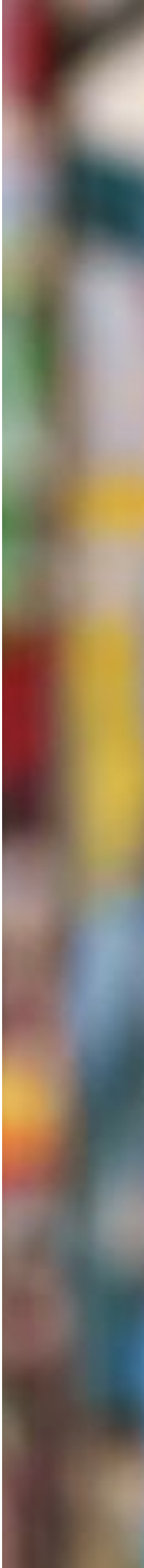
Guías del IES Miguel Catalán

Nº 1

Noviembre 2022

Guía para facilitar círculos de diálogo



IES MIGUEL CATALÁN COSLADA

EDICIONES EL VIENTO SOPLA

Guía para facilitar círculos de diálogo

Equipo de convivencia del IES Miguel Catalán (Coslada)

EDITORIAL EL VIENTO SOPLA
elvientosoplamc@gmail.com

Coslada, Noviembre 2022

Licencia CC BY-NC-SA

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.

No se permite un uso comercial de la obra original ni de las posibles obras derivadas, la distribución de las cuales se debe hacer con una licencia igual a la que regula la obra original.

Índice

Qué es un círculo

Qué no es un círculo

Principios básicos de los círculos

La estructura del círculo

- Presentación
- Entrada o check in
- Mezclador
- Tema
- Reflexión
- Salida o check out

Preparación del círculo

- Las personas
- El espacio
- Las preguntas
- La participación

Facilitación del círculo

Después de facilitar el círculo

El grupo autogestionado

Esta guía está destinada a todas las personas que queréis aprender a **facilitar círculos** en vuestras clases, con familias, con docentes o en cualquier otro foro.

Contiene toda la información básica que tienes que tener antes de comenzar a facilitar círculos con grupos.

Conocer esta información no te permitirá hacerlo con destreza desde el principio, pero es necesario que conozcas todo esto antes de lanzarte a facilitar. A partir de ahí será la práctica lo que te vaya haciendo sentir más seguridad y facilitar círculos como más destreza.

Mucho ánimo y a por ello.

Qué es un círculo

Un círculo de diálogo es una **práctica restaurativa** cuya finalidad es promover un diálogo organizado en un grupo. La perspectiva que aporta cada persona en el grupo es valiosa y el diálogo debe contar con las voces y puntos de vista de todas las personas.

El diálogo que se produce en un círculo se orienta a reforzar los **vínculos interpersonales** y a cohesionar el grupo. En ocasiones se centra en el conocimiento mutuo, pero también puede ser útil para identificar problemas, detectar necesidades, promover responsabilidades y orientarse a la transformación de alguna situación.

Un círculo es una forma de trabajo basada en hacer las cosas de forma conjunta, **con las personas** y no para las personas. Si queremos que un grupo sienta como propio su aprendizaje el círculo nos puede ayudar.

Qué no es un círculo

Un círculo no es una mera disposición circular, la forma en que nos sentamos es importante pero el círculo viene definido por la forma de participar, la forma de comunicarnos y de establecer interdependencia positiva entre las personas.

Si quieres dar una charla o hablarle a un grupo podemos sentarlos en círculo, pero eso no es un círculo. Hacemos un círculo para que todo el mundo participe, hacemos un círculo cuando queremos reflexionar en común. El protagonismo de un círculo reside sobre las personas que lo forman no sobre una o varias personas que llevan la voz cantante.

Principios básicos de los círculos

Los objetivos de un círculo varían en función del tema que queréis abordar, pero todos los círculos de diálogo se basan en cuatro principios básicos:

- **Interdependencia positiva**
- **Participación equitativa**
- **Responsabilidad individual**
- **Comunicación eficaz**

Características de los círculos de dialogo

Interdependencia positiva

Buscamos generar vínculos entre las personas que forman parte del círculo. Compartir nuestros sentimientos, nuestras reflexiones sobre temas que nos interesan, sobre cómo nos afectan las cosas que nos ocurren es una buena manera de construir vínculos dentro de un grupo.

Participación equitativa

El círculo pertenece a todas las personas que lo forman de modo que la participación debe contar con todas las personas. La forma de facilitar la participación debe permitir que todas las personas que forman el círculo tengan la oportunidad de hablar en algún momento, por tanto cada persona debe tener su turno para utilizarlo como considere más oportuno, para expresar lo que tenga que decir o para dejarlo para más adelante.

Responsabilidad individual

El diálogo que se produce en el círculo nos compromete con el bienestar común, pero ese compromiso se construye desde la responsabilidad individual de cada una de las personas que componen el círculo. La lógica restaurativa busca que las personas asuman responsabilidades para poder generar cambios, se hayan producido problemas previos o se estre construyen algo común.

Comunicación eficaz

Hablamos de comunicación eficaz cuando cualquier persona puede expresarse de manera adecuada y puede ser escuchado con respeto y en un ambiente de seguridad, sin ser juzgado. En los círculos podemos expresar cualquier cosa, pero debemos aprender a hacerlo de forma que permita expresar cómo nos sentimos o pensamos sobre algo sin escalar el conflicto. Por otro lado, promovemos la escucha respetuosa de las aportaciones de las demás personas.

Para garantizar estos principios el círculo debe ser facilitado por una o varias personas, La labor de facilitación debe tener como objetivo generar un **espacio de seguridad**, en el que las personas puedan vincularse, la comunicación pueda ayudarnos a construir y se puedan transformar situaciones gracias al compromiso de sus miembros.

Cualquier persona que facilite un círculo debe conocer estos principios, pero además, debe conocer la **estructura de un círculo**, cómo se prepara, cómo se facilita y cómo se evalúa. Vamos a ello.

La estructura del círculo

1. Presentación
2. Entrada o check in
3. Mezclador
4. Tema
5. Reflexión
6. Salida o check out

Presentación

La finalidad de la presentación es hacer explícito el objetivo del círculo, contar qué es lo que vamos a trabajar para que todas las personas que participan tengan claro el sentido del encuentro. Esta presentación debe ser breve, para que en seguida pueda iniciarse la participación. Junto con el objetivo podemos añadir información sobre el funcionamiento del círculo si el grupo no está acostumbrado a participar en círculos. Alguna de la información que solemos incluir es:

- Todas las personas de este círculo van a poder hablar. Todas las aportaciones son muy valiosas y cada persona va a tener tiempo para exponerlas.
- Vamos a utilizar un objeto para hacer uso del turno de palabra, de modo que solo puede hablar quien lo tenga en ese momento, el resto escuchamos.
- Si te llega el turno y prefieres no participar puedes hacerlo, y si decides participar puedes compartir lo que quieras.
- Si vemos que tu manera de expresarte puede ser ofensiva para otras personas te vamos a ayudar a que te puedas expresar libremente, pero de forma cuidadosa con los demás.
- El círculo es de todos y de todas y es nuestra responsabilidad que funcione adecuadamente.

Entrada o check in

Se trata de una pregunta de inicio para comenzar la reunión de una manera más agradable. Son preguntas que nos pueden ayudar a conocernos mejor y a ir compartiendo algunos aspectos de nuestra vida que normalmente no compartimos. Cuando un grupo hace un círculo por primera vez solemos presentarnos cada uno y responder a una de las preguntas de entrada.

Mezclador

El mezclador o mixer es un juego para soltar energía y mezclar a las personas en el círculo y evitar que las personas más cercanas se sienten juntas y de esta manera puedan atreverse a sentarse junto a otras que conocen menos. La idea es facilitar de una manera divertida que cualquier persona del grupo pueda sentarse junto a personas con las que inicialmente no se sentaría.

Tema

El tema es el núcleo central del círculo; en función del objetivo que nos hayamos marcado planteamos las preguntas que hemos diseñado en la fase de planificación para que ayuden al grupo a expresarse y compartir. Las preguntas se van planteando de una en una, pueden ser respondidas en el círculo grande o podemos hacer que se respondan previamente en parejas o incluso en grupos pequeños. En función de nuestros objetivos tenemos que pensar cómo vamos a facilitar mejor la comunicación, si hay personas que pueden sentirse más cómodas o seguras respondiendo en pareja antes de hablar a todo el grupo podemos organizarlo en dos momentos.

Reflexión

El círculo no termina con el análisis de una situación sino con un momento para reflexionar sobre lo que hemos hablado en el apartado anterior. La reflexión sobre lo ocurrido es un elemento clave en el desarrollo de un círculo y desarrolla la competencia de aprender a aprender. Puede centrarse en el autoconocimiento personal, en el proceso de aprendizaje seguido, en el proceso grupal de participación o en el propio contenido.

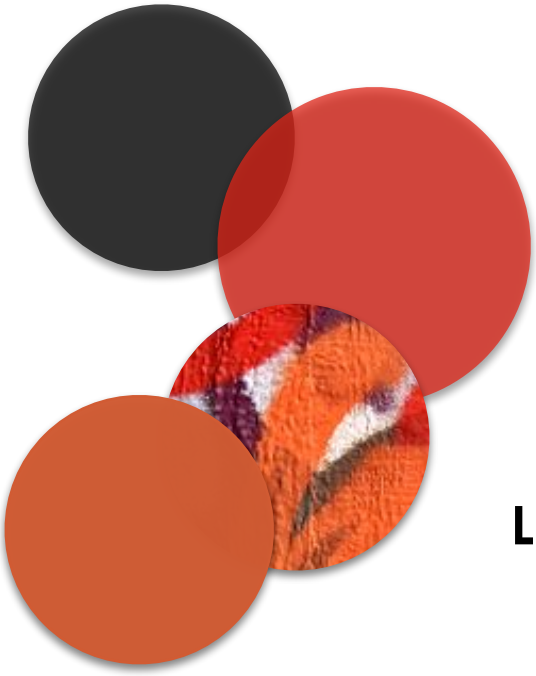
Salida o check out

La salida puede plantearse de forma lúdica para terminar con una energía positiva. Después de un proceso de concentración donde hemos estado escuchando y reflexionando durante un buen rato podemos dedicar un tiempo a soltar energía con algún tipo de actividad de distensión, como alternativa podemos pedir una palabra de cierre.

Preparación del círculo

Antes de comenzar a facilitar un círculo tienes que planificarlo, puedes hacerlo por tu cuenta o con otras personas. Esta última opción siempre es más recomendable porque así podemos pensar conjuntamente y aprender más de la práctica.

Para planificarlo tienes que tener en cuenta los siguientes factores:



Las personas

El espacio

Las preguntas

La participación

Las personas

Lo primero es saber con quién vamos a hacer el círculo, no es lo mismo un círculo con niños y niñas pequeños que con adolescentes o adultos, no es lo mismo un círculo con profesorado o con familias o con personas de la comunidad.

En términos generales cuanto más pequeños son las personas que participan menos capacidad para mantener la atención de forma sostenida y más dinámico debe ser el círculo. Por otro lado, debemos saber con cuantas personas vamos a hacer el círculo, no existe un número mínimo, pero con grupos muy numerosos la participación puede ser demasiado lenta.

Para grupos muy numerosos podemos pensar en algunas alternativas como participar en parejas y que solo hable al grupo grande una persona de cada pareja o trabajar en pecera con dos círculos concéntricos que intercambian sus puestos en cada pregunta, de forma que solo responde el círculo central.

El espacio

El espacio en el que se celebra el círculo puede ser presencial o virtual.

En caso de que sea presencial, todas las personas deben componer un círculo sentadas a la misma altura, no hay lugares especiales para quien facilita o para los adultos. Si el espacio es diáfano y solo están las personas en sus sillas o en el suelo mejor. A veces hacer esto en la clase puede ser complicado y tenemos que pensar si existe un lugar más idóneo o nos compensa reestructurar el espacio del aula para formar ese círculo.

Cuando el espacio es virtual, podemos crear salas si el grupo es muy numeroso y debemos utilizar claves orales para indicar la participación que no son necesarias en el círculo presencial, por ejemplo. "Habla A y se prepara B" y así sucesivamente.

Las preguntas

Las preguntas que formulamos son clave en un círculo. Tenemos que formular preguntas que puedan ser respondidas por todo el mundo, las preguntas no son de conocimientos o de cuestiones que solo conocen unas personas, deben ser adecuadas para todo el grupo.

Por otro lado, las preguntas deben invitar a compartir y por tanto nos interesan preguntas abiertas y no cerradas. Las preguntas cerradas invitan a elegir entre opciones predefinidas y en el círculo nos interesan las visiones particulares de cada persona.

Utilizamos muchas preguntas que hacen referencia a cómo vivimos algo y utilizamos nombres de emociones, por ejemplo, qué te preocupa, qué te ilusiona, qué temes, a situaciones vividas, por ejemplo a qué retos te has enfrentado, quién te ha ayudado a salir adelante, que te gusta mas de esta situación, que funciona peor…, También preguntas que hacen referencia a necesidades, qué necesitas o que buscan el compromiso, que vas a hacer a partir de ahora, a qué te comprometes…

La participación

Para garantizar la participación equitativa podemos utilizar un objeto que solo va a tener en sus manos la persona a la que le corresponde hablar en ese momento.

El objeto puede tener un significado simbólico para el grupo o para todos los grupos que lo utilizan. Si no contamos con objetos tenemos que conseguir que todo el mundo tenga claro cuando puede y cuando no puede participar.

Para evitar que algunas personas hablen cuando no les corresponde podemos, además, hacer un mezclador una o más veces a lo largo del círculo. También podemos recordar las normas de inicio y si fuera necesario puedes dirigirle un mensaje en primera persona con la información de cómo te afecta su disrupción. En último caso puedes invitar a la persona a que tome la decisión si es capaz de trabajar con el resto o prefiere abandonar el círculo.

Facilitación del círculo

En el caso de que seáis varias personas las que facilitéis en equipo un círculo recomendamos que no os sentéis juntas, esto os va a permitir tener un mayor dominio del espacio grupal y poder veros para coordinaros mejor. También debéis tener en cuanta algunos aspectos:

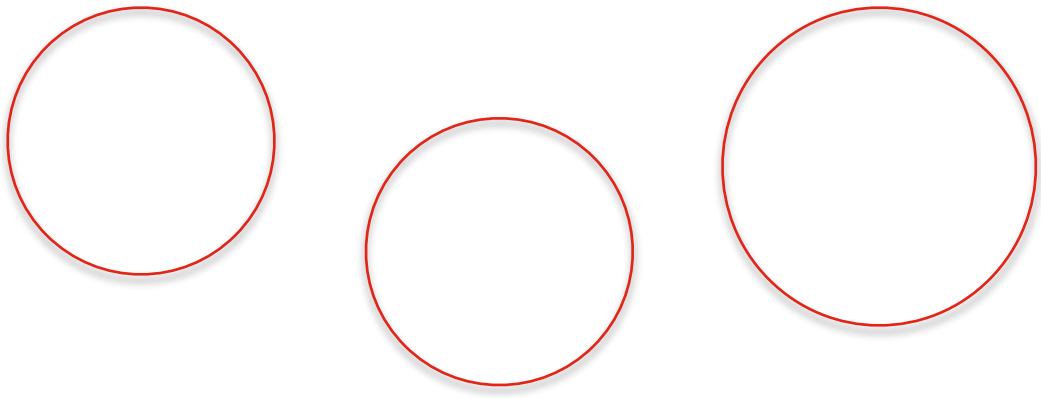
Comunicación no verbal
Facilitamos un círculo con nuestro cuerpo. NUestra postura corporal y nuestras miradas transmiten mensajes y como personas que facilitamos tenemos que comunicar de forma no verbal que nos interesa lo que dice cada persona, que valoramos sus intervenciones y que nos parece valiosa cada aportación. Esto se expresa con una postura corporal atenta y estableciendo contacto visual con cada persona según participa. Ser conscientes de lo que transmitimos con nuestro rostro y nuestro cuerpo nos puede ayudar a mostrar mas empatía.

Comunicación verbal
Iniciamos las rondas planteando las preguntas y luego intervenimos si queremos que la persona concrete o explique mejor lo que tiene que decir. Si la persona se expresa adecuadamente no es necesario decir nada. No tenemos que validar cada intervención diciendo si es interesante o no o si es valiosa o deja de serlo, pero podemos ayudar a que alguien se exprese mejor si utiliza palabras muy generales como bien, mal, regular o normal o queremos que explique mejor su intervención.

Después de facilitar el círculo

El círculo no termina cuando se ha realizado la facilitación y se han seguido todas las fases, podemos aprender mucho si nos acostumbramos a evaluar nuestra facilitación. Esta tarea se puede realizar preguntando al propio grupo para que evalúe nuestro papel, preguntándole cosas que hemos hecho bien o cosas a mejorar y podemos hacerlo en una reflexión posterior al círculo entre las personas que han facilitado.

Esta retroalimentación del grupo o esta reflexión sobre cómo nos hemos sentido facilitando y cómo lo hemos hecho nos puede ayudar mucho a mejorar en futuras ocasiones.



El grupo autogestionado

El objetivo final es que todo el grupo que participa en un círculo pueda asumir el rol de persona facilitadora y que los grupos adquieran autonomía para hablar de las cosas que les interesan sin necesidad de recurrir a personas externas que les faciliten. Esto pasa por ir asumiendo responsabilidades e ir evaluando cómo podemos hacerlo con mejor calidad. Un grupo con capacidad para autoorganizarse y crear espacios seguros de diálogo es un grupo con un gran potencial transformador, que potencia los vínculos entre las personas y que ha aprendido a cuidar de cada uno de sus componentes.

Para saber más:

De Vicente Abad, J. (2021) Convivencia restaurativa. Madrid. SM