le informaremos una vez hayamos intervenido.

2. Un compañero que nos cuenta que una clase le ha ido mal. Está de acuerdo en que le escuchemos, sin aconsejarle, al menos de momento. Aplicaremos, sobre todo, las preguntas del receptor, sin descartar algunas de autor.
3. Un alumno ha agredido a otro porque siempre le está molestando o había esparcido rumores. Utilizaremos sobre todo las preguntas del autor, sin descartar utilizar alguna de receptor
4. Un alumno ha sido agredido por otro. Es posible que a su vez él le estuviera molestando. Por ejemplo, no dejándole entrar en clase, haciendo comentarios sobre su ropa o esparciendo rumores. Le haremos una mezcla de preguntas de receptor y de autor

5. Un caso de vuestro centro

Recomendamos que la persona entrevistada actúe con naturalidad, como si a él o ella le hubiesen ocurrido los hechos. No se trata de ganar ningún concurso teatral, sino de hacer una práctica sobre el uso de las preguntas restaurativas.

Puesta en común

1. De vuelta a la sala común, formaremos nuevos grupos de tres para que comenten durante cinco minutos su experiencia en el ejercicio anterior:
 - Cómo se han sentido o algo que han pensado
 - Una dificultad o duda que han encontrado
 - Algo que han aprendido
2. En gran grupo pediremos a algunas participantes que compartan algo que les ha llamado la atención sobre la conversación restaurativa.

La entrevista Pikas para situaciones de acoso escolar

El psicólogo Anatol Pikas desarrollado en los años '90 del siglo pasado un tipo de entrevista no culpabilizadora para conseguir que los participantes en una situación de acoso escolar empatizaran con la persona que sufre y propongan formas de ayudarla. Es decir, es una entrevista que transforma el rol del que molesta a un rol de apoyo.

Este tipo de entrevista es muy coherente con el enfoque restaurativo. Puedes encontrar una breve explicación sobre cómo realizar esta entrevista, [aquí](#)

¿Qué puede aportar la conversación restaurativa?

- Permite reflexionar sobre lo ocurrido, personas afectadas, consecuencias, necesidades de reparación y acciones reparadoras.
- Es como si viésemos hechos "ahí a fuera", con lo que los podemos observar con más detenimiento
- Ayuda a la persona entrevistada tener una visión más completa de lo que ha ocurrido.
- Apoyo alumnos con pocas competencias de empatía o con pocos recursos para pensar formas diferentes de actuar y llevarlas a cabo.

Recomendaciones acerca de la conversación restaurativa

1. Si no tenemos mucha experiencia en este tipo de conversaciones es conveniente empezar por conversaciones sencillas, que no tengan una gran carga emocional. No empezemos por el caso más complejo posible y con el que hayan fallado todas las intervenciones anteriores.
2. Se recomienda empezar a usar las preguntas de la tarjeta, sin grandes cambios, hasta que hayamos practicado y por tanto comprendido mejor los principios en los que se basan.
3. Más adelante, podemos utilizar este tipo de conversación para realizar una mediación.

La conversación restaurativa dependiendo del desarrollo madurativo

Las preguntas restaurativas nos aportan una rica variedad de posibilidades de exploración y reflexión sobre lo que ha sucedido, el impacto emocional en otras personas, vías de solución etc.

Este tipo de conversación requiere de los alumnos un desarrollo madurativo, especialmente en el lenguaje que no está al alcance de todo el alumnado de infantil y primaria. A fin de poderla aplicar con alumnos de educación infantil y primeros cursos de primaria seguramente será necesario simplificar y reducir las preguntas.

Por ejemplo, centrándonos en sólo algunas de las preguntas:

- *¿Qué ha pasado?*
- *¿Cómo te has sentido?*
- *¿Qué puedes hacer? / ¿Qué quieres que haga (la otra persona)?*

Otra adaptación puede consistir en el uso de apoyos visuales para complementar la expresión o la comprensión del lenguaje, como en [este ejemplo](#). Es conveniente que los apoyos gráficos se consensuen y trabajen con el grupo.



Actividad 7 Cierre de la sesión

Una cosa con la que me quedo de esta sesión