ConnecTeen

Programa de Intervención Comunitaria en Situaciones de Crisis

Guía de implementación



Proyecto ConnecTEEN

lyk-z & daughters
Creado por: Anne Marit Lykseth & Hanne Marie Bratsberg
Let's Talk About Life
Creado por: Jolanta Palma y Lucyna Kicińska

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Tabla de contenido

Directrices adicionales para una implementación exitosa 3

Estimado profesor, formador, facilitador 3

Principios clave para el formador 3

Confianza 4

Proceso de grupo 5

La habitación 7

Tareas para casa 7

Guías y consejos para cada sesión 8

Recomendaciones generales 9

Adaptación de ejemplos y actividades 10

SOCIOS 12

Directrices adicionales para una implementación exitosa

Estimado profesor/a, formador/a, facilitador/a

El consorcio ConnecTeen, integrado por socios de la República Checa, Lituania, Polonia, España y Noruega, se complace en brindar su apoyo para la implementación del Programa de Intervención en Crisis Comunitarias ConnecTeen dentro de vuestra institución educativa.

Esta guía está diseñada para ofrecer una comprensión integral del rol del capacitador dentro del programa ConnecTeen. Ofrece orientación práctica sobre cómo adoptar un enfoque basado en el coaching, facilitar la participación significativa de los participantes y ofrecer el programa de manera efectiva a grupos con diferentes niveles de motivación, confianza, preparación y participación. La guía también describe estrategias para responder a los desafíos comunes de la implementación, manteniendo la calidad y el impacto del programa.

Principios clave para el formador

El participante tiene las respuestas.
ConnecTeen se basa en la creencia de que cada participante posee la capacidad de reflexionar sobre sus propias circunstancias vitales, comprenderlas e influir en ellas. El rol del capacitador no es dar soluciones, sino facilitar la reflexión mediante preguntas reflexivas, escucha activa y orientación comprensiva.

Los participantes son creativos, ingeniosos e íntegros por naturaleza.
Aportan valiosas experiencias, fortalezas, perspectivas y estrategias de afrontamiento al proceso de aprendizaje. Los formadores deben confiar en la capacidad de los participantes para aprender, crecer y superar desafíos, brindándoles el apoyo necesario cuando lo requieran. Su labor consiste en confiar en la capacidad de los estudiantes para procesar y gestionar las emociones que surjan durante la sesión.

Mira a los participantes en todo su potencial.
Su función es mantener una visión del participante que a menudo sea mayor que la que ellos mismos tienen actualmente. Confía en su proceso.

Enfoque en el potencial y el desarrollo.
Una facilitación eficaz requiere que los formadores reconozcan y fomenten las fortalezas, capacidades y posibilidades futuras de los participantes. Al mantener una perspectiva de desarrollo, los formadores ayudan a los participantes a desarrollar confianza, resiliencia y un mayor sentido de autonomía personal.

Confianza

La confianza es un valor fundamental en el programa ConnecTeen. Los valores reflejan lo que es verdaderamente importante para nosotros, y en este programa, la confianza sirve como base para una participación significativa, el aprendizaje y el desarrollo personal. Funciona como el oxígeno que permite que el trabajo respire, crezca y cobre vida (confía en el proceso).

La confianza como elección consciente
La confianza no es pasiva; es una elección deliberada. Elegir la confianza significa renunciar a la ilusión de control. Los formadores no pueden controlar los pensamientos, las emociones, las experiencias ni los resultados del aprendizaje de los participantes. Su responsabilidad es crear las condiciones que fomenten la participación, la reflexión y el crecimiento. Esto requiere confianza tanto en el proceso educativo como en la capacidad de los participantes para involucrarse en él.

Facilitar en lugar de solucionar
El rol del formador no es resolver los problemas de los participantes ni proporcionar respuestas inmediatas. En cambio, los formadores crean oportunidades para el aprendizaje, la reflexión y el diálogo, manteniendo los límites profesionales adecuados.

Al facilitar en lugar de dirigir, los formadores fomentan la implicación, la responsabilidad y la participación activa entre los participantes.

Participación voluntaria y compartición personal

Los participantes nunca deben sentirse presionados a compartir experiencias personales, emociones o información privada durante las sesiones. Compartir información personal siempre debe ser voluntario y basarse en el nivel de comodidad y disposición de cada participante.

Cuando una actividad implique reflexión personal, los instructores deben dejar claro que los participantes pueden optar por hablar en términos generales, usar situaciones hipotéticas o referirse a ejemplos ficticios en lugar de sus propias

experiencias. Por ejemplo: «Imagina que un estudiante se encuentra en esta situación. ¿Qué podría estar pensando o sintiendo?».

Ofrecer esta opción fomenta la seguridad psicológica y permite a los participantes involucrarse de manera significativa en el proceso de aprendizaje, respetando al mismo tiempo los límites individuales.

Confiar en el proceso de aprendizaje.

El aprendizaje significativo suele surgir a través del debate, la reflexión, el cuestionamiento y la experimentación. La resistencia, la incertidumbre, el desacuerdo y el silencio pueden contribuir al aprendizaje cuando se gestionan de forma constructiva.

Por lo tanto, los formadores deben mantenerse abiertos y receptivos a lo que surja dentro del grupo, asegurándose al mismo tiempo de que todas las interacciones sigan siendo respetuosas, seguras y con un propósito definido.

Un entorno de aprendizaje basado en la confianza permite a los participantes interactuar abiertamente, explorar nuevas perspectivas y contribuir de forma auténtica a las discusiones y actividades grupales.

Definición de un grupo

Un grupo se define como dos o más individuos que interactúan socialmente mientras trabajan para alcanzar un objetivo común (Asociación Americana de Psicología, s.f.). Dentro del programa ConnecTeen, el objetivo colectivo es fortalecer el bienestar, las relaciones interpersonales, la resiliencia y el clima social en el entorno educativo.

Por qué es importante el aprendizaje en grupo:
El aprendizaje en grupo crea oportunidades que no se pueden lograr fácilmente mediante el trabajo individual.

La participación en un grupo puede:

- Fortalecer los sentimientos de pertenencia e inclusión.
- Reducir el aislamiento social.
- Aumentar la confianza a través de experiencias compartidas.
- Fomentar el aprendizaje entre pares y el apoyo mutuo.
- Desarrollar habilidades de comunicación y colaboración.
- Fomentar la reflexión mediante la exposición a diversas perspectivas.

Las investigaciones demuestran sistemáticamente que el sentimiento de pertenencia es una necesidad humana fundamental y un importante factor protector para el bienestar y la participación en la educación.

Aprendizaje a través de la reflexión compartida:
Escuchar las experiencias, perspectivas y reflexiones de los demás ayuda a los participantes a reconocer que existen múltiples maneras de comprender y responder a los desafíos.

Esta perspectiva más amplia aumenta la autoconciencia, la empatía y la capacidad de tomar decisiones conscientes.

Cómo gestionar la dinámica de grupo:
El desarrollo efectivo de un grupo rara vez es lineal. El conflicto dentro de un grupo no es inherentemente negativo. Las diferencias de opinión, las reacciones emocionales y los períodos de incertidumbre son aspectos naturales del proceso de aprendizaje. Cuando se gestionan adecuadamente, estas experiencias brindan valiosas oportunidades para el aprendizaje y el desarrollo.

Los formadores deben abordar los retos de forma abierta y constructiva dentro del grupo siempre que sea apropiado, ayudando a los participantes a desarrollar habilidades de comunicación, resolución de problemas y resolución de conflictos.

Del aislamiento a la conexión
Muchos jóvenes se integran en programas como ConnecTeen sintiéndose incomprendidos, desconectados o solos en sus experiencias.

Muchos expresan la creencia de que son fundamentalmente diferentes de los demás: «Nadie me entiende» es un sentimiento recurrente. A medida que los participantes descubren experiencias comunes y desafíos compartidos, suelen desarrollar sentimientos más fuertes de conexión, pertenencia y comprensión mutua.

Para los participantes que experimentan aislamiento social o redes de apoyo limitadas, el grupo puede convertirse en un espacio importante para practicar la interacción social, generar confianza y fortalecer las habilidades interpersonales.

Condiciones clave para el funcionamiento eficaz de un grupo
Dos factores críticos contribuyen al rendimiento óptimo de un grupo:

1. **Comunicación eficaz** : una comunicación abierta, respetuosa y con un propósito definido permite a los participantes colaborar, compartir experiencias y aprender unos de otros.
2. **Facilitación intencional** : El grupo debe ser **guiado intencionalmente** por el capacitador. El capacitador desempeña un papel fundamental en la orientación del proceso de aprendizaje. Las actividades, los debates y las intervenciones deben apoyar de manera constante los objetivos de aprendizaje del programa, a la vez que responden a las necesidades del grupo.

En definitiva, el éxito de un programa se construye mediante la participación activa tanto de los individuos como del grupo. Cada acción y cada palabra deben

contribuir al avance del grupo en un proceso que fomente el desarrollo individual y colectivo.

Utilizando parejas y grupos pequeños

Cuando la motivación, la confianza o la participación son bajas, los formadores pueden considerar la posibilidad de utilizar actividades en parejas o en grupos pequeños antes o en lugar de invitar a los participantes a contribuir al grupo más grande.

Algunos participantes pueden encontrar más fácil expresar ideas, poner a prueba sus pensamientos y participar activamente en un entorno más reducido y menos expuesto. Por lo tanto, el trabajo en parejas y en grupos pequeños puede ayudar a aumentar la participación, fortalecer la confianza y crear un camino gradual hacia la participación en debates grupales.

Los formadores deben elegir el formato de grupo según las necesidades y la dinámica de los participantes, manteniendo al mismo tiempo el objetivo de aprendizaje previsto para la actividad.

La habitación

El entorno físico de aprendizaje debe favorecer la participación, la apertura y la interacción.

Siempre que sea posible:

- Coloca las sillas en semicírculo.
- Elimina barreras físicas innecesarias, como escritorios y mesas.
- Asegúrese de que todos los participantes puedan verse entre sí.
- Crea un ambiente tranquilo, acogedor y libre de distracciones.

El rol del formador es facilitar el proceso, no acaparar la atención. Por lo tanto, la disposición de la sala debe fomentar el diálogo, la reflexión y la interacción entre compañeros.

Tareas para casa

Las tareas para realizar en casa son un componente integral del programa ConnecTeen.

Su propósito es ayudar a los participantes a transferir el aprendizaje del entorno de formación a la vida cotidiana y fortalecer su capacidad para aplicar nuevos conocimientos, habilidades y estrategias de forma independiente.

Al practicar entre sesiones, los participantes aumentan la probabilidad de que el aprendizaje se consolide y se mantenga a lo largo del tiempo.

Fomentar la rendición de cuentas y la participación
Al comienzo de cada sesión, invite a los participantes seleccionados a compartir cómo abordaron la tarea anterior y qué aprendieron de la experiencia.

Esto tiene varios propósitos:

- Refuerza el compromiso y la responsabilidad.
- Fomenta la reflexión y la autoconciencia.
- Proporciona ejemplos prácticos para los compañeros.
- Destaca diferentes maneras de aplicar el aprendizaje.

El programa está diseñado para ser práctico y orientado a la acción. Las tareas para casa ayudan a transformar la reflexión en aplicación práctica.

Orientación para formadores
Algunos participantes pueden informar que no han completado una tarea. En lugar de centrarse únicamente en el resultado, explora lo que ocurrió entre las sesiones mediante preguntas abiertas y llenas de curiosidad.

Los participantes suelen progresar significativamente sin darse cuenta. Los formadores pueden apoyar el aprendizaje ayudando a los participantes a identificar ejemplos de crecimiento, esfuerzo, experimentación y cambios positivos.

Guías y consejos

Aclarar el propósito del programa
Al comienzo del programa, y brevemente al inicio de cada sesión, explica el propósito y los resultados previstos del programa y de la sesión actual.

Los participantes deben comprender que el programa ConnecTeen :

- No es una materia académica
- No es una actividad de evaluación
- No se centra en el rendimiento ni en las calificaciones.

En cambio, está diseñado para desarrollar habilidades prácticas que apoyen:

- Bienestar
- Conciencia emocional
- Comunicación
- Resiliencia
- Manejo del estrés
- Relaciones positivas.

Una comprensión clara del propósito suele aumentar la motivación, el compromiso y la participación.

Incluye un breve repaso.
Cada sesión debe comenzar con un breve repaso de los conceptos y habilidades tratados anteriormente.

Esto ayuda a los participantes:

- Consolidar el aprendizaje
- Fortalecer la retención
- Repasar las habilidades prácticas
- Retome el contacto con el programa.

Dado que algunas instituciones imparten el programa semanalmente, no todos los participantes completarán las tareas de forma constante. Por lo tanto, la revisión periódica garantiza que todos los participantes tengan oportunidades de practicar y reforzar las competencias clave.

Ejemplo:
Si la Sesión 3 introduce una técnica de respiración, la Sesión 4 podría comenzar con una breve práctica guiada seguida de preguntas de reflexión como:

"¿En qué situaciones podría ser útil esta técnica en la vida cotidiana?"

Este enfoque refuerza el aprendizaje independientemente de la participación entre sesiones.

Recomendaciones generales

Programación predecible:
Para maximizar su impacto, el programa debe impartirse como una actividad educativa planificada y programada regularmente siempre que sea posible. No debe utilizarse de forma rutinaria como sustituto de clases canceladas ni como una actividad ocasional simplemente porque haya tiempo disponible. Una programación predecible e intencionada ayuda a los participantes a comprender que el programa es una parte significativa e integral de su experiencia educativa.

Idealmente:

- Las sesiones tienen lugar el mismo día de cada semana.
- Las sesiones tienen lugar durante el mismo período lectivo.
- La programación se mantiene constante a lo largo de todo el programa.

La previsibilidad favorece la asistencia, la continuidad y el desarrollo de un entorno grupal seguro y estable.

Una programación coherente también ayuda a las instituciones educativas a integrar el programa de manera efectiva en las estructuras y rutinas existentes.

Momento oportuno y condiciones externas

Al planificar el programa, las instituciones educativas y los formadores deben tener en cuenta los factores que puedan influir en la energía, la asistencia, la concentración y la implicación de los participantes.

En la medida de lo posible, evita programar sesiones durante períodos particularmente exigentes, como los períodos de exámenes, las últimas semanas del año escolar u otros momentos en los que los estudiantes puedan experimentar una mayor presión académica o fatiga.

También deben tenerse en cuenta las circunstancias externas, como los altos niveles de absentismo, los eventos escolares, los horarios inusualmente exigentes o las condiciones ambientales que puedan afectar a la concentración y la participación.

Los formadores deben usar su criterio profesional y, cuando sea necesario, adaptar el ritmo o la duración de la sesión, manteniendo los objetivos de aprendizaje previstos.

Flexibilidad en la ejecución del programa

El programa ConnecTeen debe implementarse de acuerdo con sus principios fundamentales y los resultados de aprendizaje previstos. Asimismo, los formadores deben contar con la flexibilidad necesaria para responder a las necesidades, la preparación y la dinámica de cada grupo.

Los formadores pueden adaptar el ritmo de una sesión, proporcionar explicaciones o ejemplos adicionales, modificar el formato de una actividad o conceder tiempo adicional para el debate y la reflexión cuando sea necesario.

Si el grupo necesita más tiempo para comprender el contenido en profundidad, la sesión puede, siempre que la organización lo permita, extenderse, por ejemplo, a dos períodos de clase consecutivos. Extender una sesión debe considerarse una opción, no una obligación, y debe basarse en las necesidades del grupo y del contexto educativo.

La flexibilidad debe respaldar, en lugar de modificar, el propósito previsto y los resultados de aprendizaje de cada sesión.

Adaptación de ejemplos y actividades

Para garantizar la relevancia y la participación, los formadores deben adaptar los ejemplos, los escenarios y las referencias al contexto cultural, el grupo de edad y las experiencias de los participantes.

Los embajadores estudiantiles pueden desempeñar un papel importante a la hora de identificar ejemplos, situaciones y referencias que resuenen entre sus compañeros.

Adaptación cultural:
Es posible que algunas referencias incluidas en el programa no sean igualmente familiares en todos los países o regiones.

Al adaptar los ejemplos:

- Mantener el objetivo de aprendizaje original.
- Seleccione alternativas culturalmente relevantes.
- Asegúrese de que los ejemplos sean ampliamente reconocibles.
- Utiliza un lenguaje y situaciones que reflejen las experiencias cotidianas de los participantes.

Por ejemplo, si se trata de sustituir personajes utilizados en ejercicios de identidad, elige alternativas que sean ampliamente conocidas en el contexto local, sin perder de vista el propósito educativo de la actividad.

Mantener la fidelidad
Si bien los ejemplos y los métodos de impartición pueden adaptarse, los resultados de aprendizaje previstos y los principios fundamentales de cada actividad deben permanecer inalterados.

Este equilibrio entre coherencia y adaptación local es esencial para mantener la calidad del programa y, al mismo tiempo, garantizar su relevancia en diferentes entornos educativos.

Consultoría y supervisión

La consulta y la supervisión son mecanismos de apoyo importantes para mantener la calidad de la implementación del programa. Deben entenderse como una parte normal y constructiva de la práctica profesional, y no como un indicio de que el capacitador esté fracasando o carezca de competencia.

Se recomienda a los formadores que busquen asesoramiento o supervisión cuando se encuentren con dificultades como la baja motivación de los participantes, dinámicas de grupo complicadas, reticencia a participar o compartir, incertidumbre sobre la adaptación de las actividades, dificultades para explicar conceptos específicos o situaciones delicadas que puedan requerir una consideración profesional adicional.

La consulta también puede ayudar a los formadores a reflexionar sobre el progreso del grupo, identificar las adaptaciones adecuadas y mantener el

equilibrio entre responder con flexibilidad a las necesidades de los participantes y preservar los principios fundamentales y los resultados de aprendizaje del programa.

Cada centro educativo u organización implementadora deberá, en la medida de lo posible, establecer un procedimiento de apoyo sencillo y accesible e identificar a una persona o experto designado con quien los formadores puedan ponerse en contacto cuando necesiten asesoramiento.

Reflexión final

El éxito del programa ConnecTeen depende no solo de la calidad de sus actividades, sino también de la calidad de las relaciones y del entorno de aprendizaje creado por sus formadores.

Al fomentar la confianza, alentar la participación, apoyar la reflexión y mantener un enfoque basado en las fortalezas, los formadores contribuyen a una experiencia de aprendizaje que puede fortalecer el bienestar, la resiliencia, la conexión social y el desarrollo personal entre los jóvenes.

Su función no es guiar a los participantes hacia respuestas predeterminadas, sino crear las condiciones para que se produzca un aprendizaje significativo, un crecimiento personal y una buena conexión entre ellos.

SOCIOS

FUNDACIÓN intras

TECHIN

zDz

STŘEDNÍ ŠKOLA ŘEMESEL, ŠUMPERK

ConnecTeen

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y las opiniones expresados son exclusivamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ellos.