



Este formato de discusión, inspirado en prácticas circulares de diversas Naciones Indígenas en América del Norte, puede ser utilizado para conversaciones continuas sobre el aprendizaje social y emocional a lo largo del año. Puede ser utilizado en entornos laborales (por ejemplo, reuniones de equipos docentes) o en grupos de discusión comunitaria.

Cuando brinda espacio a su grupo para hablar regularmente sobre el Aprendizaje Socioemocional (SEL), subraya su importancia, crea oportunidades naturales para la colaboración y el pensamiento colectivo sobre cómo mejorar, y proporciona una "evaluación de la situación" para comprender mejor cómo se siente su grupo y qué apoyo adicional puede ser necesario.

Esta guía incluye:

- [¿Qué es una discusión en círculo?](#)
- [Lista de preparación](#)
- [Proceso del círculo](#)
- [Preguntas de muestra](#)

## ¿Qué es una discusión en círculo?

Miembros de Naciones Indígenas comenzaron a enseñar prácticas circulares a personas no nativas en la década de 1990, y el formato descrito aquí es una adaptación de sus procesos. Los participantes en el círculo deben ser conscientes y respetuosos de estos orígenes, reconociendo el círculo como una forma de estar arraigados en relaciones e interconexión, en lugar de una estrategia o técnica instructiva (de [Living Justice Press](#)).

Los círculos se han utilizado en entornos educativos para la resolución colaborativa de problemas, la reparación del daño y para construir comunidad y conexión. En una discusión en círculo, los participantes se sientan en un círculo. Cada persona tiene su turno para responder a una pregunta o indicación, uno a la vez y sin interrupciones o discusiones de ida y vuelta, mientras se pasa un objeto que representa la palabra que se puede hablar alrededor del círculo. Este objeto, conocido como "objeto de la palabra," se pasa de una persona a otra para señalar quién puede hablar.

El propósito de una discusión en círculo es compartir sentimientos, pensamientos e historias, y conectar con los demás. La estructura del círculo elimina la jerarquía, permite que todas las voces sean escuchadas y alienta a todos a sentir que pueden ser abiertos y honestos con el grupo. Las discusiones en círculo fortalecen la confianza y la empatía, que son fundamentales para construir relaciones. Las discusiones en círculo se pueden utilizar con diversos propósitos, desde establecer normas hasta resolver problemas, y en múltiples contextos, incluyendo reuniones de personal, aulas y discusiones fuera de un entorno escolar.

## Lista de preparación

Prepare los siguientes materiales antes de comenzar.

- Objeto de la palabra:** un objeto que se pasa alrededor del círculo y se utiliza para asegurarse de que solo una persona hable mientras los demás escuchan. Algunos grupos usan el mismo objeto de la palabra para cada círculo, otros pueden pedir a un miembro del grupo diferente que proporcione un objeto de la palabra para cada reunión, de modo que cada uno tenga la oportunidad de compartir un objeto que tenga significado para ellos. Ejemplos: un objeto encontrado en la naturaleza, una pelota suave o esponjosa, una figurina de mascota u otro objeto sensorial.
- Centro del círculo:** algo colocado en el centro del círculo para proporcionar un lugar de enfoque, una sensación de calidez y calma, o una sensación de conexión. Ejemplos: un trozo colorido de tela o una pequeña alfombra con algunos objetos pequeños como flores, plumas, velas LED, un tazón de piedras suaves, una planta o una obra de arte.
- Acuerdos compartidos:** haga un póster o una tarjeta para mostrar y consultar al comienzo de la discusión en círculo, recordando al grupo los acuerdos o normas que han desarrollado juntos sobre cómo participar durante y después de una discusión en círculo. Ejemplos: Una persona habla a la vez, habla y escucha desde el corazón, da tu atención y empatía a la persona que está compartiendo, aparta las distracciones, lo que se dice en el círculo es confidencial.
- Asientos:** mueva las sillas para formar un círculo de manera que todos puedan verse entre sí y estén al mismo nivel.

## PROCESO DEL CÍRCULO

<b>Apertura</b> (2-5 min.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● De la bienvenida a todos al círculo.</li> <li>● Establezca un tono positivo y ayude al grupo a hacer la transición desde lo que estaban haciendo antes de que comenzara el círculo. <b>Por ejemplo</b>, un simple momento de silencio, un ejercicio de respiración, una breve actividad de atención plena o la lectura de una cita relevante y la concesión de un momento para la reflexión en silencio.</li> <li>● Presente el propósito del círculo y el proceso del círculo para aquellos que son nuevos en el círculo:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ El facilitador del círculo hará una pregunta a la que todos tendrán la oportunidad de responder.</li> <li>○ El objeto de la palabra irá pasando en el círculo hacia la izquierda o hacia la derecha (no en diagonal).</li> <li>○ Todos tienen la oportunidad de hablar, pero siempre pueden optar por pasar cuando el objeto de la palabra les llegue.</li> <li>○ Solo la persona con el objeto de la palabra habla; los demás escuchan.</li> <li>○ Todos deben hablar hacia el centro del círculo, no hacia el facilitador del círculo o hacia otro individuo.</li> </ul> </li> </ul>
<b>Acuerdos compartidos</b> (2 min. si es una revisión, 10 min. si es la primera vez)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Revise los acuerdos compartidos del grupo sobre cómo "ser" en el círculo.             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Si ya han desarrollado estos acuerdos</b>, revíselos brevemente y diga algo como: <i>¿Hay algo que debemos agregar o cambiar en estos acuerdos?</i> <i>Si están de acuerdo con esta lista, den un pulgar arriba.</i></li> <li>○ <b>Si aún no han desarrollado acuerdos</b>, tómese el tiempo para hacerlo ahora. Anote las respuestas del grupo a estas preguntas: <i>¿Qué necesitas para sentirte cómodo siendo auténtico y honesto con este grupo?</i> <i>¿Qué necesitas para poder concentrarte plenamente en lo que los demás están diciendo?</i> <i>¿Qué debemos hacer todos para asegurarnos de que todos se sientan bienvenidos y valorados?</i> <i>¿Qué debemos hacer todos para asegurarnos de que todos tengan la oportunidad de compartir?</i></li> </ul> </li> </ul>
<b>Chequeo inicial</b> (La duración variará; si es necesario, sugiera limitar la respuesta a 1-2 frases)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Invite a los participantes a expresar cómo se sienten (física, mental o emocionalmente) en ese momento para que otros puedan brindar apoyo, estar conscientes y participar con sensibilidad. Si es útil, comparta una variedad de palabras o imágenes de las cuales el grupo pueda elegir para expresar cómo se sienten. Pase el objeto de la palabra para permitir que cada participante responda.</li> </ul>
<b>Discusión</b> (La duración variará según la dinámica del grupo y el tiempo disponible)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Plantee una pregunta o indicación sobre el SEL que permita a cada persona compartir su perspectiva o experiencia. A continuación, se presentan algunas preguntas de muestra para ayudarlo a comenzar.</li> <li>● Prepárese con más indicaciones de las que espera tener tiempo para discutir y establézcalas por prioridad para que pueda ser flexible si los miembros del grupo tienen más o menos que decir.</li> </ul>
<b>Chequeo final</b> (La duración variará; si es necesario, sugiera limitar la respuesta a 1-2 frases)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Invite a cada miembro del grupo a compartir un pensamiento adicional sobre lo que han obtenido de la discusión en círculo. <b>Por ejemplo</b>,             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>¿Algo que escuchaste hoy que realmente te hizo pensar?</i></li> <li>○ <i>¿Qué escuchaste hoy que vas a llevar contigo y aplicar?</i></li> <li>○ <i>¿Cómo han cambiado tus sentimientos o pensamientos desde el principio hasta el final de este círculo?</i></li> </ul> </li> </ul>
<b>Cierre</b> (2 min.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reconozca lo que sucedió durante el círculo con un mensaje reflexivo que resuma los puntos clave y promueva un sentido de pertenencia.</li> <li>● Ayude al grupo a hacer la transición a la siguiente parte de su día cerrando formalmente el círculo de una manera rutinaria. <b>Por ejemplo</b>, un simple momento de silencio, un ejercicio de respiración, la lectura de una cita y/o pasar tiempo socializando mientras disfrutan de un refrigerio.</li> </ul>

## Preguntas de muestra

Para la discusión principal durante su círculo, elija indicaciones que se ajusten al contexto y prioridades de su grupo. Considere el nivel de confianza que el grupo ha construido con el tiempo y prepare indicaciones a las que su grupo esté dispuesto a responder honestamente. También considere el nivel de experiencia del grupo y prepare indicaciones a las que su grupo probablemente pueda responder fácilmente y sin necesidad de aclaraciones.

A continuación se presentan algunas indicaciones generales para ayudarlo a comenzar.

- *Las cinco competencias del SEL son la autoconciencia, la autogestión, la conciencia social, las habilidades de relación y la toma de decisiones responsable. ¿En la última semana, cuándo te encontraste confiando en una de estas competencias?*
- *¿Cuándo te resultó desafiante modelar habilidades sociales y emocionales sólidas?*
- *¿Cómo has visto a los niños utilizando habilidades sociales y emocionales? ¿Cómo estás ayudando a crear esas oportunidades?*
- *¿Cuándo viste a los demás "en su mejor momento" en la última semana? ¿Qué tenía que ver con el entorno y las interacciones que los ayudaron a estar en su mejor momento?*
- *¿Qué es lo que más tienes en mente en este momento cuando piensas en (tu salón de clases, tu pupilo, tu hijo, etc.)?*
- *¿Qué es lo que más te entusiasma en este momento cuando piensas en (tu salón de clases, tu pupilo, tu hijo, etc.)?*
- *¿Cómo te ha ayudado el SEL a avanzar hacia tus objetivos (con tu clase, tu pupilo, tu hijo, etc.) o cómo podría ayudar?*
- *¿Qué crees que está yendo bien hasta ahora con la forma en que estamos utilizando el SEL?*
- *¿Qué obstáculos han surgido hasta ahora con la forma en que estamos utilizando el SEL?*
- *¿Cuál de los [10 indicadores del SEL en toda la escuela](#) se está manifestando más en nuestra comunidad escolar en este momento? ¿Dónde lo ves?*
- *¿Cuál de los 10 indicadores destaca como una prioridad principal para nuestra comunidad escolar en este momento? ¿Por qué?*
- *¿Qué sería importante enfocar para avanzar en esta dirección?*
- *¿Qué nos ayudaría a avanzar en la dirección que necesitamos tomar?*