Taller

Vivo mi adolescencia

Idea Dignidad

Objetivo

Compartir experiencias, reflexiones y retos que implica el transitar la etapa de la niñez a la adolescencia a través del diálogo y actividades de educación basada en derechos humanos.

|  |  |
| --- | --- |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Derechos humanos, sexuales y reproductivos, igualdad, adolescencia |
| Audiencia | Adolescentes |
| Facilitadores | Mónica Rojas Puente (MR)Camila Medina (CM) |
| Espacio físico | Aula, exteriores |
| Cronograma | 3 horas en 1 día |

# Cronograma

## **Día 1** – 3 horas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hora | Actividad |  |
| 11:00am – 11:15am | **A1. Abriendo el telón** | Notas: generar acuerdos con lxs adolescentes, serán los mismos en cada sesión. |
| 11:15am – 11:30am | **A2. Aviso clasificado** | Notas: usar el documento adjunto. Además se exponen los avisos clasificados y cada participante deja una nota con un post-it en cada anuncio con una retroalimentación positiva para el dueño del AVISO. Así mismo cada persona del anuncio dejará mensajes agradables para lxs otrxs personas del taller.  Recursos: R1 |
| 11:30am – 12:15pm | **A3. Mandala de la adolescencia** | Responsables: CM |
| 12:15pm – 12:30pm | **Receso, refrigerio** | Responsables: CM, MR |
| 12:30pm – 1:00pm | **A4. ¿Quién soy y quién era?** |  |
| 1:00pm – 1:35pm | **A5. Reconstruyendo mi ser adolescente.** | Responsables: CM |

Actividad

# A1. Abriendo el telón

Notas

generar acuerdos con lxs adolescentes, serán los mismos en cada sesión.

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Generar un espacio seguro para el proceso de enseñanza-aprendizaje entre las personas facilitadoras y participantes |
| Propósito | Capacitar |
| Momento | Apertura |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores |
| Técnica | Lluvia de ideas, sesión plenaria |
| Audiencia | Adolescentes, adultos, adultos mayores  **Participantes**: 5 – 30 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 15 mins  **Tiempo total**: 15 mins |
| Materiales consumibles | • Papelógrafos• Marcadores• Cinta adhesiva |
| Precauciones | • Se puede adaptar para niñas y niños utilizando dibujos, ejemplo: para el respeto de los tiempos un reloj. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 15 mins

**Paso 1**. Previamente, escriba los temas o los objetivos del taller en un papelógrafo o en una presentación ppt.

**Paso 2**. Pregunte a las personas participantes cuáles deberían ser las condiciones (acuerdos) para que se desarrolle el proceso educativo en un espacio seguro para la enseñanza-aprendizaje. Proponga reflexiones a través de preguntas como: si hablamos al mismo tiempo ¿nos escuchamos? ¿es respetuoso hablar al mismo tiempo que otra persona? Genere acuerdos básicos sobre el respeto a la opinión de las otras personas, el uso de la palabra, del celular, etc. Anote estos acuerdos en un papelógrafo mismo que será ubicado en un lugar visible durante todo el proceso educativo.

**Paso 3**. En plenaria invite a las personas participantes a exponer las expectativas que tienen del proceso educativo al que han sido convocadas y consigne las respuestas sobre un papelógrafo o una pizarra.

**Paso 4**. Coloque de manera visible el papelógrafo con los objetivos de aprendizaje y contraste con las expectativas recogidas en el paso anterior.

**Paso 5**. Indique al grupo que si alguna expectativa no puede ser resuelta en el presente proceso educativo, se lo anotará en una "Estación de parqueo" para abordarlo en otro momento (en este mismo proceso o en otro). En este espacio se incluirán, además de los temas que no vayan a ser abordados, preguntas que vayan a ser canalizadas para otras personas o instituciones o que ameriten investigación. Durante el taller vaya tachando las cuestiones se vayan resolviendo de ser el caso.

Actividad creada por Defensoría del Pueblo de Ecuador

Actividad

# A2. Aviso clasificado

Notas

usar el documento adjunto. Además se exponen los avisos clasificados y cada participante deja una nota con un post-it en cada anuncio con una retroalimentación positiva para el dueño del AVISO. Así mismo cada persona del anuncio dejará mensajes agradables para lxs otrxs personas del taller.

Adjunto

R1. aviso clasificado para adolescentes.pdf

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Conocerse y generar un ambiente de confianza y distensión entre las personas participantes del taller. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Identidad |
| Momento | Apertura, desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores, A distancia: autotutorado, A distancia: tutorado |
| Técnica | Dinámica de grupo, sesión plenaria, trabajo personal |
| Audiencia | Niños, adolescentes, adultos, adultos mayores  **Participantes**: 5 – 30 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 30 mins  **Tiempo total**: 15 mins (modificado del original) |
| Materiales consumibles | • Hojas de papel bond• Marcadores de colores• Tijeras |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 30 mins

**Paso 1**. Entregue a cada persona participante media hoja de papel bond y marcadores de colores.

**Paso 2**. Solicite que con letra suficientemente grande, realice un aviso clasificado para promocionarse a sí mismo/a en el que dice: “soy… y me ofrezco para… ”.

**Paso 3**. Una vez que todas y todos hayan elaborado su aviso clasificado, pida a un/a voluntario/a que inicie la presentación de su nombre y de su aviso y continúe hasta que todas las personas participantes lo hayan presentado siendo usted la última persona en presentarse y exponer su aviso clasificado.

**Paso 4**. Dé las gracias a las personas por su participación y dé la bienvenida al taller o a la siguiente actividad.

Actividad creada por Defensoría del Pueblo de Ecuador, adaptada de Colección de dinámicas 1: Dinámicas de presentación, J. Gómez, s.f. (http://www.webselah.com/coleccion-de-dinamicas-1-dinamicas-de-presentacion).

Actividad

# A3. Mandala de la adolescencia

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Reflexionar sobre desde dónde construyo mi adolescencia y los mandatos que hay sobre los/as adolescentes |
| Propósito | Formar |
| Temas | Igualdad, adolescencia |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula, A distancia: tutorado |
| Técnica | Trabajo personal |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 2 – 12 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 5 mins• Reflexionar: 40 mins• Integrar conocimientos: 10 mins  **Tiempo total**: 45 mins (modificado del original) |
| Materiales consumibles | • Palos de madera, tijeras, ovillos de lana de diferentes colores. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 5 mins

**Paso 1**. Se pide al grupo que se sienten en círculo. A cada integrante se le entrega dos pinchos de madera y en el medio del grupo se colocan 5 ovillos de lanas de diferentes colores y tijeras. Cada color representará uno de los siguientes ámbitos: familiar, colegio, amigxs, sociocultural y yo.

**Paso 2**. Se dan las siguientes instrucciones: “Cada uno va a construir su propio mándala. Este mándala va a ser la representación de su yo adolescente, de las personas que son ahora y, cada color de lana va a representar el ámbito familiar, el colegio, amigxs, la cultural y a su yo. Ustedes decidirán que color representa cada ámbito y qué tanto cada ámbito ha influido en las personas que son ahora. Cuando hayamos decidido el color y la cantidad de lana, vamos a construir juntxs el mándala.”

**Paso 3**. Se responden dudas y se permite a cada participante elegir el color que va a representar cada ámbito mencionado anteriormente y el largo de cada lana, según cada unx identifiqué que tanto influyen sus amigxs, familia, escuela, cultura y ellos mismo, en la construcción de su yo adolescente. Es decir, si identifico que mi familia ha influido mucho en la persona que soy, en comparación que mis amigxs, la lana que representa mi familia será más larga que la lana que representa mis amigxs.

## Reflexionar – 40 mins

**Paso 4**. Mientras lxs participantes van eligiendo los colores y tamaños de las lanas, se les invita a reflexionar a través de estás preguntas:

      • ¿De qué está construida mi adolescencia?

      • ¿Qué y quienes han influenciado en la forma en la que soy?

      • ¿De qué manera han influenciado en como vivo mi adolescencia?

      • ¿En qué cantidad han influenciado?

      • ¿Qué miembro de mi familia ha influenciado más en la persona que soy ahora y cómo?

      • ¿Qué amigx o amigxs han influenciado más en la persona que soy ahora y cómo?

**Paso 5**. Mientras se reflexiona sobre estás preguntas con el grupo, cada participante ya debe tener las lanas para empezar a construir su mándala.

**Paso 6**. Después, se dan las instrucciones de como se lo construye: se pone los palos en cruz y se empieza eligiendo el color de una lana que será el punto central. Se le dice al grupo: “Para él mándala, vamos a comenzar eligiendo un color, iniciando del centro para fuera: ¿con qué lana empezarán? Después ¿Cuál será la siguiente?” y así, hasta ir tejiendo con todas las lanas. Mientras van construyendo el mándala, se van realizando las siguientes preguntas para poder reflexionar. Pueden realizar la reflexión de manera interna y se les invita a compartir sobre sus reflexiones:

      • ¿Cómo mi familia ha influenciado en la persona que soy?

      • ¿Cómo mis amigos han influenciado en la forma que soy?

      • ¿Cómo el colegio ha influenciado en la adolescente que soy?

      • ¿Qué aspectos de la cultura y la sociedad han influenciado en la adolescente que soy?

      • ¿Cómo yo he construido la adolescente que soy?

**Paso 7**. Tras terminar él mándala y la reflexión sobre las preguntas, se le invita al grupo a ver su trabajo y a reflexionar:

      • ¿Cambiaría algo?

      • ¿Quisiera que alguien o algo tenga menos o más influencia en mí?

**Paso 8**. Tras realizar estás reflexiones, se les pide al grupo el poder compartir sus respuestas, el cómo se sintieron al identificar estos ámbitos en sus vidas y las influencias que tienen en sus vidas y de que manera.

## Integrar conocimientos – 10 mins

**Paso 9**

      • El "ser adolescente" es una construcción que hemos realizando (de manera consciente o no), con base a nuestras experiencias, relaciones, la sociedad y cultura donde crecemos y vivimos, las personas con quienes crecemos y convivimos.

      • A partir de estas relaciones, también convivimos con las expectativas sociales y culturales de cómo debemos ser adolescentes.

      • Las expectativas que tienen otras personas o la sociedad sobre como debemos ser adolescentes, puede chocar con el cómo nosotrxs queremos vivir nuestra adolescencia.

      • Tenemos la capacidad de construir el o la adolescente que quiero ser y poder validar y decidir que tanto los factores externos pueden influenciar en como ser adolescentes.

Actividad creada por Idea Dignidad

Actividad

# A4. ¿Quién soy y quién era?

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Identificar cambios entre niñez y adolescencia y cómo estoy expresando estos cambios. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Igualdad, adolescencia |
| Momento | Desarrollo |
| Modalidad | Presencial: Aula |
| Técnica | Sesión plenaria, trabajo en grupos, trabajo personal |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 1 – 10 |
| Fases | • Vincular con la experiencia: 5 mins• Reflexionar: 10 mins• Reflexionar: 15 mins  **Tiempo total**: 30 mins |
| Materiales consumibles | • cartas PERSONA, PERSONITA, hojas de papel bond, lápices. |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Vincular con la experiencia – 5 mins

**Paso 1**. En 2 mesas poner mezcladas las cartas PERSONA y cartas PERSONITA.

Inivitar a lxs adolescentes a explorar ambas mesas y buscar entre esas cartas de 1 a 4 cartas que representen:

- su niñez,

- su momento actual (adolescencia).

**Paso 2**. Pregunte mientras buscan las cartas:

- Cómo era de niña/o?

- Qué me gustaba?

- En qué creía?

- Cómo actuaba?

Y, ahora quien soy?

## Reflexionar – 10 mins

**Paso 3**. Una vez que cada participante tenga sus cartas pedirles que piensen cómo de diferentes son estas cartas, cómo cada carta lxs representa a sí mismxs en su niñez y cómo en lxs repesenta en el ahora. Si es posible encontrar diferencias.

Invite a lxs participantes a tomar nota de sus ideas y reflexiones en una hoja.

## Reflexionar – 15 mins

**Paso 4**. Pida a lxs participantes que formen pareja o grupos de 3 personas, según número de peronas. Y pídales que compartan con sus compañerxs las diferencias que han encontrado.

O, que compartan aquello que quisieran compartir con sus compañerxs de grupo.

En plenaria pregunte:

¿cómo se sintieron con el ejercicio?

¿de qué nos dimos cuenta?

¿qué cambios les llama la atención?

Actividad creada por Mónica Rojas Puente de Idea Dignidad

Actividad

# A5. Reconstruyendo mi ser adolescente.

|  |  |
| --- | --- |
| Objetivo | Reconstruir el mándala de la actividad "mándala de la adolescencia", reposicionando la influencia que tienen las personas, cultura y mi yo en como cada persona vive su adolescencia. |
| Propósito | Sensibilizar |
| Temas | Derechos humanos, identidad, igualdad, adolescencia |
| Momento | Cierre |
| Modalidad | Presencial: Aula, presencial: exteriores, A distancia: tutorado |
| Técnica | Trabajo personal |
| Audiencia | Adolescentes  **Participantes**: 2 – 12 |
| Fases | • Reflexionar: 20 mins• Reflexionar: 10 mins• Integrar conocimientos: 5 mins  **Tiempo total**: 35 mins |
| Materiales consumibles | • Ovillas de lana y mándala de la actividad "Mándala de la adolescencia". |

|  |
| --- |
| Desarrollo |

## Reflexionar – 20 mins

**Paso 1**. Con base a la actividad “Mándala de la adolescencia”, se realiza las siguientes preguntas para reflexionar: “Viendo nuestro mándala ¿hay algo que me gustaría cambiar?; ¿hay algún ámbito que quisiera que, desde hoy, tenga menos o más influencia en como soy y como me relaciono conmigo? ¿a quién quisiera poner en el centro?”

**Paso 2**. Sobre estas reflexiones, se invita a lxs participantes a reconstruir sus mándalas, según la influencia que quieran que la familia, amigxs, sociedad, colegio y ellxs mismos tengan en cómo viven y construyen su ser adolescentes. Se les da más material para esta actividad.

## Reflexionar – 10 mins

**Paso 3**. Al terminar sus mándalas, se les pregunta: "¿qué fue lo que cambiamos?, ¿qué poder tengo yo para construir la forma en la que quiero vivir?, ¿qué tan diferente es como estaba construido mi yo adolescente con el que quiero empezar a vivir?"

## Integrar conocimientos – 5 mins

**Paso 4**

      • Tenemos la capacidad para reivindicar la participación de otras personas en nuestras vidas y cuanto poder de influencia pueden tener en nosotrxs.

Actividad creada por Idea Dignidad