



# GUÍA METODOLÓGICA

**“Sembrando Girasoles:  
fortalecimiento de capacidades”**

**DIRIGIDA A PERSONAS FUNCIONARIAS**

Dirección Regional del PANI-Heredia



Sembrando   
GIRASOLES



# CRÉDITOS

Fundación PANIAMOR, Fundación Dibujando un Mañana, Patronato Nacional de la Infancia. Primera Edición. Setiembre, 2021. San José, Costa Rica.

## **Guía Metodológica “Sembrando Girasoles: fortalecimiento de capacidades” dirigida a personas funcionarias de la Dirección Regional del PANI-Heredia.**

### **Desarrollo conceptual y metodológico**

Kattia Rojas Loría  
Sharling Hernández Jiménez

### **Coordinación y edición técnica**

Kattia Rojas Loría

### **Revisión de edición**

Equipo de Seguras y Fuertes, Fundación PANIAMOR

### **Sistematización e investigación**

Marianne Lizana Moreno

### **Revisión filológica**

Lorena Moreno Salas

### **Diagramación y Diseño Gráfico**

Minor Loaiza Vargas

La presente guía metodológica puede utilizarse siempre y cuando se cite la fuente siguiente: Fundación PANIAMOR (2021). Guía metodológica “Sembrando Girasoles: fortalecimiento de capacidades” dirigida a personas funcionarias de la Dirección Regional del PANI-Heredia. San José, Costa Rica. Primera edición, septiembre 2021.

Esta guía metodológica ha sido posible gracias al financiamiento de la organización Dibujando un Mañana A.C (México) a través de la convocatoria “Tú puedes ayudar”.

# ÍNDICE

<b>I. De dónde partimos .....</b>	<b>6</b>
1.1. El modelo Girasoles de la Fundación PANIAMOR.....	6
1.2 Programa para la Reinserción y la Permanencia en el sistema educativo de la Adolescente Madre (Programa Adolescente Madre) de la Dirección Regional del PANI-Heredia.....	7
<b>II. Guía metodológica dirigida a personas funcionarias.....</b>	<b>9</b>
<b>III. Objetivo de la guía metodológica .....</b>	<b>9</b>
<b>IV.¿Cómo lo hacemos? .....</b>	<b>10</b>
4.1 Estrategia metodológica .....	10
4.2 Metas del proceso .....	10
4.3 Contenidos y sesiones de las etapas.....	11
4.4 Elementos claves para la facilitación de esta guía.....	12
4.5 Características de las personas facilitadoras del proceso .....	12
<b>IV. Estructura general de la guía metodológica para el fortalecimiento de las capacidades del personal de la Dirección Regional del PANI-Heredia-Programa Adolescente Madre. ....</b>	<b>14</b>

## **VI. Etapa de formación conceptual y vivencial. Guía de mediación18**

6.1 Descripción de los bloques y estructuras pedagógicas de la Etapa de Formación conceptual y vivencial.....	18
6.2 Bloque/Competencia 1: Aplicación de ideas fuerza de enfoques y premisas del Modelo Girasoles .....	18
6.2.1 Estructura de la Sesión 1. Enfoques del Modelo Girasoles de la Fundación PANIAMOR.....	19
Cronograma de las actividades de la Sesión 1. Enfoques del Modelo Girasoles de la Fundación PANIAMOR.....	20
Cápsulas conceptuales de la sesión 1 .....	21
Descripción de las actividades .....	21
6.2.2 Estructura de la sesión 2. Nutriendo desde la raíz:	
Las adolescencias.....	29
Cronograma de las actividades de la sesión 2 .....	30
Cápsulas conceptuales de la sesión 2.....	31
Descripción de las actividades .....	31



6.3 Bloque/Competencia 2. Promueve la Agencia Personal y Socio-productiva de las adolescentes madres.....	37
6.3.1 Estructura de la sesión 3: Acompañando el crecimiento como referentes.....	38
Cronograma de las actividades de la sesión 3 .....	39
Cápsulas conceptuales de la sesión 3.....	40
Descripción de las actividades.....	40
6.3.2 Estructura de la Sesión 4. Abonando Girasoles: Estudio y empleo	46
Cronograma de las actividades de la sesión 3 .....	47
Cápsulas conceptuales de la sesión 3.....	48
Descripción de las actividades.....	48

6.4 Bloque/ Competencia 3: Comprensión del engranaje entre el Gira y los Soles.....	52
6.4.1 Estructura de la sesión 5. Extendiendo el cuidado: Engranaje y articulación .....	53
Cronograma de las actividades de la sesión 3 .....	54
Cápsulas conceptuales de la sesión 3.....	55
Descripción de las actividades.....	55
<b>VII. Etapa de acompañamiento y seguimiento .....</b>	<b>58</b>
7.1 Descripción del bloque y estructura pedagógica de la etapa de Acompañamiento y seguimiento de la experiencia demostrativa.....	58
7.2. Estructura de las sesiones de Acompañamiento y seguimiento .....	59
Cronograma de las sesiones de Acompañamiento y seguimiento .....	59
Descripción de las actividades.....	60
<b>Anexos .....</b>	<b>62</b>

## Índice de acrónimos

- CEPAL** Comisión Económica para América Latina y el Caribe.
- CIAMA** Consejo Interinstitucional de Atención a la Madre Adolescente.
- DDNNA** Derechos humanos de niñas, niños y adolescentes.
- PANI** Patronato Nacional de la Infancia.



# I. De dónde partimos...

## 1.1 El Modelo Girasoles de la Fundación PANIAMOR

El marco de referencia de esta guía metodológica es el Modelo Girasoles de la Fundación PANIAMOR, el cual es un modelo validado en su efectividad para enfrentar la violencia de género y la exclusión social de adolescentes mujeres entre los 15 y 21 años, que no estudiaban ni trabajaban. A partir del diseño y la experiencia piloto del Modelo Girasoles, desarrollado entre octubre del 2016 y diciembre del 2018 en las comunidades de Garabito de Puntarenas y de Santa Cruz de Guanacaste, en Costa Rica, se extraen los elementos exitosos de los procesos de formación de capacidades (Gira) y de la creación de oportunidades (Soles), con potencial para ser transferidos y enriquecidos en otros contextos e instituciones. Con esto se busca que puedan ser incorporados los enfoques de derechos humanos de la Niñez y Adolescencia, de Género, Curso de Vida y de Juventudes; así como las premisas claves del Modelo Girasoles en las políticas y planes operativos institucionales y en sus prácticas.

Por lo tanto, la estrategia “Sembrando Girasoles: fortaleciendo capacidades” tiene como objetivo promover los enfoques y premisas del modelo en distintas condiciones y realidades institucionales, de manera que se fortalezcan competencias en personas funcionarias, así como en las adolescentes que incorporen las principales premisas del modelo y los ejes claves que se quieran priorizar. En el caso de esta guía metodológica, los ejes 1 y 2, referidos a promover la agencia personal y socioproductiva en las adolescentes madres.

De manera que, esta guía metodológica es la propuesta de formación para quienes aplican los ejes 1 y 2 del Modelo Girasoles, reconociendo que antes de implementarlos, se debe establecer un marco común de referencia y realizar conjuntamente los ajustes a la realidad, a los contextos y a las herramientas que brinda el Modelo Girasoles.

Por tanto, presentamos en esta guía metodológica una herramienta para facilitar la participación y el encuentro para la reflexión sobre el Modelo Girasoles para acompañar como personas funcionarias a las 130 adolescentes que forman parte del Programa para la Reinserción y la Permanencia en el sistema educativo de la Adolescente Madre (Programa Adolescente Madre) de la Dirección Regional del PANI-Heredia. Su objetivo es formar al personal del PANI como referentes respetuosos, empáticos y en posición de escucha activa que apoye a las adolescentes madres en su desarrollo y autoconocimiento y acompañarlos en crear las condiciones para la promoción de capacidades de agencia personal y socio productiva.



## 1.2 Programa para la Reinserción y la Permanencia en el sistema educativo de la Adolescente Madre (Programa Adolescente Madre) de la Dirección Regional del PANI-Heredia

Desde el año 2014, el Patronato Nacional de la Infancia, ha implementado un programa especializado para la atención de adolescentes embarazadas y/o madres cuyo objetivo es el fortalecimiento personal y social de las adolescentes madres con la intención de procurar su reinserción o permanencia en el sistema educativo, empoderándolas a efecto de que puedan interiorizar sus capacidades y reconocer su posibilidad de estudiar como la mejor alternativa en pro de mejorar su calidad de vida y por consiguiente la de sus hijos e hijas. Este programa cuenta con cuatro componentes:

1. La línea gratuita (800)226-2626 Adolescente Madre.
2. Talleres socioformativos impartidos por las oficinas locales.
3. El financiamiento y generación de becas educativas.
4. Campañas publicitarias para la promoción y concientización de toda la sociedad, del derecho a la educación que tiene toda adolescente madre y/o embarazada, que por lo tanto es en las aulas donde deben estar y permanecer.

En particular los componentes 2 y 3 se desarrollan en las Direcciones Regionales y sus oficinas locales. En relación con las becas educativas, como una forma de seguimiento, por parte de las oficinas locales, se han desarrollado e implementado talleres socioformativos para las adolescentes madres y/o embarazadas, llamadas por el PANI, beneficiarias. El papel de las oficinas locales es la realización de los talleres socioformativos enfocados en las necesidades de las beneficiarias y en las particularidades de los contextos locales. Los talleres socioformativos buscan que las adolescentes reconozcan sus capacidades, aptitudes y habilidades como personas y como adolescentes con derechos y puedan contar con las condiciones necesarias para reinsertarse o mantenerse en el sistema educativo, como el mejor camino para garantizar un proyecto de vida independiente supliendo sus propias necesidades y las de sus hijos e hijas.

Sin embargo, la falta de una estructura formal (objetivos, metas, temas, periodicidad, métrica entre otros), limitan la posibilidad de evaluar los resultados, compartir buenas prácticas e implementar mejoras continuas para los mismos. Esta situación es similar con el componente de becas educativas, que, si bien es cierto, tiene un reglamento, carece de una estructura.

Durante una Auditoría interna en el año 2019, en la institución se consideró que los talleres socioformativos son una práctica de gran valor e impacto en el proceso de seguimiento y acompañamiento de las beneficiarias y las becas educativas, y coadyuvan en la permanencia en el Sistema Educativo.

Actualmente se cuenta con un procedimiento que desarrollan las Direcciones Regionales y sus oficinas locales en los componentes 2 y 3 donde se establecen los objetivos del modelo de Gestión, no obstante, aún no está actualizado.

Los talleres socioformativos que se desarrollan en las oficinas locales del Patronato Nacional de la Infancia (PANI), para las adolescentes madres y/o embarazadas beneficiarias de la beca educativa deben impartirse adecuando la metodología de acuerdo con la realidad que atiende cada oficina local y pueden ser implementados en forma presencial, virtual o mixta.

El objetivo general de estos talleres es generar conocimientos y herramientas en temas que promuevan la calidad de vida y, por ende, las de los hijo(s) o hija(s) de las Adolescentes Madres y/o embarazadas con beca educativa del Patronato Nacional de la Infancia.



Entre los objetivos específicos de los talleres socioformativos están:

- Realizar talleres socioformativos que generen conocimiento en las adolescentes madres y/o embarazadas.
- Realizar un perfil de entrada y un perfil de salida en cada taller socioformativo, con el objetivo de evaluar lo aprendido en cada sesión realizada, efectuar el establecimiento de mejoras, avance y así como la repetición en la siguiente sesión.
- Identificar las temáticas para desarrollar en los talleres según las necesidades de las adolescentes madres y/o embarazadas. Además, brindar el seguimiento a las becas nuevas y posibles prórrogas durante los procesos.
- Articular con el Subsistema Local de Protección y/o Consejo Interinstitucional de Atención a la Madre Adolescente CIAMA, para la colaboración en la realización de los talleres socioformativos con el fin de un seguimiento integral a las adolescentes madres y/o embarazadas.

Los temas que pueden ser abordados son relaciones impropias, educación financiera, proyecto de vida, salud sexual y reproductiva (ciclo menstrual), prevención de todo tipo de violencia (identificar si mi relación es tóxica y qué hacer), crianza responsable y respetuosa, identificar mis conductas de riesgo, estimulación temprana, la importancia del estudio, métodos de estudio), lactancia materna. La periodicidad estipulada es de un mínimo de una sesión bimensual, 5 talleres socioformativos al año.





## II. Guía metodológica dirigida a personas funcionarias

Es una guía diseñada a la medida de la institución y de las responsabilidades que tiene el Programa en cuanto a “generar conocimientos y herramientas en temas que promuevan la calidad de vida y, por ende, la de los hijo(s) o hijas(s) de las adolescentes Madres y/o embarazadas con beca educativa del PANI” (Patronato Nacional de la Infancia, 2014).

Se aspira, con la implementación de esta guía, que el personal del PANI cuente con herramientas técnicas y que, con una experiencia vivencial, reconozcan la importancia de articular los talleres socioformativos que facilita la Unidad Móvil con el personal de las oficinas locales, quienes brindan el seguimiento a las adolescentes del Programa. Se propicia la aceptación, el intercambio de saberes y experiencias, y la reflexión crítica y asertiva durante el proceso de formación. Además, se promueve el aprender haciendo.

La guía metodológica se basa en una malla curricular por competencias que responde a las necesidades y particularidades de fortalecimiento que tienen las personas funcionarias y las adolescentes del Programa Adolescente Madre en varios aspectos. El primer aspecto es responder únicamente a los ejes 1 y 2 del Modelo Girasoles ya que, la Dirección Regional del PANI de Heredia podía desarrollar únicamente estos en un período de 5 sesiones. El segundo es la diferencia de edades que aborda el Modelo Girasoles (15 a 21 años), en relación con el Programa Adolescente Madre del PANI (10-18 años). Y, en tercer lugar, la meta del Modelo Girasoles está enfocada en la empleabilidad, mientras el Programa Adolescente Madre del PANI en procurar la permanencia o la inserción en el sistema educativo, aunque se entiende que la formación educativa no es excluyente de las oportunidades para la empleabilidad, sino todo lo contrario, fortalece la permanencia y la formación educativa es una herramienta fundamental para la calidad del empleo.

**Figura 1.** Competencias para el fortalecimiento de las capacidades del personal de la Dirección Regional del PANI-Heredia del Programa Adolescente Madre en las distintas etapas: FORMATIVA, ACOMPAÑAMIENTO-SEGUIMIENTO Y APLICACIÓN DEL PROCESO SEMBRANDO GIRASOLES CON ADOLESCENTES MADRES con el personal de la Dirección Regional del PANI-Heredia. Julio. 2021



### Perfil de salida del personal profesional de la Dirección Regional del PANI-Heredia.

El personal profesional del PANI-Heredia será capaz, una vez concluido el proceso, de desarrollar un conjunto de actividades para la aplicación de las ideas fuerzas de los enfoques de derechos humanos de niñas, niños y adolescencias NNA, género, juventudes y responsabilidad social, y tendrán la capacidad para promover el desarrollo de la agencia personal y socio productiva de las adolescentes madres y embarazadas del programa, con la comprensión de la importancia del engranaje entre fortalecimiento de capacidades y oportunidades del Modelo Girasoles. En la figura 1 podemos observar las competencias que la intervención busca alcanzar con los procesos de formación y acompañamiento y seguimiento al personal profesional del PANI-Heredia.

## III. Objetivo de la guía metodológica

Las competencias expuestas en la figura 1 tienen como objetivo el fortalecimiento de las capacidades del personal de la Dirección Regional del PANI-Heredia para promover la agencia, la ciudadanía activa, el desarrollo y la construcción y el ejercicio de las autonomías de las adolescentes del Programa Adolescente Madre, donde se deben considerar las condiciones subjetivas y del contexto socioeconómico y cultural al que pertenecen. Para ello, es también necesario la alineación del equipo del personal con las premisas de articulación institucional y alianzas político-privadas y el enfoque de responsabilidad social. Todo ello, en un marco de acompañamiento grupal y el seguimiento metodológico del Equipo de la Fundación PANIAMOR. De manera que, la Unidad Móvil, que se encarga de la aplicación de la guía Sembrando Girasoles con las adolescentes del Programa pueda implementarla incorporando la vivencia, creatividad y las condiciones del contexto donde se realiza.

Esta guía metodológica es la sistematización del proceso desarrollado durante los meses de abril, junio y julio del 2020 en modalidad virtual y será de utilidad para implementarla con otros profesionales del PANI.

“La facilitación es un arte, una ingeniería social que se rige por una metodología pragmática, en donde teoría y práctica van de la mano y se entrelazan en un proceso renovador para las partes que se involucran” (Fundación PANIAMOR, Programa CARSI-Embajada de los Estados Unidos de América, 2019, p.74)

## IV. ¿Cómo lo hacemos?

### 4.1 Estrategia metodológica

Esta guía se compone de tres momentos: el primero, la etapa de Formación de Capacidades, el segundo, la etapa de Acompañamiento y seguimiento a la implementación de la experiencia demostrativa por parte de la Unidad Móvil y, por último, la aplicación de la guía Sembrando Girasoles dirigida a las adolescentes por parte de la Unidad Móvil, en un primer grupo de adolescentes madres piloto.

### 4.2 Metas de cada etapa:

- **Etapa Formativa conceptual y vivencial** es el momento formativo y provee la movilización personal y la generación de la construcción de conocimientos, donde se reconozcan sus capacidades personales, profesionales y como equipo de trabajo, generadas por la experiencia previa, pero también, estén abiertas a lo nuevo.
- **Etapa de acompañamiento y seguimiento a la experiencia demostrativa** es el momento de acompañamiento y seguimiento. Provee la retroalimentación al equipo que implementa la experiencia demostrativa y a la vez, brinda experiencia al resto del grupo.
- **Etapa de implementación de la experiencia demostrativa** es el momento de implementación de la experiencia demostrativa, donde se aprende haciendo con la aplicación de la guía Sembrando Girasoles dirigida a las adolescentes del Programa Adolescente Madre de la Región de Heredia, a la Unidad Móvil, y a las personas funcionarias de las Oficinas locales, incorporando su vivencia, creatividad y las condiciones del contexto en que se desarrollan.
- **La etapa II y III se ejecutan en paralelo.**



### 4.3 Contenidos y sesiones de las etapas

Las sesiones del primer y segundo momento constan en total de 9 sesiones de capacitación y acompañamiento, un total de 52 horas para el personal de la Dirección Regional del PANI-Heredia, donde participan el personal del PANI seleccionado por la institución para conocer las ideas fuerza de los enfoques de Derechos Humanos de la NNA, de Género y Juventudes, así como premisas claves y actividades para promover la agencia personal y socioproductiva y se comprenda **el engranaje entre el fortalecimiento de capacidades (Gira) y la generación de oportunidades (Soles)**.

Además, el espacio para acompañar y brindar el seguimiento de manera grupal a la Unidad **Móvil** quienes implementan la experiencia demostrativa donde se sigue un proceso metodológico que propicia la realimentación, en un clima de confianza y apertura.

Y posteriormente, se incorpora la guía metodológica **Sembrando Girasoles** para que el personal del PANI, en este caso, la Unidad Móvil de Heredia, desarrolle con las adolescentes del Programa Adolescente Madre en un grupo piloto.

**La estrategia utilizada para aplicación de esta guía metodológica responde a varias etapas:**

<p><b>Personal del PANI-Heredia</b> <b>Unidad Móvil</b> <b>Funcionarias de Oficinas Locales</b> <b>Programa Adolescente madre</b></p>	<p><b>Etapas Formativas conceptuales y vivenciales (40 horas)</b></p> <p>Sesiones para la reflexión conceptual y vivencial de las premisas y enfoques del Modelo Girasoles.</p>	<p><b>1</b> 5 sesiones de 8 horas cada una para aplicarse una vez por semana.</p> <p>Modalidad de encuentro participativo, vivencial y virtual, a través de la plataforma Zoom.</p> <p><b>Cantidad de horas: 40 horas.</b></p>
	<p><b>Etapas de Acompañamiento y Seguimiento a la Experiencia Demostrativa (12 horas)</b></p> <p>Sesiones donde el personal de la Unidad Móvil realiza la implementación de la guía <b>Sembrando Girasoles</b> dirigida a las adolescentes, como experiencia demostrativa con un grupo de adolescentes del Programa Adolescente Madre del cantón de San Pablo de Heredia. Paralelo a cada aplicación, la Unidad Móvil realiza una presentación al grupo para recibir la retroalimentación para realizar los ajustes y reconocer los logros del proceso.</p>	<p><b>2</b> 4 sesiones de 3 horas cada una para aplicarse una vez por semana.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Modalidad de encuentro participativo, vivencial y virtual, a través de la plataforma Zoom.</li></ul>
<p><b>Unidad Móvil implementa trabajo con adolescentes madres</b></p>	<p><b>Etapas de implementación de la experiencia demostrativa (5 sesiones)</b></p> <p><b>La aplicación de las 5 sesiones presenciales de la guía Sembrando Girasoles con adolescentes madres</b> en un grupo piloto de 17 adolescentes de la región de San Pablo de Heredia.</p> <p>Este proceso será una base para que la Unidad Móvil aplique la guía de mediación con adolescentes de toda la región de Heredia, hasta alcanzar 130 adolescentes madres de Heredia Norte, Heredia Sur, San Pablo y Sarapiquí.</p>	<p><b>3</b> Consta de 5 sesiones de 3 horas cada una para aplicarse una vez por semana.</p> <p>Modalidad presencial con las adolescentes del Programa Adolescente Madre.</p> <p>La etapa II y III van paralelas.</p>



#### 4.4 Elementos claves para la facilitación de esta guía:

- A las personas participantes se les brinda la plataforma Classroom donde están las presentaciones de las sesiones, materiales e instrumentos, instrumentos para el desarrollo de las sesiones. Asimismo, se facilita la maleta donde se encuentra el Manual y la Caja de Herramientas del Modelo Girasoles.
- Cada sesión cuenta con actividades introductorias y de cierre. Asimismo, se respeta el ritmo del grupo en el desarrollo de los temas, interesa el proceso más que la acumulación de los conocimientos.
- Se crea el aprendizaje en un espacio lúdico, fomentando el respeto de los saberes que cada cual posee desde su experiencia personal y profesional y la confianza para expresar el no-saber.
- Es importante destacar que, en la mediación virtual, sobre todo en las jornadas de 8 horas, es necesario realizar recesos y actividades de activación para retomar el trabajo grupal y pedagógico.
- Se recomienda que la facilitación sea implementada con al menos dos personas, dada que la virtualidad presenta inconvenientes con el internet y es importante que el grupo no quede solo, además, que mientras una persona conduce, la otra pueda observar el chat de la plataforma de videollamada usada.
- Igualmente, la flexibilidad es sumamente importante ya que, la situación de virtualidad se comparte desde un espacio personal y se debe desarrollar la confianza para compartir desde ahí con el grupo.
- Se recomienda solicitar la conformación de un chat durante la capacitación que sea útil para enviar mensajes de motivación y también, si hay alguna desconexión del internet tener otra vía de comunicación. Además, enviar los formularios de evaluación.

#### 4.5 Características de las personas facilitadoras del proceso

Algunas características de las personas que facilitan estos procesos son:

- Conoce los enfoques y premisas del modelo Girasoles y su implementación en campo.
- Tiene formación en metodologías participativas con personas adultas y adolescentes.
- Profesionales en Psicología.




A continuación, otras características de la persona facilitadora a tomar en cuenta:



- ▶ Promotora del cambio
- ▶ Con capacidad de dialogar
- ▶ Con experiencia en manejo de grupos
- ▶ Dispuesta a aprender de errores, dinámica y motivadora
- ▶ Con capacidad de síntesis
- ▶ Sensible, respetuosa
- ▶ Facilidad como mediadora, abierta y flexible
- ▶ Generosa, paciente, comprensiva
- ▶ Buena comunicadora
- ▶ Alegre y entusiasta

Modelo girasoles, 2019



- ▶ Habilidades blandas: empatía, escucha, disposición para fomentar el juego
- ▶ Conocimientos sobre salud sexual y salud reproductiva
- ▶ Análisis crítico, observación permanente
- ▶ Revisión constante de las propias prácticas patriarcales
- ▶ “Una se vuelve referente”
- ▶ Análisis crítico de la construcción de género, lo que implica ser adolescente y mujer
- ▶ Poner en práctica la Sororidad
- ▶ Disposición a confrontar las propias vivencias
- ▶ Que modele conductas constructivas
- ▶ “El vínculo se va a dar “

Reunión con coordinaciones programáticas CCPs, 2021





## V. Estructura general de la guía metodológica para el fortalecimiento de las capacidades del personal de la Dirección Regional del PANI-Heredia del Programa Adolescente Madre

La guía de formación y de acompañamiento-seguimiento se estructura en cuatro bloques claves basados en las competencias que se requieren desarrollar para la implementación de los ejes 1 y ejes 2 para la agencia personal y socioproductiva en adolescentes mujeres del Modelo Girasoles. La **etapa de formación conceptual** y vivencial está constituida por tres bloques o competencias. Al primer bloque le corresponden 2 sesiones, al segundo bloque otras 2 sesiones y por último, el tercer bloque cuenta con una sesión, la cual incluye la primera entrega del desarrollo de la sesión 1 dirigida a las adolescentes madres de la experiencia demostrativa. En la **etapa de acompañamiento-seguimiento** se estructura un bloque que corresponde a 4 sesiones, estableciendo una rutina y un clima de confianza para la retroalimentación y constitución de un marco común de referencia como equipo de trabajo.

Cada bloque utiliza diferentes recursos para el trabajo grupal, con el desarrollo de herramientas de mediación lúdica y la reflexión de las metas de aprendizaje, basados en los enfoques y premisas del modelo Girasoles. Se trata de aprender haciendo, es decir, el personal experimenta las actividades, técnicas y aprendizajes, para luego, aplicarlas con las adolescentes madres del Programa.

En la **etapa de implementación de la experiencia demostrativa** Sembrando Girasoles dirigida a las adolescentes se trabajan 4 sesiones con una duración de 3 horas, donde se crea espacio para el intercambio abierto y respetuoso de la experiencia que ejecuta el personal de la Unidad Móvil en un grupo piloto de adolescentes madres. Esta guía metodológica comprende la segunda parte de este documento.

A continuación, en la Tabla 1 se esquematiza el proceso general de las sesiones por competencia o bloque, número y nombre de la sesión, los objetivos de la sesión y las evidencias de los desempeños de aprendizaje.

Estructura general de la guía Metodológica según bloque o competencia, número y nombre de la sesión, objetivos de las sesiones y evidencias de aprendizaje.



## Estructura general de la guía Metodológica según bloque o competencia, número y nombre de la sesión, objetivos de las sesiones y evidencias de aprendizaje

### ETAPA DE FORMACIÓN CONCEPTUAL Y VIVENCIAL

Bloque/Competencia	Número de sesiones	Objetivos de las sesiones	Evidencias de aprendizaje
Comprender las ideas fuerza de los enfoques de DDHHNNA, Género, Juventudes y Curso de Vida y la importancia de su aporte para el fortalecimiento de la agencia, la promoción de la ciudadanía activa, el desarrollo y la construcción y el ejercicio de las autonomías de las adolescentes.	<b>1 sesión:</b> <b>#1 Enfoques del Modelo Girasoles</b> <b>#2 Nutriendo desde la raíz: Las adolescencias</b>	Aplicar los enfoques de Género, Derechos Humanos y Juventudes con las adolescentes para su fortalecimiento y la promoción de su participación.  Reflexionar sobre las creencias limitantes y las fortalezas personales que influyen en el acompañamiento que se brinda a las personas adolescentes e identifica la necesidad de revisar constantemente las propias percepciones y prácticas a la hora de acompañarlas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica las ideas fuerza de los enfoques de Derechos Humanos, igualdad de Género y Juventudes.</li> <li>Analiza los cambios necesarios que permitan integrar los enfoques del Modelo al trabajo con las adolescentes.</li> <li>Propone un acompañamiento que entiende la diversidad de las adolescentes y defiende sus derechos humanos, a partir de una mirada género sensible y autocrítica. Brinda un acompañamiento que entiende la diversidad de las adolescentes y defiende sus derechos humanos, a partir de una mirada género sensible y autocrítica.</li> <li>Identifica las vivencias personales y sus conocimientos acerca de la realidad de las adolescentes mujeres.</li> <li>Reflexiona sobre las creencias limitantes y fortalezas personales que influyen en el acompañamiento que brinda a las personas adolescentes.</li> <li>Propone cambios para superar las barreras y debilidades personales en el abordaje de las adolescentes.</li> </ul>
Promover las capacidades de la agencia personal y socio-productiva de las adolescentes considerando las condiciones subjetivas y del contexto socioeconómico y cultural al que pertenecen.	<b>2 sesiones:</b> <b>#3 Acompañando el crecimiento como referentes</b> <b>#4: Abonando Girasoles: Estudio y empleo</b>	Comprender la importancia del autoconocimiento y el conocimiento del contexto, como forma de potenciar el desarrollo personal, la agencia y el ejercicio de las autonomías y la prevención de violencias de género.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica la necesidad de trabajar las temáticas de identidades diversas, grupos de pertenencia y referencia y una ciudadanía activa de las adolescentes para promover la búsqueda de las metas y la prevención de violencias de género en las adolescentes mujeres.</li> <li>Analiza la importancia de las redes de apoyo de pares para las adolescentes, construidas con base en empatía, respeto y sororidad para el fortalecimiento de su desarrollo personal, la agencia, el ejercicio de sus autonomías y la prevención de violencias de género.</li> <li>Identifica la importancia del rol de referentes adultas mujeres en la vida de una adolescente y cómo su rol profesional y personal se convierten en modelos referentes para las adolescentes.</li> <li>Identifica la necesidad de fomentar el reconocimiento de destrezas y competencias para el estudio en las adolescentes.</li> <li>Propone estrategias para que las adolescentes comprendan el balance entre sus derechos y responsabilidades como estudiantes y adolescentes madres, en el contexto educativo en el que se desenvuelven.</li> <li>Promueve la comprensión de las oportunidades que representan la formación escolar y técnica en la vida de las mujeres, desde una perspectiva de género, y reconociendo las posibilidades que tienen las adolescentes en su realidad y en su rol de adolescente madre.</li> <li>Identifica la necesidad de fomentar el reconocimiento de destrezas en las adolescentes y el fortalecimiento de sus competencias.</li> <li>Reflexiona sobre la realidad de las mujeres en el entorno laboral, los derechos y responsabilidades laborales que poseen, herramientas básicas para la empleabilidad y el contexto laboral en el que se desenvuelven.</li> </ul>

## ETAPA DE FORMACIÓN CONCEPTUAL Y VIVENCIAL

Bloque/Competencia	Número de sesiones	Objetivos de las sesiones	Evidencias de aprendizaje
<p>La facilitadora del PANI comprende el engranaje entre el fortalecimiento de capacidades (Gira) y la generación de oportunidades (Soles) con las adolescentes mujeres del Modelo Girasoles, de acuerdo con las premisas de articulación institucional y alianzas político-privadas con enfoque de responsabilidad social.</p>	<p><b>1 sesión:</b> <b>#5: Extendiendo el cuidado: Engranaje y articulación</b></p>	<p>Comprender la importancia de la articulación institucional local para la generación de capacidades y oportunidades en las adolescentes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica las fortalezas y las debilidades de la propia institución y de las otras instituciones locales para la generación de capacidades y oportunidades en las adolescentes.</li> <li>• Analiza oportunidades para el fortalecimiento del trabajo con otras instituciones locales.</li> <li>• Propone planes de articulación institucional local para el fomento de capacidades y oportunidades para las adolescentes.</li> </ul>

## ETAPA DE ACOMPAÑAMIENTO Y SEGUIMIENTO

Bloque/Competencia	Número y nombre de la sesión	Objetivos de las sesiones	Evidencias de aprendizaje
<p>Capacidad para implementar una experiencia demostrativa con el acompañamiento grupal y el seguimiento metodológico del Equipo de la Fundación PANIAMOR.</p>	<p><b>4 sesiones:</b> <b>Acompañamiento y seguimiento</b></p>	<p>Comprender la importancia del acompañamiento y la co-visión para la retroalimentación y la aplicación de las actividades para desarrollar el eje 1 y 2 del Modelo Girasoles.</p> <p>Acompañar grupalmente a la Unidad Móvil a la implementación de las sesiones y los emergentes del grupo facilitador ante la aplicación de la guía metodológica Sembrando Girasoles dirigida a las adolescentes madres.</p> <p>Facilitar el contenido metodológico para la sesión de trabajo con las jóvenes.</p> <p>Revisar en conjunto el contenido planificado y realizar los ajustes requeridos para su puesta en marcha.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica las fortalezas y las debilidades de la propia institución y de las otras instituciones locales para la generación de capacidades y oportunidades en las adolescentes.</li> <li>• Analiza oportunidades para el fortalecimiento del trabajo con otras instituciones locales.</li> <li>• Propone planes de articulación institucional local para el fomento de capacidades y oportunidades para las adolescentes.</li> </ul>





## ETAPA DE IMPLEMENTACIÓN DE LA EXPERIENCIA DEMOSTRATIVA SEMBRANDO GIRASOLES DIRIGIDA A LAS ADOLESCENTES

Bloque/Competencia	Número y nombre de la sesión	Objetivos de las sesiones	Evidencias de aprendizaje
<p>La Unidad Móvil con la capacidad para implementar el currículo de la guía Sembrando Girasoles con las adolescentes del Programa Adolescente Madre en la Región de Heredia, incorpora la vivencia, la creatividad y las condiciones del contexto donde se implementa.</p>	<p><b>5 sesiones</b></p>	<p>Aplicar la guía metodológica Sembrando Girasoles dirigida a las adolescentes del Programa Adolescente Madre con los ajustes incorporados en la etapa de acompañamiento y seguimiento e incorporando las condiciones del contexto de cada lugar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica las condiciones particulares tanto subjetivas como contextuales de las adolescentes del Programa Adolescente Madre en cada región.</li> <li>• Analiza junto al equipo de trabajo las guías de mediación dirigidas a las adolescentes madres e incorpora los ajustes basados en sus propias necesidades, saberes y experiencias.</li> <li>• Aplica la guía y concluye procesos con las adolescentes valorando los logros y las tareas que requieren puntos de mejora.</li> </ul>



# VI. Etapa de Formación conceptual y vivencial. Guía de mediación

## 6.1 Descripción de los bloques y estructuras pedagógicas de la Etapa de Formación conceptual y vivencial

Este apartado está conformado por los bloques/competencias de la etapa de Formación **para el fortalecimiento de las capacidades del personal de la Dirección Regional del PANI-Heredia del Programa Adolescente Madre**. Como se mencionó anteriormente, la meta es proveer la movilización personal y la generación de la construcción de conocimientos, donde el personal del PANI reconozca sus capacidades personales, profesionales y como equipo de trabajo, generadas por la experiencia previa y tenga una visión abierta a nuevos paradigmas para el acompañamiento de las adolescentes del Programa Adolescente Madre. Esta etapa pretende que las personas estén abiertas a nuevos saberes y prácticas de las que se realizan en la institución y puedan reflexionar sobre un marco de referencia común, basados en los enfoques y premisas del Modelo Girasoles.

Cada bloque contiene un objetivo pedagógico general y se desagregan los resultados de aprendizaje esperados que establecen una ruta de enseñanza-aprendizaje. Las sesiones tienen estrategias didácticas que comprenden actividades sensibilizadoras, apoyo conceptual, actividades participativas, aplicativas y actividad de cierre. Por la modalidad virtual se realizan actividades de activación y recesos, donde las personas puedan ponerse de pie y descansar para poder continuar.

La estructura pedagógica de las sesiones se refiere al nombre de la sesión, sus objetivos, las estrategias didácticas y los resultados. Posteriormente, se describe el cronograma de las actividades. Por último, se presenta cada una de las actividades, los materiales, el proceso y aspectos a tomar en cuenta.

## 6.2 Bloque/Competencia 1. Aplicación de ideas fuerza de enfoques y premisas del Modelo Girasoles

Comprende las ideas fuerza de los enfoques de Género, Derechos Humanos de las NNA y Juventudes y la importancia de su aporte para el fortalecimiento de la agencia, la promoción de la ciudadanía activa, el desarrollo, la construcción y el ejercicio de las autonomías de las adolescentes.

En este bloque las personas participantes realizan una reflexión de las ideas fuerza de los enfoques claves del Modelo Girasoles y su aplicabilidad en el quehacer profesional y la vida personal, así como institucional. Contrastan los paradigmas tradicionales y los enfoques nuevos y sus implicaciones para reflexionar sobre sus prácticas. Entiende, además la heterogeneidad del ser adolescente y las implicaciones de los enfoques de DDHHNNA, de Género, Juventudes y el curso de vida y otras interseccionalidades en el Programa Adolescente Madre. Este bloque consta de dos sesiones.



## 6.2.1 Estructura de la Sesión 1. Enfoques del Modelo Girasoles de la Fundación PANIAMOR

Sesión 1	Objetivos de la sesión	Estrategias didácticas	Resultados de aprendizaje
<b>Enfoques del Modelo Girasoles de la Fundación PANIAMOR</b>	Identifica las ideas fuerza de los enfoques de Derechos Humanos, igualdad de Género y Juventudes.	<b>Bienvenida y contexto</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Presentación de las personas participantes.</li><li>• Presentación Modelo Girasoles y de la consultoría.</li><li>• Sociometría con cámaras.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conoce las ideas fuerza de los enfoques de Derechos Humanos, Género y Juventudes.</li><li>• Contrasta las implicaciones de los enfoques tradicionales en comparación con los del modelo.</li><li>• Enumera las características del trabajo que desarrollan, que ya integran los enfoques de derechos humanos, perspectiva de género y de juventudes.</li><li>• Define las estrategias adecuadas para mejorar la incorporación de esos enfoques en la atención brindada.</li><li>• Desarrolla acciones para promover un acompañamiento a las adolescentes basado en los enfoques clave.</li></ul>
	Analiza los cambios necesarios que permitan integrar los enfoques del Modelo al trabajo con las adolescentes.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Derechos Humanos y vulnerabilidades</li><li>• Exposición conceptual sobre las ideas fuerza del enfoque de Derechos Humanos de las Adolescencias.</li><li>• Cine cotidiano. Los roles de género patriarcales para abordar las nociones básicas de género. Actividad Género.</li><li>• Exposición conceptual. Ideas fuerza del enfoque de Género</li><li>• ¿Qué es ser adolescente?</li><li>• Exposición conceptual sobre las ideas fuerza del enfoque de Juventudes.</li></ul>	
	Propone un acompañamiento que entienda la diversidad de las adolescentes y defiende sus derechos humanos, a partir de una mirada de género sensible y autocrítica.	<b>Actividad de activación.</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• “El camino recorrido”: FODA.</li><li>• Plenaria.</li><li>• Cierre grupal y evaluación escrita.</li></ul>	

## Cronograma de las actividades de la Sesión 1. Enfoques del Modelo Girasoles de la Fundación PANIAMOR

<b>Tiempo estimado</b> 	 <b>Actividad</b>
10 min	Registro de asistencia, bienvenida y contexto. Manejo de Classroom.
10 min	Dime que eres del PANI, sin decirlo. Presentación de cada participante.
15 min	Sociometría con cámaras.
10 min	Actividad conceptual: Modelo Girasoles y consultoría.
40 min	Actividad participativa: Derechos Humanos y condiciones de vulnerabilidad.
10 min	Actividad conceptual: Ideas fuerza del enfoque de DDHH.
15 min	Receso.
50 min	Actividad participativa: Cine cotidiano. Los roles de género patriarcales para abordar las nociones básicas de género.
10 min	Actividad conceptual: Ideas fuerza del enfoque de DDHH.
40 min	Actividad participativa: ¿Qué es ser adolescente?
10 min	Actividad conceptual: Enfoque de Juventudes y Adolescencias.
60 min	Almuerzo. Receso.
5 min	Actividad de activación.
40 min	Actividad: “El camino recorrido” FODA.
40 min	Plenaria: discusión y construcción conjunta de las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas para aplicar enfoques en el PANI.
10 min	Cierre con una palabra.
5 min	Evaluación: llenar formulario. Asignación de actividad asincrónica.



# CÁPSULAS CONCEPTUALES DE LA SESIÓN 1: Enfoques del modelo girasoles de la fundación paniamor



Dale click aquí y descarga el PDF Enfoques del Modelo Girasoles.

## DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE LA SESIÓN 1. ENFOQUES DEL MODELO GIRASOLES DE LA FUNDACIÓN PANIAMOR

### Actividad 1:

#### Bienvenida y contexto

**Descripción:** El objetivo de esta actividad es aclarar las metas de aprendizaje, la estructura del curso y la presentación del equipo facilitador. Se plantea el encuadre del proceso de formación y se promueve la construcción de acuerdos y el cumplimiento de todas las sesiones, su asistencia y participación. Se comparte la agenda y el proceso de la capacitación llamada “Sembrando Girasoles” y se discute el origen del nombre. Por otra parte, se verbalizan las reglas del grupo que se pueden construir conjuntamente. También es necesario realizar una introducción a la herramienta Zoom y al “Classroom”, dada la modalidad virtual.

**Materiales:** Herramienta digital Classroom donde se van colgando los materiales para cada sesión. Celular o computadora con internet y audio y preferiblemente, cámara encendida. Plataforma Zoom.

#### Proceso:

- Dar una bienvenida cordial, permitiendo que la espontaneidad aflore, así como dudas, expectativas y comentarios.
- Compartir con las personas participantes la siguiente información logística:
  - El curso será realizado utilizando la plataforma Zoom durante 9 sesiones, 5 sesiones de formación y 4 de seguimiento a las capacitaciones que los participantes desarrollarán con las adolescentes de sus áreas de trabajo.
  - La convocatoria de las personas participantes la realizan las jefaturas de la Oficina Regional. Es fundamental su asistencia y realizar las tareas asignadas, como parte de su horario de trabajo.
  - Deben llenar el formulario de inscripción y se solicita permiso para crear un grupo de WhatsApp para envío de información, únicamente relacionada con el curso.
  - Durante el proceso es importante la confidencialidad, el respeto y una asistencia constante, que favorecerá el enriquecimiento personal.
  - Las y los participantes también se podrán presentar vía chat en caso de que no cuenten con cámara o micrófono.

#### A tomar en cuenta:

- Al presentarse deje clara su motivación en participar en el proceso que inician y al mismo tiempo, su posición como mediadora y no experta. Esta es una forma de buscar conexión y confianza con el grupo desde el inicio.
- Explique de manera clara y con entusiasmo los principales elementos del proceso y sus etapas para el fortalecimiento de capacidades del personal para la implementación de una experiencia demostrativa con la guía metodológica “Sembrando Girasoles” dirigida a las adolescentes del Programa Adolescente Madre.
- Apóyese en la construcción de acuerdos para motivarles a participar activamente, externar dudas, revisar su propia historia de crianza, abrirse a nueva información y colaborar con otras personas participantes, todo esto como aspectos esenciales de la formación.



## Actividad 2:

### Dime qué eres del PANI, sin decirlo. Presentación de participantes

**Descripción:** El objetivo de esta actividad es crear un clima cálido y de confianza con y entre las personas participantes, que les permita sentirse recibidas y acompañadas durante el proceso que inicia. Además, establece un ambiente de juego y el reconocimiento de quiénes somos y nuestras expectativas. Para ello, realizamos una presentación con nuestro nombre, profesión y podemos colocar la siguiente frase: “Dime que eres del PANI, sin decirlo para que las personas agreguen un gesto o palabra que permita identificar qué hace en su institución.

**Materiales:** Celular o computadora con internet y audio y preferiblemente cámara.

#### Proceso:

- Invitar a las personas que se presenten y destaquen alguna característica con la que identifiquen a su institución.
- Permita crear pertenencia y evidencie las características comunes destacadas, las cuales es posible que no supieran previamente que eran con las que se identificaban las otras personas.
- Invite a la alegría y diversión como parte esencial del aprendizaje.

#### A tomar en cuenta:

- Brinde un acompañamiento cálido y seguro a las personas que participan en la dinámica y motive a que todas las personas se presenten.
- Propicie la construcción de una atmósfera de confianza y conexión con y entre las participantes.
- Valide los sentimientos de las y los participantes en cuanto al trabajo en la institución.



## Actividad 3:

### Sociometría con cámaras

**Descripción:** El objetivo es conocer las características comunes del grupo y crear un ambiente donde las personas logren conectarse con otras. Realizamos una actividad sociométrica para visualizar cómo se constituye el grupo. En esta actividad se señala que se harán unas preguntas al grupo. Aquellos cuya respuesta sea “sí” o afirmativa deben dejar sus cámaras encendidas, mientras que aquellos cuya respuesta sea “no”, deben apagarlas.

**Materiales:** El siguiente guion de preguntas:

- a. ¿Quiénes se encuentran en este momento en un lugar físico compartido? ¿quiénes en uno privado?
- b. ¿Quiénes han recibido cursos virtuales?
- c. ¿Quiénes tienen más de 5 años de trabajar en el PANI?
- d. ¿Quiénes son psicólogas?
- c. ¿Para quién es su primera experiencia de capacitación virtual?
- d. ¿Quiénes han recibido cursos específicos para trabajar con adolescentes mujeres?
- e. ¿Quiénes tienen hijos o hijas adolescentes?
- f. ¿Alguna pregunta que deseen realizar al grupo?

### Proceso:

Invite a las personas a descubrir las diferencias y semejanzas que compartimos con otras personas.

Reconozca que algunas veces desconocemos las características o situaciones en común que tenemos con otras personas con quienes convivimos en el trabajo.

Reflexione sobre las características del grupo.

### Tomar en cuenta:

No todas las participantes van a poder o querer encender sus cámaras, por el contexto familiar, personal y las condiciones de conectividad, entre otras, por lo que se les puede invitar a reaccionar con los emoticones disponibles de Zoom, vía audio, o chat.

Es necesaria la apertura y flexibilidad en este tipo de ejercicios, de modo que las personas no se sientan forzadas, sino por el contrario, motivadas a participar según sus posibilidades.



## Actividad 4:

### Apoyo conceptual del Modelo Girasoles de la Fundación PANIAMOR

**Descripción:** El objetivo de esta actividad es brindar un marco conceptual de los principales enfoques y premisas del Modelo Girasoles y sus aportes al proceso de formación del personal del PANI y de las adolescentes del Programa Adolescente Madre. La persona facilitadora proyecta las diapositivas y expone los principales objetivos, aportes y premisas del modelo, así como sus resultados y ejemplifica a partir de su experiencia.

**Materiales:** Presentación de PPT ¿Qué es el modelo Girasoles?

#### Proceso:

Formular preguntas generadoras sobre el proyecto.

Recuperar las opiniones de las personas que voluntariamente participen.

#### A tomar en cuenta:

La participación y los comentarios pueden ser variados en longitud y profundidad, por lo que es fundamental el papel de las personas facilitadoras en la moderación de la palabra, para mantener los tiempos de la agenda y la recuperación de aportes valiosos que se puedan profundizar más adelante.

Puede encontrar esta presentación en formato Power Point en el enlace asignado de Classroom.

## Actividad 5:

### Derechos Humanos y condiciones de vulnerabilidad

**Materiales:** Audio, vídeo y chat de Zoom. Guion de personajes y preguntas (Anexo 1).

**Descripción:** La facilitadora o alguna persona que le asista, le asigna a cada participante uno de los personajes del Anexo 2, vía chat de Zoom en forma privada. Ese rol se debe mantener en secreto para el resto del grupo. Luego se dedica un tiempo para que cada persona imagine cómo es el personaje que se le asignó, sus condiciones de vida, lo que hace en la vida cotidiana, el lugar donde vive, etc. A continuación, se harán unas preguntas al grupo y cada uno debe responder de acuerdo con su personaje; quienes respondan afirmativamente a la pregunta dejan sus cámaras encendidas o hacen un sonido, o bien, ponen un emoticón, mientras los que no acceden a ese derecho, apagan la cámara y se quedan en silencio. Una vez realizada la actividad se comparte sobre cómo se sintieron, si su personaje podía acceder a los derechos o no, y qué piensan al respecto.

Se pueden establecer las siguientes preguntas generadoras para la reflexión inicial: ¿Cómo te sentiste en ese papel? ¿Te identificaste con el papel que te asignaron? ¿Cuáles son tus condiciones para ejercer tus derechos? ¿Pudiste encender la cámara o no? ¿Qué piensan al respecto?

Luego de compartir la experiencia individual, el grupo reflexiona sobre alguna situación que la dinámica refleja sobre la sociedad actual, ¿Cuáles fueron las desigualdades identificadas en sus personajes, por razones de género y por edad? ¿Quiénes fueron los personajes más afectados y por qué? ¿Estas desigualdades podrían causar impactos en la salud de las personas? ¿En qué aspectos? ¿En la situación de pandemia, qué condiciones pueden afectar el autocuidado?





### Tomar en cuenta:

- Dependiendo del nivel de conocimiento sobre Derechos Humanos y condiciones de desigualdad, podría suceder que las personas no identifiquen diferencias entre las posibilidades de acceso de una u otra persona a los diferentes recursos, por ello es fundamental que la facilitadora subraye el hecho de que aunque todas las personas “somos iguales ante la ley”, existen diferencias de clase, edad, etnia, género, preferencia sexual, discapacidad y otras, que hacen que para algunas personas sea más difícil hacer valer sus derechos, que para otras con mayores privilegios.
- Se debe recordar que vivimos en una sociedad capitalista, colonialista, adulto céntrica y patriarcal que normaliza algunas desigualdades y culpabiliza a las y los individuos por su condición, cuando esta responde a la historia de la humanidad.
- Si el grupo es muy grande se pueden crear subgrupos para reflexionar con base en las preguntas y luego, traer a plenaria a través de una persona como relatora que sintetice la reflexión del subgrupo.

### Actividad conceptual: Enfoque de DDHH

**Materiales:** PPT Ideas fuerza del enfoque de DDHH y NNA

Descripción: El objetivo de esta actividad es brindar un marco conceptual de las principales ideas fuerza y su aplicabilidad del enfoque de DDHHNNA. La persona facilitadora proyecta la PPT y expone los principales objetivos, aportes y premisas del modelo, así como sus resultados y ejemplifica a partir de su experiencia en el trabajo con las personas adolescentes.

### Tomar en cuenta:

Se pueden formular preguntas generadoras sobre lo expuesto.

Se recuperan las opiniones de las personas que voluntariamente participen.

La participación y los comentarios pueden ser variados en longitud y profundidad, por lo que es fundamental el papel de las personas facilitadoras en la moderación de la palabra, así como de la consciencia de los tiempos de la agenda y la recuperación de aportes valiosos que se puedan profundizar más tarde.

Puede encontrar esta presentación en formato Power Point en el enlace asignado de Classroom o apoyarse en las cápsulas conceptuales de esta sesión.



## Actividad 6:

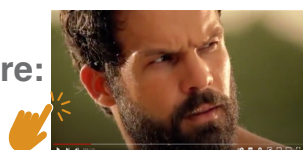
**Cine cotidiano. Los roles de género patriarcales para abordar las nociones básicas de género**

**Materiales:** Videos de YouTube.

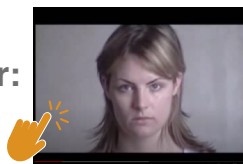
### **Roles Tradicionales:**

Dale clic y observa un video

**Hombre:**



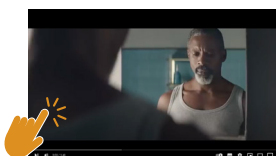
**Mujer:**



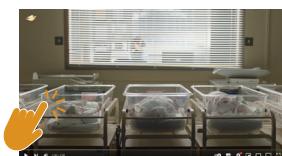
### **Otras feminidades y masculinidades posibles:**

Dale clic y observa un video

**Masculinidades:**



**Feminidades:**



**Descripción:** Se proyecta el video y luego se abre un espacio para compartir las ideas y reflexiones que les genera a los y las participantes.

**Tomar en cuenta:**

- Se aborda la diferencia sexo – género, y el enfoque de género.
- Se reflexiona sobre los estereotipos de género impuestos a la mujer por la sociedad patriarcal.
- Se subraya cómo las referentes tienen una influencia en las adolescentes y jóvenes.

## Actividad 7:

**Apoyo conceptual de Enfoque de Género**

**Materiales:** PPT. Ideas fuerza del enfoque de Género.

**Descripción:** El objetivo de esta actividad es brindar un marco conceptual de las principales ideas fuerza y la aplicabilidad del enfoque de Género. La persona facilitadora proyecta la PPT y expone los principales objetivos, aportes y premisas del modelo, así como sus resultados y ejemplifica a partir de su experiencia en el trabajo con las personas adolescentes.

**Tomar en cuenta:**

- Se pueden formular preguntas generadoras sobre lo expuesto.
- Se recuperan las opiniones de las personas que voluntariamente participen.
- La participación y los comentarios pueden ser variados en longitud y profundidad, por lo que es fundamental el papel de las personas facilitadoras en la moderación de la palabra, así como de la consciencia de los tiempos de la agenda y la recuperación de aportes valiosos que se puedan profundizar más tarde.
- Puede encontrar esta presentación en formato Power Point en el enlace asignado de Classroom o apoyarse en las cápsulas conceptuales de esta sesión.



## Actividad 8:

### ¿Qué es ser adolescente?

**Materiales:** Imagen Juventudes que se manifiestan de diversas maneras.

**Descripción:** En plenaria se discute sobre las imágenes de adolescencias y juventudes que se ven en pantalla, posteriormente, se pasa a subgrupos a conversar sobre los paradigmas del trabajo con adolescentes y jóvenes. Discuten sus implicaciones y dan ejemplos.

#### Tomar en cuenta:

- Se reflexiona sobre las diferentes formas de ser adolescente y su diversidad por contexto, edades, origen étnico y discapacidad.
- Es importante señalar la visión hegemónica que tenemos de la adolescencia, todos los imaginarios sociales que no se ajustan a la realidad de las personas adolescentes.
- Hacer énfasis en las diferentes condiciones de las adolescencias y su heterogeneidad, su poder para la participación social.
- Si vemos al grupo cansado podemos plantear una actividad de activación como un estiramiento para reactivarnos justo después del receso.

## Actividad 9:

### Apoyo conceptual: Enfoque de Juventudes y Adolescencias

**Materiales:** PPT. Ideas fuerza del enfoque de Juventudes incorporando los mitos sobre las personas adolescentes y su esencia.

**Descripción:** El objetivo de esta actividad es brindar un marco conceptual de las principales ideas fuerza y la aplicabilidad del enfoque de Juventudes y el curso de vida de la Adolescencia. La persona facilitadora proyecta la PPT y expone los principales objetivos, aportes y premisas del modelo, así como sus resultados y ejemplifica a partir de su experiencia en el trabajo con las personas adolescentes y las interseccionalidades, edad y género.

#### Tomar en cuenta:

- Se pueden formular preguntas generadoras sobre lo expuesto.
- Se recuperan las opiniones de las personas que voluntariamente participen.
- La participación y los comentarios pueden ser variados en longitud y profundidad, por lo que es fundamental el papel de las personas facilitadoras en la moderación de la palabra, así como de la consciencia de los tiempos de la agenda y la recuperación de aportes valiosos que se puedan profundizar más tarde.
- Puede encontrar esta presentación en formato Power Point en el enlace asignado de Classroom o apoyarse en las cápsulas conceptuales de esta sesión.



## Actividad 10:

**Activación Grupal:** tiene como objetivo reactivar el cuerpo para continuar el proceso de aprendizaje. Se les invita a ponerse de pie y estirar cada parte del cuerpo durante cinco minutos

**Materiales:** Ninguno.

**Tomar en cuenta:**

- Podemos empezar con cámara encendida, no obstante, algunas personas no podrán hacerlo.
- La idea es invitar a realizar un relajamiento del cuerpo.

## Actividad 11:

**“El camino recorrido “Fortalezas, Oportunidades, Desafíos y Amenazas. FODA**

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** En plenaria se construye un FODA (Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas) para reconocer iniciativas, procedimientos y actividades donde el PANI incluye la aplicación de los enfoques del Modelo Girasoles de la Fundación PANIAMOR. Al mismo tiempo, se busca visibilizar posibles puntos de mejora en la misma línea.

**Tomar en cuenta:**

- Si el grupo es muy grande puede hacerse en subgrupos, dividirse por letra y luego compartirlo y retroalimentarlo en plenaria.
- Invite a la discusión y a construir en plenaria mediante una pizarra el FODA para poder visualizarlo en grupo.

## Actividad 12:

**Evaluación y cierre**

**Materiales.** Formulario de evaluación. Anexo 2.

**Descripción:** Cada actividad de cierre permite que el grupo pueda expresar sus inquietudes y aprendizajes. Se realiza un cierre evocando con una palabra o gesto lo aprendido durante la sesión. Se invita a llenar el formulario de evaluación vía chat.

**Tomar en cuenta:**



- Motivar a cada participante a la expresión ya sea con un emoticón, palabra hablada o escrita en el chat del Zoom
- El formulario de evaluación se implementa después de cada sesión para que quede una base de datos con la información para la mejora de cada sesión.



## 6.2.2 Estructura de la Sesión 2. Nutriendo desde la raíz: Las adolescencias

Sesión 2	Objetivos de la sesión	Estrategias didácticas	Resultados de aprendizaje
<b>Nutriendo desde la raíz: Las adolescencias</b>	Reflexionar sobre las creencias limitantes y fortalezas personales que influyen en el acompañamiento que brinda a las personas adolescentes e identifica la necesidad de revisar constantemente las propias percepciones y prácticas a la hora de acompañarlas.	<b>Bienvenida:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Cómo les fue con el Classroom?</li><li>• Reconociendo a las otras.</li><li>• Fotografías de mi adolescencia.</li><li>• “Soy una adolescente y vos” Juicios, sentimientos y necesidades: herramientas de comunicación empática.</li></ul> <b>Receso</b> <p>¿Quiénes son ellas?</p> <b>Plenaria</b> <p>Estado de la Situación de las adolescentes mujeres.</p> <b>Plenaria</b> <p>Almuerzo</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Describe experiencias personales de su adolescencia.</li><li>• Comparte las fortalezas y dificultades en su dinámica de relacionamiento desde su lugar de adolescente mujer.</li><li>• Describe las fortalezas y debilidades en el ejercicio profesional para la atención cotidiana a las adolescentes.</li><li>• Distingue prácticas, comportamientos y habilidades necesarias para el trabajo con las adolescentes y se compromete a desarrollarlas de manera autocrítica.</li><li>• Formula un Plan individual con metas alcanzables en un plazo determinado para superar las barreras clave en el abordaje a las adolescentes.</li><li>• Construye estrategias de auto reflexión para poner en práctica durante el abordaje de las adolescentes.</li><li>• Enumera las características de la persona adolescente.</li><li>• Describe las necesidades de la adolescente de acuerdo con su contexto.</li><li>• Enlista las fortalezas y barreras de las adolescentes para el ejercicio de su autonomía económica.</li><li>• Desarrolla estrategias para el fortalecimiento de la agencia personal de las adolescentes.</li></ul>

## Cronograma de las actividades de la Sesión 2

Tiempo estimado 	 Actividad
20 min	Registro de asistencia, Bienvenida.
55 min	Fotografías de mi adolescencia.
55 min	“Soy una adolescente y vos”: Juicios, sentimientos y necesidades: herramientas de comunicación empática.
20 min	Receso
40 min	¿Quiénes son ellas?
50 min	PPT Estado de la Situación.
60 min	Almuerzo
10 min	Dinámica activadora: Juego Enano y gigante.
20 min	PPT Características psicosociales.
20 min	Video “Mitos sobre la adolescencia”.
15 min	Cierre: Cadáver exquisito: ¿Cómo nos recordarnos a nosotras mismas todo esto?



## CÁPSULAS CONCEPTUALES DE LA SESIÓN 2: Nutriendo desde la raíz: Las adolescencias



Dale click aquí y descarga el PDF  
Características psicosociales de las adolescentes

### DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE LA SESIÓN 2

---

#### Actividad 1:

##### **Bienvenida**

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** El objetivo es brindar la bienvenida a la sesión en un clima de confianza y calidez. Se les pregunta sobre reflexiones que hayan tenido con base en la sesión anterior, y cómo les fue con la herramienta “Classroom”. Se les presentan los objetivos de la sesión y la agenda del día.

##### **Tomar en cuenta:**

- Fomentar la participación de todas las personas desde el inicio.

#### Actividad 2:

##### **Fotografías de mi adolescencia**

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** El objetivo de esta actividad es que las personas participantes logren conectar con las características del desarrollo de las adolescentes desde sus propias experiencias. La facilitadora dirige con voz suave el siguiente ejercicio: “Nos sentamos y respiramos tres veces en posición erguida, tratando de concentrarnos en el día de hoy. En esta mañana que iniciamos queremos valorar que hay dentro de mí. Mi propia experiencia de cuando fui adolescente puede ser un recurso o fortaleza para el trabajo que hago; tratamos de visualizar en nuestra mente imágenes de momentos, sensaciones de cómo fue mi experiencia con los cambios que fue enfrentando mi cuerpo. ¿Cuáles eran mis ilusiones? ¿Cuáles eran mis miedos, mis alegrías? ¿Cómo eran las relaciones familiares? ¿En dónde viví en mi adolescencia? ¿Qué se me exigía como adolescente? Vamos a ver todas esas experiencias en nuestra mente, como si fuera una serie de fotografías y trataré de quedarme con alguna, cuando ya la tenga, respira tres veces y abre los ojos”.



Posteriormente, se hacen subgrupos para compartir las fotografías y sensaciones que les evocaron. En conjunto harán una lluvia de ideas de las principales sensaciones y necesidades que tenían y planean cómo van a expresar lo compartido con el resto del grupo en plenaria, ya sea como escena, con un collage, con una frase o estatua, de una forma creativa. En plenaria, cada grupo expresa lo que elaboró.

Se hace una ronda con todo el grupo sobre las principales asociaciones de lo expuesto por los grupos y el trabajo con las adolescentes. Se anota en la pizarra y se graba. La facilitadora refleja que se hizo contacto con las necesidades, particularidades de la propia adolescencia, y cómo son las diferentes experiencias dependiendo los contextos, del género, etc.

#### Tomar en cuenta:

- Que todos los grupos puedan compartir conjuntamente lo creado.
- La facilitadora refleja que se hizo contacto con las necesidades, particularidades de la propia adolescencia, y cómo son las diferentes experiencias dependiendo los contextos, del género, etc.
- Es importante tener la atención en las emociones y sentimientos que puede generar recordar momentos personales de la adolescencia que pueden ser dolorosos. Por tanto, instamos al respeto y la escucha.

### Actividad 3:

#### “Soy una adolescente y vos”: Juicios, sentimientos y necesidades. Herramientas de comunicación empática

**Materiales:** Tarjetas de juicios y necesidades. Fichas “Soy una adolescente y vos” (Anexo 3).

**Descripción:** En esta actividad se explican los componentes de la comunicación empática, como una herramienta que ayuda a conectar con el propio ser y como base para una comunicación efectiva con las adolescentes y un ejercicio para transformar los juicios en necesidades. Se enfatiza en la importancia de la conexión y el vínculo, como el corazón de una relación con una persona adolescente. Se hace una visualización donde se le pide al grupo que cierre los ojos y que se conecten con el corazón y desde ahí, visualice algún momento de su vida en que recibieron un mensaje de parte de alguna persona, y les hizo sentir amadas, comprendidas, aceptadas y/o impulsadas.

Luego invitamos a abrir los ojos y si alguien quiere compartir cómo fue su mensaje lo puede hacer. Posteriormente, se presenta la lista de necesidades universales para introducir la comunicación empática. Después, se muestra la lista de juicios sobre las adolescentes. Se les pregunta si hay algún otro juicio que quieran incluir. Se abre el diálogo para conversar sobre los juicios que se hacen de las necesidades de las adolescentes y desde las posiciones en que se hacen. Para ello el grupo se divide en subgrupos de 3 personas. Posteriormente, se brinda a cada grupo la ficha “Soy una adolescente, ¿y vos?” y se analiza para encontrar los juicios que se esconden detrás de cada frase.





Se le asigna una frase a cada subgrupo, y se les entregan las fichas de sentimientos y necesidades de las adolescentes y se les pide contestar la siguiente guía de preguntas:

- ¿Qué juicios se está expresando con esta frase hacia esa adolescente?
- ¿Tenemos nosotras también esos juicios?
- ¿Desde dónde los sostenemos?
- ¿Qué juicios/demandas/expectativas tenemos hacia nosotras mismas como personas facilitadoras de procesos con estas adolescentes?
- ¿Qué necesidades tenía esta adolescente al poner en práctica algo que terminó siendo tachado así?
- ¿Qué sentimientos puede tener una adolescente al ser tachada de esta forma?

Para contestar estas preguntas se les pedirá revisar la lista de sentimientos y necesidades y relacionarlas con los juicios encontrados. Por ejemplo: Si tenemos el juicio de “Es precoz sexualmente” podemos identificar detrás de ese juicio, la necesidad de construir identidad y de descubrimiento. Al final se les pide exponer por subgrupo lo que encontraron.

#### A tomar en cuenta:

- Por situación de tiempo, en la sesión de la visualización es mejor definir la participación de sólo dos personas.
- Recordar la importancia de las necesidades afectivas para el desarrollo de las adolescentes.
- Reflexionar a la luz de estos ejercicios que todas las personas, sin importar la edad, tenemos las mismas necesidades, sin embargo, por mucho tiempo no hemos reconocido las necesidades de las personas adolescentes.
- Priorizar para esta actividad el espacio de práctica en grupos pequeños, ya que, se tiene como objetivo que las personas participantes comprendan la utilización de la comunicación empática como herramienta para análisis futuros.
- Reflexionar sobre las características de la adolescencia a la luz de los enfoques del modelo como herramientas para el ejercicio de las autonomías (enlazar características con potencialidad).



## Actividad 4:

### ¿Quiénes son ellas?

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** Con esta actividad se busca que construyan el perfil de las adolescentes que participan en el Programa Adolescente Madre del PANI según las categorías de educación, trabajo, SS y SR, y violencias, para aterrizar al contexto específico. Se les pedirá que elaboren ese perfil a través de una historia que van a construir en conjunto. Se buscará que hagan referencia a las zonas de Heredia donde trabajan. La consigna es: *Esta es la historia de Cristina. Tiene 17 años, le gusta pasar tiempo con sus amigas, pero cuando están en espacios con gente nueva le cuesta hacer nuevos amigos. Su grupo de amigas son sus compañeras del colegio (...) ahora le paso la palabra a (...)* De esta forma, la siguiente persona continúa la historia hasta que todos hayan participado y le damos un final a la historia.

Posteriormente, se constituyen subgrupos para reflexionar sobre la historia y que respondan la siguiente guía de preguntas.

- ¿Qué sienten ante esta historia?
- ¿Qué mensajes recibe la adolescente?
- ¿Quién la escucha?
- ¿Qué fortalezas tienen?
- ¿Qué sueños tiene? ¿Qué situación vive en su familia? ¿Qué derechos puede o no ejercitar?

Al final, en plenaria el grupo retroalimenta el perfil que construyeron de las adolescentes.

### Tomar en cuenta:

- Podemos construir la historia en subgrupos o en el grupo en general a manera de un cuento.
- Se construye según las experiencias de trabajo con las adolescentes.
- Reconocer la importancia de la escucha, del vínculo y del sentimiento como fortaleza en la atención.
- Facilitar a las personas que compartan sus resonancias.



## Actividad 5:

### Estado de la Situación de las adolescentes mujeres en Costa Rica

**Descripción:** Se presentan datos actuales sobre el estado de la situación de las adolescencias en el país, especialmente la realidad de las adolescentes mujeres basadas en las estadísticas de diferentes informes nacionales.

#### Tomar en cuenta:

- Que la presentación utilizada corresponde a un material elaborado en el proyecto AMELIA a finales del año 2020, para futuras aplicaciones puede ser oportuno revisar si existen datos más actualizados.
- Es importante, que se puedan elaborar materiales basados en los datos del PANI sobre el estado de la situación de las adolescentes que participan en sus programas.
- La presentación de los datos invita a la participación grupal.

## Actividad 6:

### Juego Enano y gigante

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** Esta actividad se realiza después del receso de almuerzo para activar el cuerpo y volver a un ambiente de calidez, confianza y lúdico. Se les pedirá que muevan su cuerpo con el juego Enano-Gigante, abajo y arriba. Cuando alguna persona falla en la indicación, pasa a dirigir el juego y así sucesivamente.

#### Tomar en cuenta:

- Si alguna persona del grupo presenta alguna condición de discapacidad, se puede integrar haciéndolo dentro de sus posibilidades.

## Actividad 7:

### Apoyo conceptual sobre las características psicosociales de las personas adolescentes

**Materiales:** PPT. Características psicosociales de las personas adolescentes.

**Descripción:** El objetivo de esta actividad es brindar un acercamiento a las características de desarrollo de las personas adolescentes y de la mirada que tenemos como sociedad frente a ellas. La persona facilitadora proyecta la PPT, expone las principales ideas, ejemplifica a partir de su experiencia en el trabajo con las personas adolescentes y las interseccionalidades, edad y género.

#### Tomar en cuenta:

- Se pueden formular preguntas generadoras sobre lo expuesto.
- Se recuperan las opiniones de las personas que voluntariamente participen.
- La participación y los comentarios pueden ser variados en longitud y profundidad, por lo que es fundamental el papel de las personas facilitadoras en la moderación de la palabra, así como de la consciencia de los tiempos de la agenda y la recuperación de aportes valiosos que se puedan profundizar más tarde.
- Puede encontrar esta presentación en formato Power Point en el enlace asignado de Classroom o apoyarse en las cápsulas conceptuales de esta sesión.



## Actividad 8:

### Presentación del Video “Mitos sobre la adolescencia”

**Materiales:** Videos de YouTube.

Dale clic y observa un video



versión corta



versión completa

**Descripción:** Esta actividad invita a la reflexión sobre los prejuicios que tenemos como personas adultas y sociedad frente a las personas adolescentes. Se proyectará el video y se les pedirá que con lo visto hasta ese momento puedan compartir sus impresiones.

#### Tomar en cuenta:

- Se pueden formular preguntas generadoras sobre lo expuesto.
- Se recuperan las opiniones de las personas que voluntariamente participen.
- La participación y los comentarios pueden ser variados en longitud y profundidad, por lo que es fundamental el papel de las personas facilitadoras en la moderación de la palabra, así como de la consciencia de los tiempos de la agenda y la recuperación de aportes valiosos que se puedan profundizar más tarde.
- Este video también se puede trabajar como actividad asincrónica, de manera que lo vean en la casa y puedan discutir en la sesión sus impresiones.

## Actividad 9:

### Evaluación y Cierre

**Descripción:** Como conclusión de lo trabajado en la sesión, se solicita a las participantes en plenaria que elaboren una lista breve de “recordatorios” clave para tener presente durante el proceso de acompañamiento a las adolescentes. Para ello, se hará con “**Cadáver exquisito**” que consiste en completar la frase: “*quiero recordar ...*”, “*es vital...*” Cada una escribirá una frase completando la consigna y todas las personas la subirán al chat de Zoom, al mismo tiempo. Una de las compañeras leerá el texto que se construyó colectivamente.

#### Tomar en cuenta:

- Realizar la evaluación.
- Realizar la Tarea: Video la zona de confort.



### 6.3 Bloque/Competencia 2: Promoción la agencia personal y socioproductiva de las adolescentes madres

Promueve las capacidades de la Agencia Personal y Socioproductiva de las adolescentes madres considerando las condiciones subjetivas y del contexto socioeconómico y cultural al que pertenecen.

En este bloque las personas participantes comprenden que las adolescentes requieren practicar el autoconocimiento y el conocimiento de su contexto para reconocer sus intereses, necesidades, factores que potencien su desarrollo y la prevención de violencias en sus grupos de referencia (familia, pares, comunidad). Busca reconocer la importancia de construir los cimientos sólidos para su empoderamiento y autonomías y el papel que tenemos en los procesos socioeducativos para fomentar estas habilidades.

Se trata de acompañar a las adolescentes, como personas referentes, más allá de la labor profesional, a partir de una comunicación asertiva que incorpore la mirada de los derechos a la escucha y a las particularidades de la socialización de género. En este sentido, la noción de referente en este proceso de fortalecimiento de capacidades del personal del PANI es distinta al Modelo Girasoles, el cual comprende las personas referentes como las personas significativas de las mujeres jóvenes que los acompañen. En este caso, se interpela a la persona.

Por otra parte, está orientado a comprender que las adolescentes toman paulatinamente decisiones, y es importante visualizarlas como **protagonistas de sus vidas** y no como beneficiarias de una beca, abiertas a las oportunidades.

Es importante tener la visión de proceso y tiempo de las adolescentes por su curso de vida. Por otra parte, las participantes reconocen su papel para que las adolescentes dimensionen el valor e impacto de las propias fortalezas y el perfil educativo para el acceso a conseguir sus metas y proyecciones en el futuro. Rescata modelos de mujeres, sus logros y liderazgo, desmitificando los atributos sociales que obstaculizan el desarrollo pleno como personas. Este bloque consta de 2 sesiones.



### 6.3.1 Estructura de la Sesión3. Acompañando el crecimiento como referentes

Sesión 3	Objetivos de la sesión	Estrategias didácticas	Resultados de aprendizaje
<b>Acompañando el crecimiento como referentes</b>	Comprender la importancia del autoconocimiento y el conocimiento del contexto, como forma de potenciar el desarrollo personal, la agencia y el ejercicio de las autonomías y la prevención de violencias de género con las adolescentes madres.	<b>Bienvenida</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Cómo les fue con el video?</li><li>• Punto de encuentro</li><li>• Teatro inclusivo</li></ul> <b>Receso</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• PPT Brújula Humana</li><li>• PPT identidades</li><li>• Visualización</li><li>• PPT Autonomías</li><li>• Construcción colectiva de estrategias para el fortalecimiento de la agencia de las adolescentes.</li><li>• Contemplando Mi Árbol</li><li>• PPT grupo de referencia y pertenencia</li></ul> <b>Almuerzo</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Estiramiento</li></ul> <b>Receso</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dibujando un Girasol</li><li>• PPT Desafíos para el diálogo intergeneracional</li><li>• Puente diálogo</li><li>• Sabidurías Toltecas</li></ul> <b>Cierre:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Telaraña: Red de apoyo</li><li>• Evaluación.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Describe la importancia del autoconocimiento, automotivación, autoestima y autoconfianza en las identidades de las adolescentes para la agencia personal y para la prevención de violencias.</li><li>• Describe la importancia que tiene para las adolescentes las diferencias y semejanzas que tienen con sus grupos de referencia y pertenencia, en un clima de empatía, respeto y sororidad.</li><li>• Describe la riqueza de la diversidad de identidades, sus limitaciones y fortalezas como herramienta fundamental para la agencia personal de las adolescentes y para la prevención de violencias.</li><li>• Enlista las características que contribuyen para que un grupo funcione como red de apoyo para las adolescentes.</li><li>• Desarrolla la facilitación de un proceso de reflexión e introspección con las adolescentes para la potenciación del fortalecimiento de su agencia personal y para la prevención de violencias.</li><li>• Facilita prácticas basadas en empatía, respeto y sororidad que puedan ser multiplicadas en sus grupos de referencia y pertenencia de las adolescentes.</li></ul>



### Cronograma de las actividades de la Sesión 3: Acompañando el crecimiento: Referentes

<b>Tiempo estimado</b> 	 <b>Actividad</b>
10 min	Bienvenida ¿Cómo les fue con el video?
20 min	Punto de encuentro
40 min	Teatro inclusivo
20 min	Receso
60 min	Construcción colectiva de estrategias para el fortalecimiento de la agencia de las adolescentes.
30 min	Contemplando Mi Árbol
50 min	PPT grupo de referencia y pertenencia
60 min	Almuerzo
10 min	Estiramiento
30 min	Dibujo un girasol en grupo
45 min	PPT diálogo intergeneracional/axiomas/acuerdos toltecas
15 min	Telaraña
15 min	Evaluación



### DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE LA SESIÓN 3: ACOMPAÑANDO EL CRECIMIENTO COMO REFERENTES

#### Actividad 1:

##### Bienvenida

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** El objetivo es brindar la bienvenida a la sesión en un clima de confianza y calidez. Se les pregunta sobre reflexiones que hayan tenido con base en la sesión anterior, y cómo les fue con la herramienta, el video **y comentar sobre la Tarea:** video “Zona de confort” cómo se relaciona a lo trabajado con las adolescentes. Se les presentan los objetivos de la sesión y la agenda del día.

##### Tomar en cuenta:

- Busca fomentar la participación de todas las personas desde el inicio.

#### Actividad 2:

##### Punto de encuentro

**Materiales:** Lista de consignas.

**Descripción:** Con una lista de consignas se pretende que las participantes vean las similitudes y diferencias que había entre ellas al ser adolescentes y cómo todas esas características eran y son muy enriquecedoras. Se les pide que recuerden cómo eran como adolescentes, y que respondan como si estuvieran en ese momento.

Utilice la siguiente guía de preguntas:

1. ¿Quién vive con su mamá?
2. ¿Quién vive con su papá?
3. ¿Quién vive con su pareja?
4. ¿Quién tiene hijos?
5. ¿Quién no tiene hijos?
6. ¿Quién quiere tener hijos?
7. ¿Quién no quiere tener hijos?
8. ¿Quién ha tenido que cuidar a sus hermanos y hermanas menores?
9. ¿Quién estaba estudiando?
13. ¿Quién quiere tener un trabajo?
14. ¿Quién ha hecho trabajos por su propia cuenta?
15. ¿Quién hace trabajos no remunerados?
16. ¿A quién le gusta estar al aire libre?
17. ¿Quién extraña las actividades presenciales?
18. ¿A quién le gusta ver películas?
19. ¿A quién le gusta escuchar música?
20. ¿A quién le han gritado cosas en la calle?
21. ¿Quién tiene a una persona a la que le tiene mucha confianza y con quién puede hablar tranquila?
22. ¿Quién quisiera tener una persona para hablar con mucha confianza?
23. ¿Quién ha tenido antes buenas amigas?
24. ¿Quién quiere tener buenas amigas?
25. ¿Quién tenía un grupo en el que se sentía acompañada? ¿Y quién no?





### Tomar en cuenta:

- Dejar el espacio por si alguna persona quiere hacer una pregunta extra.
- Rescatar la diversidad de experiencias.
- Señalar al grupo que estas actividades se pueden retomar con las adolescentes para generar un ambiente de confianza, ya que, son de la Caja de herramientas del Modelo Girasoles. Hay que señalar que se pueden hacer presenciales o virtuales.
- Señalar la importancia de aprender haciendo.
- Aclarar qué se entiende por trabajo no remunerado de las adolescentes.
- Cada una de las preguntas permite ver las características del grupo y que ellas vean puntos de encuentro con otras chicas. La actividad permite subrayar cómo las diferencias enriquecen.

## Actividad 3:

### Teatro Inclusivo

**Materiales:** PPT con Brújula humana.

**Descripción:** Se usarán historias para introducir el tema de la diversidad sexual. En subgrupos se asigna una de las historias y se les pide que piensen en cuál puede ser el final de esa situación.

### Tomar en cuenta:

- Identificar las emociones que estos casos generan, lo que despiertan en nosotros y nosotras.
- En caso de que el final que le dieran a la historia sea como una adolescente empoderada y conocedora de sus derechos, vale hacer la reflexión si esto es común y real que suceda.
- Reflexionar sobre cómo estas condiciones llevan a las personas a muchas situaciones de violencia, discriminación y exclusión. La violencia por ningún motivo se justifica y siempre es responsabilidad de quien la ejerce, no de la víctima. Tomar en cuenta que la mayoría de los casos de violencia son reales e históricamente, es mayormente ejercida contra las mujeres. La violencia puede ser ejercida por cualquier persona, pero la estructura social patriarcal da poderes distintos a las personas de acuerdo con su género y otras características. Esto es muy importante trabajarlo con las adolescentes.
- Reflexionar sobre cómo podemos acompañar a las adolescentes para superar los mitos. Hay que recordar que la identidad sexual no es el todo de la persona, es sólo una característica, esto no las define. Recordar la integralidad. Su identidad sexual no puede invisibilizar lo que la persona es.
- Hay que recordar que, el objetivo principal siempre es el bienestar de las personas menores de edad y el reconocimiento de su diversidad. Más allá de voluntad, es un proceso de responsabilidad, especialmente para quienes cumplen un papel de referentes. Es indispensable el apoyo, aceptación, escucha, no juzgamiento incluso con los temas que no se dominen tanto.
- Para ampliación del tema se puede encontrar la información en el Manual del Modelo Girasoles, de la Maleta entregada a cada participante.



## Actividad 4:

### Construcción colectiva de estrategias para el fortalecimiento de la agencia de las adolescentes

#### Materiales: ¿Qué es la Autonomía?

**Descripción:** El objetivo es recuperar las diferentes formas de ser autónomo y el desarrollo constante de este potencial como personas. Se construye con el grupo a través de las siguientes preguntas generadoras ¿Qué es autonomía? ¿Cuándo fue la primera vez que fui autónoma? ¿Qué impacto tiene esto en la vida? ¿Cómo se va construyendo? En subgrupos, y a la luz de todos los contenidos abarcados hasta ahora se buscará que se trabajen las fortalezas y las barreras a las autonomías de las adolescentes. Se harán tres subgrupos, uno trabaja la autonomía física (sobre su propio cuerpo), otro la autonomía económica y otro la autonomía en la toma de decisiones, con base en las categorías que propone la CEPAL sobre las autonomías y en las que se basa el Modelo Girasoles.

De forma creativa deberán ejemplificar y mostrar al grupo lo construido en el subgrupo ¿Cómo es tener esta autonomía y cómo es no tenerla? (20 min).

En plenaria se buscará construir un listado de estrategias para el fortalecimiento de la agencia de las adolescentes a la luz de lo encontrado (20 min).

#### Tomar en cuenta:

- La participación y los comentarios pueden ser variados en longitud y profundidad, por lo que es fundamental el papel de las personas facilitadoras en la moderación de la palabra, así como de la consciencia de los tiempos de la agenda y la recuperación de aportes valiosos que se puedan profundizar más tarde.
- Si se quiere ampliar la información sobre el concepto de autonomía puede consultar el Manual del Modelo Girasoles<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Los manuales, tanto conceptual como el de la caja de Herramientas del Modelo Girasoles fueron entregados al personal del PANI con quienes se implementó esta guía metodológica "Sembrando Girasoles, en una maleta. Esta maleta también contiene fichas, un rompecabezas y otros materiales que son insumos para el trabajo grupal con las adolescentes del Programa Adolescente Madre.



## Actividad 5:

### Contemplando Mi Árbol

**Materiales:** Hojas de papel y lápiz.

**Descripción:** La actividad invita a reflexionar sobre la esencia de las fortalezas y recursos que tiene cada persona. Primero se le pide a cada una que dibuje un árbol. A continuación que escriban en las raíces los nombres de las personas que son importantes para ellas de sus familias de origen, en el tronco las personas que son importantes para ellas de sus “familias elegidas” / amigos y amigas cercanas y en las hojas lo que para ellas es importante en un grupo. Luego se les pide que lo compartan con el grupo para observar las diferencias y similitudes, así como las situaciones que posiblemente cada una ha tenido que afrontar. Se les pide subrayar cuáles son las características que debería tener un grupo para que las adolescentes se sientan en una red de apoyo, con base en lo que identificaron que era importante para ellas.

### Tomar en cuenta:

- Hay distintos tipos de familias, las adolescentes pueden sentirse incómodas y violentadas en éstas.
- La diferencia entre grupos de referencia/origen y los de pertenencia/que yo escojo.
- Identificar las características que debe tener un grupo para contener y propiciar el desarrollo pleno de las personas que forman parte de él, para construir un referente del grupo de pares durante los talleres socioformativos.
- Reflexionar sobre cómo las adolescentes conectan y construyen vínculos con otras personas, aunque no sean familia. Pensar cómo podemos acercarnos a ellas partiendo de eso. Estas también son redes de apoyo.
- Es muy fácil para las adolescentes sentirse solas. Es importante hacerles ver que ellas pueden aprovechar los momentos a solas para conocerse mejor, pero también, tener en cuenta que ellas pueden estar acompañadas.
- Esta actividad será realizada con las adolescentes, estamos aprendiendo a hacerla desde la propia experiencia.
- Para ampliación del tema se puede encontrar la información en la Caja de Herramientas del Modelo Girasoles, de la Maleta entregada a cada participante.
- Es importante tomar en cuenta que esta actividad se realiza con las adolescentes y se ejecuta el aprender haciendo.



## Actividad 6:

### Dibujo un girasol en grupo

**Descripción:** El objetivo de esta actividad es evidenciar los sentimientos que generan una comunicación empática y clara. Se dividen en 3 tríos donde una persona guiará a la otra para hacer un dibujo de un Girasol en plenaria, contra tiempo, tendrán 1 minuto para hacerlo. Luego las personas participantes hablarán de cómo se sintieron guiando y siendo guiadas. Se usarán 10 minutos por subgrupo en plenaria. El resto del grupo siempre va a ser observador de la forma de comunicación que ponen en práctica las personas participantes de esta actividad.

#### Tomar en cuenta:

- Vincularlo con los procesos de comunicación.
- Reflexionar si las formas de comunicación fueron autoritarias, de escucha, empáticas, entre otras.
- Reflexionar sobre el acompañamiento cálido, pero con disciplina y responsabilidad, lo cual es un equilibrio que se debe mantener.
- Para ampliación del tema se puede encontrar la información en la Caja de Herramientas del Modelo Girasoles, de la Maleta entregada a cada participante.
- Es importante tomar en cuenta que esta actividad se realiza con las adolescentes y se ejecuta el aprender haciendo.

## Actividad 7:

### Apoyo conceptual. Diálogo intergeneracional/axiomas/acuerdos toltecas

**Materiales:** PPT. Diálogo intergeneracional.

**Descripción:** El objetivo de esta actividad es brindar conceptos de la comunicación humana, un acercamiento a las barreras adulto-céntricas y de socialización de género y algunas herramientas como la escucha y la palabra. También se incorporan saberes de la filosofía de pueblos toltecas.

#### Tomar en cuenta:

- Se pueden formular preguntas generadoras sobre lo expuesto.
- Se recuperan las opiniones de las personas que voluntariamente participen.
- La participación y los comentarios pueden ser variados en longitud y profundidad, por lo que es fundamental el papel de las personas facilitadoras en la moderación de la palabra, así como de la consciencia de los tiempos de la agenda y la recuperación de aportes valiosos que se puedan profundizar más tarde.
- Puede encontrar esta presentación en formato Power Point en el enlace asignado de Classroom o apoyarse en las cápsulas conceptuales de esta sesión.



## Actividad 8:

### Evaluación y cierre

**Descripción:** Para cerrar la sesión se implementa la Telaraña, donde se les pregunta: ¿Qué puedo aportar a este proceso? Cada una hace un compromiso para lo que viene, y cada una “le tira la lana” simbólicamente a alguien más, es decir, le pasa la palabra. Se les recuerda que cada una es importante para sostener el proceso y que cada una puede marcar un cambio.

### Tomar en cuenta:

- Se les asigna una tarea asincrónica para la próxima sesión que consiste en llenar un formulario para crear un perfil de autoconocimiento en los siguientes links.


Dale clic para ingresar

The image shows two side-by-side screenshots of online forms. The left form is titled 'Inventario de Inteligencias Múltiples' and is based on Howard Gardner's research. It includes a user profile for 'minor.loaiza@paniamor.org' and fields for 'Nombre Completo' and 'Edad'. The right form is titled 'Inventario de Estilos de Pensamiento' based on Jung and Benziger's work, also with a user profile and fields for 'Nombre Completo' and 'Edad'. Both forms have a 'Siguinte' button and a 'Borrar formulario' link. A hand cursor icon is shown pointing to the 'Nombre Completo' field in both forms.

- Llenar el formulario de evaluación que se les envía a través del chat de WhatsApp.



## 6.3.2 Estructura de la Sesión 4. Abonando Girasoles: Estudio y empleo

Sesión 4	Objetivos de la sesión	Estrategias didácticas	Resultados de aprendizaje
<b>Abonando Girasoles: Estudio y empleo</b>	Comprende la importancia del fortalecimiento de las competencias de las adolescentes tomando en cuenta las demandas del sector educativo, como primer paso para potenciar su agencia socio productiva y el ejercicio de sus autonomías.	<p><b>Bienvenida</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Cómo les fue con la tarea?</li><li>• Mis modelos a seguir</li><li>• Mujeres en la historia</li><li>• Video</li></ul>  <p><b>Receso</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Amenazas de tormentas y huracanes</li><li>• PPT violencias y entorno laboral</li></ul> <p><b>Almuerzo</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Cómo es una adolescente madre?</li><li>• Viajeras que acompañan</li><li>• Perfiles</li></ul> <p><b>Receso</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• PPT competencias para el empleo y estudio</li></ul> <p><b>Cierre con 1 palabra</b></p> <p><b>Evaluación</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Describe la división sexual del trabajo como una imposición de género que puede trascenderse.</li><li>• Enlista oportunidades y limitaciones que necesitan cambiarse para las mujeres en el entorno laboral.</li><li>• Describe las destrezas y habilidades de las adolescentes para el aprendizaje en el entorno educativo y las competencias requeridas para cursarlo y que luego significarán oportunidades para el empleo.</li><li>• Explica las oportunidades de ascenso social que significa el estudio en la vida de las mujeres.</li><li>• Distingue las necesidades y recursos de una adolescente madre para cursar sus estudios.</li><li>• Define estrategias para fomentar en las adolescentes la búsqueda del balance entre sus derechos y sus responsabilidades.</li><li>• Ofrece el análisis de un perfil de características que permitan a las adolescentes reconocer sus fortalezas y puntos de mejora para el acceso a sus metas de estudio y empleo posterior.</li></ul>



## Cronograma de las actividades de la Sesión 4. Abonando Girasoles: Estudio y empleo

<b>Tiempo estimado</b> 	 <b>Actividad</b>
15 min	Bienvenida ¿Cómo les fue con el Classroom?
30 min	Mis modelos a seguir
60 min	Mujeres en la historia
20 min	Receso
60 min	Amenazas de tormentas y huracanes
25 min	PPT violencias y entorno laboral
60 min	Almuerzo
10 min	Estiramiento
40 min	¿Cómo es una madre adolescente?
60 min	Viajeras que acompañan y perfiles
20 min	PPT competencias para el empleo y estudio
15 min	Cierre con una palabra
15 min	Evaluación

## Cápsulas conceptuales de la sesión 4



Dale click aquí y descarga el PDF  
Abonando Girasoles: estudio y empleo

### DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE LA SESIÓN 4: ABONANDO GIRASOLES. ESTUDIO Y EMPLEO

#### Actividad 1:

##### Bienvenida

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** El objetivo es brindar la bienvenida a la sesión en un clima de confianza y calidez. Se les pregunta sobre reflexiones que hayan tenido con base en la sesión anterior, y cómo les fue con la tarea del perfil de inteligencias múltiples. Se les presentan los objetivos de la sesión y la agenda del día. Para empezar la sesión y crear un clima cálido de bienvenida podemos realizar la pregunta ¿Con qué venimos hoy a la sesión, con nuestra historia? Inicia una persona compartiendo y se lo pasa a otra.

##### Tomar en cuenta:

- Busca fomentar la participación de todas las personas desde el inicio.

#### Actividad 2:

##### Mis modelos a seguir

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** En grupo se les pide que escriban ¿Cuáles fueron mis modelos a seguir o los mensajes que recibí sobre lo que podía o no podía hacer? Para analizar cuáles fueron esos mensajes y modelos, y compararlos con lo que ellos (as) querían realmente hacer o lograr. Se les deberá preguntar si encontraron modelos para lo que querían o si no los encontraron, o si tuvieron apoyo o limitantes para hacerlo.

##### Tomar en cuenta:

- Es una actividad introductoria que sintoniza a las personas con sus propias historias y modelos para ser lo que son hoy y la influencia que ejercieron en sus adolescencias.
- Cada uno puede compartir sus imágenes y mensajes.
- Se recomienda acompañar las emociones que pueden generarse durante el ejercicio.





## Actividad 3:

### Mujeres en la historia

**Materiales:** Historias de mujeres de Costa Rica en roles no tradicionales.

1. Shirley Cruz Traña, Futbolista.
2. Mariela Rojas Quesada, Ingeniera en la Nasa.
3. Laura Chinchilla, Presidenta.
4. Sandra Cauffman, Ingeniera en la NASA.
5. Henriette Raventós Vorst, Doctora y genetista.
6. Melania Guerra Carillo, Oceanógrafa en la NASA.
7. Yokasta Valle Álvarez, Boxeadora.

**Descripción:** Se asignarán mujeres costarricenses en roles no tradicionales por subgrupos. Cada uno deberá encargarse de buscar alguna información de una de las mujeres para presentarla al grupo. Se abordará la necesidad de evidenciar que existen mujeres en todos los campos y que es necesario mostrarlo a las jóvenes con las que trabajamos, para romper los estereotipos de género en la educación y el trabajo. Luego de la presentación se comparte el video “La brecha de los sueños”.

#### Tomar en cuenta:

- Necesidad de reforzar que deben trascenderse los estereotipos de género y que no hay roles o trabajos “adecuados” o “propios” para las personas con base en su sexo.
- Señalar modelos de mujeres con capacidades, habilidades y ámbitos de trabajo y profesional diferentes y no tradicionales a los asignados al rol de las mujeres.
- Dignificar también los distintos ámbitos de cuidado y su valor para la vida y la economía del país.
- Enfatizar la necesidad del derecho a la elección.



## Actividad 4:

### Amenazas de tormentas y huracanes

**Materiales:** PPT. Tipos de violencias de género.

**Descripción:** En subgrupos se dividen los tipos de violencia y las participantes los leerán y buscarán ejemplos. Luego los compartirán con el grupo. Para cerrar se explicarán algunas consideraciones conceptuales sobre las violencias de género, la violencia contra las mujeres y las manifestaciones de éstas en las relaciones impropias.

#### Tomar en cuenta:

- La persona de apoyo debe repartir los tipos de violencia entre los subgrupos para que puedan comentarlos.
- La reflexión permite establecer una relación con la actividad anterior debido a que, las limitaciones a las mujeres en el entorno laboral son también, discriminación y violencia.

## Actividad 5:

### ¿Cómo es una adolescente madre?

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** Con esta actividad se pretende identificar, en conjunto, las características de una adolescente madre, con base en las siguientes preguntas. Se usará una ruleta para asignar las preguntas a cada persona:



Se irán escribiendo en la pizarra las respuestas a la siguiente guía de preguntas.

1. ¿Cómo se llama?
2. ¿Cuántos años tiene?
3. ¿Qué le gustaba hacer antes de quedar embarazada?
4. ¿Qué le gusta ahora?
5. ¿Cuál es un sueño que tiene?
6. ¿Qué la motiva?
7. ¿Qué la limita?
8. ¿En qué año del cole está?
9. ¿Cuál es la materia que menos le gusta?
10. ¿Qué quiere para ella?
11. ¿Qué quiere para su bebé?
12. ¿Qué deberes tiene?
13. ¿Qué derechos tiene?
14. ¿Cómo le gusta verse físicamente?
15. ¿Qué roles tiene que cumplir en su casa como mujer?
16. ¿Qué deseos tiene como adolescente?

#### Tomar en cuenta:

- Fomentar la participación de cada persona al menos 2 veces.



## Actividad 6:

### Viajeras que acompañan y perfiles

**Materiales:** PPT con ventana de Johari.

**Descripción:** Con ayuda de 4 personas voluntarias se hará uso de la ventana de Johari para recrear la actividad de las habilidades y características de las voluntarias. En la primera parte se hablará sobre el área pública, luego la ciega, luego la oculta y luego la desconocida. Posteriormente, se hablará de los perfiles creados para reflejar características de las adolescentes y cómo estas herramientas pueden funcionar a manera de “espejos” de habilidades.

#### Tomar en cuenta:

- Usar PPT como base para la actividad.
- Una de las personas voluntarias le escribe a la otra lo que le dicen en la PPT que se les enviará para eso.
- Puede encontrar más información en la Caja de Herramientas de la Maleta del Modelo Girasoles.

## Actividad 7:

### Evaluación y Cierre con una palabra

**Materiales:** Formulario de evaluación.

**Descripción:** Para finalizar la sesión pedimos a cada participante que con una palabra mencione en el chat del Zoom ¿Qué aprendizaje se lleva hoy de la sesión? Una de las compañeras leerá el texto que se construyó colectivamente.

#### Tomar en cuenta:

- Invitar a que todos participen.
- Llenar el formulario de evaluación vía WhatsApp.



## 6.4 Bloque/Competencia 3: Comprensión del engranaje entre el Gira y los Soles

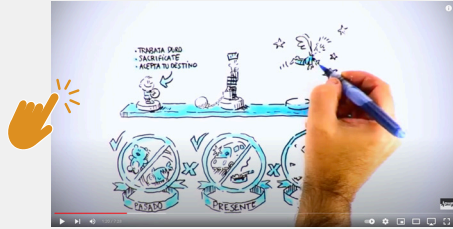
La facilitadora del PANI comprende el engranaje entre el fortalecimiento de capacidades (Gira) y la generación de oportunidades (Soles) con las adolescentes mujeres del Modelo Girasoles, de acuerdo con las premisas de articulación institucional y alianzas político-privadas con enfoque de responsabilidad social.

En este bloque se reflexiona sobre las fortalezas y barreras institucionales del PANI para la articulación interinstitucional y buenas prácticas para el trabajo colaborativo, para generar mayores oportunidades para las adolescentes. Consta de una sesión. Además, durante la segunda parte de la sesión se toma un tiempo para brindar la primera propuesta de la sesión de la guía metodológica Sembrando Girasoles dirigida a las adolescentes y se conversa sobre la estructura que se implementará en la Etapa de Acompañamiento y Seguimiento.

Es importante señalar que la metodología que utilizamos con las personas adolescentes parte de la horizontalidad, de manera que la persona que facilita los talleres socioformativos reconozca su papel de transferir experiencias y conocimientos. Es situar a las personas que este proceso se construye colectivamente, es decir, no tiene que saberlo todo, por tanto, se genera una relación horizontal y de construcción de las guías Sembrando Girasoles dirigida a las adolescentes madres.



## 6.4.1 Estructura de la sesión 5. Extendiendo el cuidado: Engranaje y articulación

Sesión 5	Objetivos de la sesión	Estrategias didácticas	Resultados de aprendizaje
<b>Extendiendo el cuidado: Engranaje y articulación</b>	Comprende la importancia de la articulación institucional local para la generación de capacidades y oportunidades para las adolescentes.	<p><b>Bienvenida</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Referencia de por qué no pudieron ir a las sesiones presenciales/ Círculo de confianza.</li><li>Se hunde el barco</li><li>Los perfiles</li></ul> <p><b>Receso</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>¿Cómo es una adolescente madre?</li><li>Video Zona de confort.</li></ul>  <ul style="list-style-type: none"><li>PPT Vínculo</li><li>Lluvia de ideas ¿Quiénes pueden acompañar a una adolescente madre?</li><li>PPT Engranaje</li></ul> <p><b>Almuerzo</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Estiramiento</li><li>PPT ¿Qué sigue?</li></ul> <p><b>Receso</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Revisión de propuesta de sesión</li><li>Construcción de contenidos específicos</li></ul> <p><b>Cierre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>¿Qué mensaje clave quiero llevar al proceso que está por arrancar?</li></ul> <p><b>Evaluación</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>Describe las fortalezas y las barreras de la institución para la generación de capacidades y oportunidades en las adolescentes.</li><li>Enlista las fortalezas y barreras de la articulación institucional local para la generación de capacidades y oportunidades para las adolescentes.</li><li>Define las estrategias para implementar articulaciones institucionales locales que promuevan la generación de capacidades y oportunidades en las adolescentes.</li><li>Formula un plan institucional fortalecido para la generación de capacidades y oportunidades para las adolescentes.</li></ul>

## Cronograma de las actividades de la sesión 5

<b>Tiempo estimado</b> 	 <b>Actividad</b>
15 min	Bienvenida, Círculo de confianza
20 min	Se hunde el barco
30 min	Los perfiles
20 min	Receso
45 min	La zona de confort
45 min	PPT vínculo
60 min	Lluvia de ideas ¿Quiénes pueden acompañar a una adolescente madre?
15 min	PPT Engranaje
60 min	Almuerzo
15 min	Estiramiento
45 min	PPT ¿Qué sigue?
30 min	Revisión de propuesta de sesión
40 min	Construcción de contenidos específicos
15 min	Cierre: ¿Qué mensaje clave quiero llevar al proceso que está por arrancar?
15 min	Evaluación



# CÁPSULAS CONCEPTUALES DE LA SESIÓN 5: Extendiendo el cuidado: Engranaje y articulación

## DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES

---

### Actividad 1:

#### Se hunde el barco

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** Como si se estuviera formando una cadena, en la que cada persona es un eslabón, cada participante dirá qué aporta una/o de sus compañeras/os para que no “se hunda el barco”. Se hará referencia a una habilidad clave de la persona y cómo aporta al trabajo en equipo que desarrollan o desarrollarán para que no “se hunda el barco”.

**Tomar en cuenta:** Esta actividad busca resaltar puntos fuertes de cada persona en su trabajo en equipo.

Se aprovecha para conectarlo también con las competencias para el estudio y el trabajo vistas en la sesión anterior.

### Actividad 2:

#### Los perfiles

**Materiales:** Perfiles de las personas participantes. Se les compartirán por chat privado de Zoom a cada persona.

**Descripción:** Cada persona recibirá su perfil de habilidades, se tendrá un espacio para compartir impresiones personales al respecto y luego, se procederá a analizar el cómo podrían recibir esto las adolescentes.

#### Tomar en cuenta:

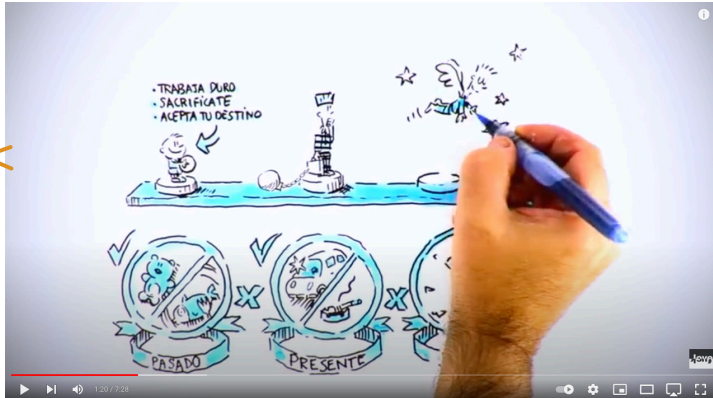
- Estimular para expresar los aspectos que el perfil les refleja como herramienta de autoconocimiento.
- Reflexionar sobre el potencial que ofrece este instrumento para el auto conocimiento de las adolescentes.
- Hacer hincapié sobre el aprender-haciendo.



### Actividad 3:

#### La zona de confort

**Materiales:** Video



**Descripción:** Se inicia conversando en conjunto ¿Qué es ser una persona beneficiaria? ¿Qué es ser una persona protagonista? Se irán anotando las respuestas en la pizarra. Diferenciar la posible relación con las jóvenes: maternizar versus ser referente. Se observará el video “Zona de confort” y se explicará qué se trabaja con las jóvenes a manera de que ellas se comprometan a sí mismas con su crecimiento y a ser las protagonistas de este. Además, se invitará a verlo como profesionales que necesitan también, implementar nuevas estrategias para generar cambios y mejores resultados que los obtenidos hasta ahora.

#### Tomar en cuenta:

- Nos podemos topar con la desesperanza, pero es necesario apoyar a que se sigan moviendo, devolverles la esperanza de generar cambios en sus vidas con nuestro acompañamiento.
- Conectar con la posibilidad de hacer cambios en nuestras vidas para continuar con nuestro crecimiento.
- La vida no es lineal, respetar el ritmo, proceso y la historia de cada quién.
- Honrar mi camino, no compararme con otras personas, solo yo sé lo que he pasado para llegar hasta aquí. Y eso por lo que he pasado, me ha hecho quien soy.

### Actividad 4:

#### Lluvia de ideas ¿Quiénes pueden acompañar a una adolescente madre?

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** En subgrupos se identificarán recursos comunitarios según 4 áreas clave en la vida de las adolescentes (educación, trabajo, salud, violencias). Se identificará el nombre de organizaciones y contactos clave para referir a las adolescentes. Se usará un cuadro con Institución/organización, contacto clave, información clave y área. Para completar en subgrupos y luego alimentar grupalmente.

#### Tomar en cuenta:

- Hacer énfasis en la responsabilidad del estado como garante de derechos de las personas menores de edad y en la ampliación de la red de contactos como potenciadora de los factores protectores de las adolescentes.
- Hay que recordar que todas las personas y organizaciones que trabajamos con las adolescentes queremos lo mismo: su bienestar y desarrollo integral.





## Actividad 5:

### Presentación ¿Qué sigue?

**Materiales:** Presentación en Power Point incluida en Classroom.

**Descripción:** Se les mostrarán los contenidos claves propuestos para las sesiones con las adolescentes, así como, la distribución de estos en las sesiones disponibles que ellas indicaron previamente. Además, se explica la metodología de las sesiones de acompañamiento y seguimiento.

#### Tomar en cuenta:

- Clarificar las dudas y las necesidades.
- Reconocer los temores.
- La persona que facilita los talleres socioformativos reconoce su papel de transferir experiencias, conocimientos que no están completos, y por tanto, construye junto a las adolescentes.

## Actividad 6:

### Revisión de propuesta de sesión

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** Se revisan y explican los contenidos propuestos para la Sesión del día 1. (ver el capítulo de las sesiones para adolescentes).

**Tomar en cuenta:** Ir paso a paso recordándoles que esas actividades ya fueron puestas en marcha por ellas mismas, ellas ya las vivieron.

## Actividad 7:

### Construcción de contenidos específicos

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** En esta actividad se asigna a las adolescentes 4 retos que se construyen según las circunstancias específicas. Los retos se refieren a responsabilidades de las cuales las adolescentes deben dar cuenta, por ejemplo, llenar un formulario, comprometerse a acompañar a una de sus compañeras al autobús, realizar una entrevista.

#### Tomar en cuenta:

- Deben conocer el grupo de adolescentes y respetar las características de las jóvenes del programa.
- Mantener la confianza en sus capacidades profesionales y personales como personas facilitadoras.

## Actividad 8:

### Evaluación y cierre

**Materiales:** Formulario de evaluación.

**Descripción:** Esta actividad tiene como objetivo brindar un cierre a la sesión y para ello, utilizamos el chat de la plataforma virtual, donde cada persona escribe un mensaje clave basado en la pregunta ¿qué mensaje clave quiero llevar a las adolescentes durante el proceso que vamos a implementar?

#### Tomar en cuenta:

- Invitar a que todos participen.
- Llenar el formulario de evaluación vía WhatsApp.



# VII. ETAPA de acompañamiento y seguimiento para la implementación de la experiencia demostrativa de la guía Sembrando Girasoles

## 7.1 Descripción de los bloques y estructuras pedagógicas. Etapa de acompañamiento y seguimiento

Este apartado está conformado por un bloque que aspira a desarrollar la capacidad para acompañar grupalmente y como equipo a la Unidad Móvil durante la implementación de la experiencia demostrativa dirigida a 17 adolescentes del programa Adolescente Madre de la comunidad de San Pablo de Heredia.

Durante cuatro sesiones se refuerzan los objetivos de aprendizaje del proceso de formación previo.

Este bloque contiene un objetivo pedagógico general y se desagregan en resultados de aprendizaje esperados que establecen una ruta de enseñanza-aprendizaje. Las sesiones tienen una misma estrategia didáctica que comprende la actividad del Círculo de confianza, una actividad de presentación de la Unidad Móvil sobre la implementación de la sesión con las adolescentes, una actividad de retroalimentación grupal. Posteriormente, se presenta la propuesta de la sesión por parte del equipo de PANIAMOR y se realizan los ajustes de forma colectiva. Por último, se realiza en cada sesión una actividad de cierre y evaluación.

La estructura pedagógica se refiere al nombre de la sesión, sus objetivos, las estrategias y los resultados. Posteriormente, se presenta el cronograma de las actividades. Por último, se describe cada una de las actividades, los materiales, el proceso y aspectos a tomar en cuenta. Es importante considerar que las sesiones de seguimiento se hacen paralelamente a la implementación de la guía Sembrando Girasoles dirigida a las adolescentes madres, con el fin de fortalecer

la apropiación de los enfoques del modelo Girasoles en la aplicación de la capacitación, y realizar las adaptaciones necesarias tomando en cuenta las características específicas de la población con la que se trabaja.



Estas sesiones son un espacio necesario para compartir las buenas prácticas y las lecciones aprendidas, en un ambiente de apoyo mutuo, y así enriquecer la metodología, en un proceso dinámico. Su objetivo es brindar seguimiento a la puesta en marcha de la guía metodológica aplicada y al proceso que realiza el grupo de profesionales capacitados con un grupo de adolescentes del Programa Adolescente Madre del PANI de la comunidad de San Pablo en Heredia.



## 7.2 Estructura de las sesiones de Acompañamiento y seguimiento

Sesiones 1, 2, 3, 4	Objetivos de la sesión	Estrategias didácticas	Resultados de aprendizaje
<p><b>Acompañándonos como equipo.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprender la importancia del acompañamiento y la co-visión para la retroalimentación en la aplicación de las actividades de la guía metodológica Sembrando Girasoles para desarrollar la agencia personal y socioproductiva con las adolescentes madres.</li> <li>Facilitar el contenido metodológico para la sesión de trabajo con las jóvenes.</li> </ul>	<p><b>Bienvenida</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Círculo de confianza.</li> </ul> <p><b>Actividad</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Cómo les fue? Exposición de la Unidad Móvil.</li> </ul> <p><b>Actividad</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Presentación de la Sesión correspondiente de la guía metodológica “Sembrando Girasoles”.</li> </ul> <p><b>Actividad</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ajuste colectivo a la Sesión.</li> </ul> <p><b>Actividad de Cierre y evaluación</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica las guías de mediación para la implementación de los ejes 1 y 2 del Modelo Girasoles ajustados para el grupo piloto de adolescentes del Programa de Reinserción y permanencia en el sistema Educativo de adolescentes madres.</li> <li>Analizan en equipo los ajustes a la guía de mediación incorporando las propias experiencias y necesidades.</li> <li>Proponen actividades y ajustes a la implementación de la experiencia demostrativa, de acuerdo con la experiencia de la Unidad Móvil.</li> </ul>

### Cronograma de las sesiones de Acompañamiento y seguimiento

Tiempo estimado 	Actividad 
15 min	Bienvenida, Círculo de confianza
45 min	Actividad: ¿Cómo les fue? Exposición de la Unidad Móvil.
15 min	Receso
25 min	Actividad: Presentación de la Sesión correspondiente de la guía metodológica “Sembrando Girasoles”.
45 min	Actividad: Ajuste Colectivo a la Sesión.
25 min	Actividad de Cierre y evaluación.



### Actividad 1.

**Bienvenida con el Círculo de confianza: ¿Cómo están?**

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** Los Círculos de Confianza son “espacios y procesos de esclarecimiento, reflexión, recapacitación y exploración compartida, mediante experiencias y eventos que permiten a sus miembros nutrirse de manera integral y estar más preparados para afrontar los retos de la vida”. (Palmer, 2009). En este caso, inicia con la pregunta sobre cómo están y cada persona desde su experiencia, necesidades y sentimientos comunica al grupo, permitiendo que los demás conozcan su situación y su desenvolvimiento durante la sesión.

**Tomar en cuenta:**

- Los círculos de confianza se crean con la comunicación y el conocimiento de sí misma y de los demás.
- Establecer la importancia de reconocer las propias emociones y vivencias, así como las de las demás.
- Privar el clima de respeto y confidencialidad.
- Es una actividad que se repetirá en las siguientes sesiones y que también, se pondrá en práctica con las adolescentes madres cada día de capacitación. Presencialmente se realiza con las personas sentadas en círculo.

### Actividad 2.

**¿Cómo les fue? Presentación de la Unidad Móvil**

**Descripción:** Las personas facilitadoras de la Unidad Móvil exponen los aprendizajes, logros y dudas con la implementación de la guía metodológica Sembrando Girasoles dirigida a las adolescentes mujeres. Lo realizan de una manera creativa para llevar un registro de las sesiones, o bien, cada persona facilitadora socializa su experiencia.

**Tomar en cuenta:**

- Aunque las personas facilitadoras tienen el protagonismo en esta actividad es importante incluir la participación de las demás personas capacitadas, para que puedan compartir desde sus saberes y experiencias.

### Actividad 3:

**Presentación de la Sesión correspondiente de la guía metodológica “Sembrando Girasoles”**

**Materiales:** Propuesta de sesión en Word para compartir en la pantalla.

**Descripción:** Cada día se presenta una propuesta de la sesión que se implementará con las adolescentes construidas con base a las actividades claves de los ejes de agencia personal y socioproductiva del Modelo Girasoles por parte del Equipo de PANIAMOR. Se revisan los contenidos y su implementación, así como el desarrollo de las actividades para dialogar y ajustar.

**Tomar en cuenta:**

- Ir paso a paso recordándoles que algunas de esas actividades ya fueron puestas en marcha por ellas mismas, con la metodología de aprender haciendo, por lo que se refuerza sus habilidades y capacidades para la aplicación de la metodología.
- Recordamos la importancia de tomar en cuenta el ritmo y el proceso grupal de las adolescentes.



## Actividad 4:

### Ajustes en el contenido y actividades de la propuesta de la sesión para implementar con las adolescentes

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** Se revisa la planificación de la sesión a la luz de las características de las adolescentes y del programa con el que trabajan.

**Tomar en cuenta:**

- Las actividades que se vayan a implementar en la metodología deben apegarse a las características de las jóvenes del programa.

## Actividad 5:

### Evaluación y cierre

**Materiales:** Ninguno.

**Descripción:** Para finalizar la sesión pedimos a cada participante que mencione con una palabra ¿Qué aprendizaje se lleva hoy de la sesión? Además, podemos expresar sentimientos generados durante la sesión.

**Tomar en cuenta:**

- Motivar que las personas participen, que no se vayan con dudas o sentimientos que les genere incomodidad.



# ANEXOS



## **Anexo #1**

Preguntas para la actividad sociométrica

## **Anexo #2**

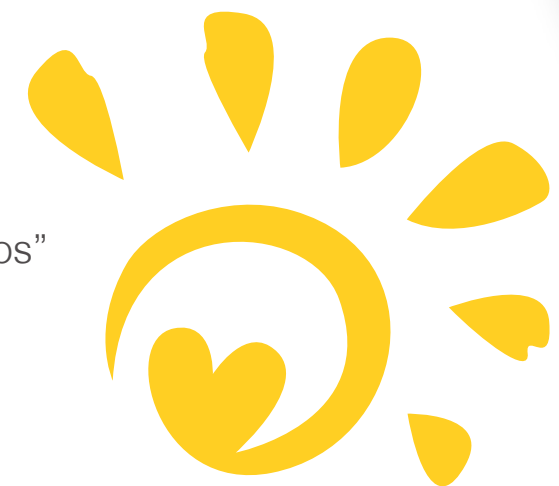
Actividad DDHH y condiciones de vulnerabilidad

## **Anexo #3**

Tarjetas de juicios y necesidades de la actividad “Soy una adolescente y vos”

## **Anexo #4**

Preguntas para la actividad sociométrica



# ANEXO 1



## Preguntas para la actividad sociométrica.

Son preguntas que van de lo más general a lo más específico.

- a. ¿Quiénes se encuentran en este momento en un lugar físico compartido? ¿Quiénes en uno privado?
- b. ¿Quiénes han recibido cursos virtuales?
- c. ¿Quiénes tienen más de 5 años de trabajar en el PANI?
- d. ¿Quiénes son psicólogas?
- e. ¿Para quién es su primera experiencia de capacitación virtual?
- f. ¿Quiénes han recibido cursos específicos para trabajar con adolescentes mujeres?
- g. ¿Quiénes tienen hijos o hijas adolescentes?
- h. ¿Alguna pregunta que deseen realizar al grupo?



## ANEXO 2



### Actividad DDHH y condiciones de vulnerabilidad

#### Guion 1: Personajes y roles:

1. Mujer adolescente transexual: no encuentra empleo por su condición, sufre agresiones en la calle con frecuencia. Le dieron una paliza, denunció al agresor, pero quedó libre.
2. Hombre adulto mayor, viudo, trabajando indocumentado.
3. Mujer, joven trabajadora de buen aspecto: trabajadora de la Caja del Seguro Social experimenta cotidianamente acoso sexual callejero con palabras y actos obscenos.
4. Mujer esposa de un empresario millonario, vive en la zona más exclusiva de la capital, sufre violencia intrafamiliar.
5. Mujer indígena, sufre violencia doméstica constante, interpuso denuncia, pero las autoridades no saben su idioma.
6. Adolescente de 14 años, migrante no acompañada, las autoridades no ubican a sus familiares, vive en la zona cafetalera de los Santos.
7. Médica pediatra casada, madre de dos hijos menores, con altos ingresos y prestigio.
8. Mujer joven estudiante de derecho en la UCR, vive con sus dos padres, es una joven que participa en procesos de organización comunitaria.
9. Mujer con discapacidad física vive con familiares, toma el autobús, tiene pensión por incapacidad.
10. Mujer mayor de 60 años, convive con una hija y su familia, trabaja por su cuenta, no tiene pensión de vejez.
11. Adolescente mujer, líder comunitaria, estudia su cuarto año del colegio, tiene excelentes notas, pero sus padres piensan que debe trabajar y no ir a la universidad. Su novio la ceba constantemente.
12. Mujer, con hijo desaparecido, ha recorrido instancias de procuración de justicia, sin obtener respuesta acerca de los hechos que originaron la desaparición.
13. Hombre campesino productor de maíz desplazado de su tierra por grupos armados de la industria textil.
14. Mujer de barrios del sur de la capital, realiza su investigación de tesis doctoral en Holanda, en sociología, tiene una pareja mujer.
15. Adolescente mujer, embarazada y con un hijo de 2 años, vive con un hombre 10 años mayor.







16. Adolescente hombre, 15 años, estudia en 3° año del colegio y trabaja en el tramo de su tío. Tiene un grupo de amigos donde algunos usan drogas y gustan de hacer piques.
17. Hombre blanco, alto jerarca en una compañía importante, vive en zona exclusiva de la capital, suele tener problemas de control de la ira, tiene una hija y un hijo, ambos adolescentes.
18. Hombre, 32 años, trabaja como dependiente de tienda, pocos ingresos, su novia de 17 años se encuentra embarazada, no quiere ser padre, entonces, la abandona.
19. Mujer, 28 años, negra, en condición de refugio, sin estudios formales, no encuentra trabajo.
20. Niña, 10 años, vive con sus abuelos, viven de una pensión pequeña, les alcanza para comer y pagar alquiler, está en la escuela, pero le es difícil tener buenas notas.
21. Adolescente hombre de 16 años, de familia con altos ingresos, va a colegio privado, tiene clases particulares de las materias en las que no le va tan bien, admira a su tío quien anda con muchas mujeres y las ve como objetos.
22. Mujer, 19 años, embarazada, soltera, trabaja en una soda, no puede decir que está embarazada o pierde su trabajo.
23. Hombre, 19 años, su pareja se encuentra embarazada, trabaja como mensajero.
24. Adolescente, 16 años, va a colegio privado, le gustan los deportes y los practica después de clases, tiene novio y planean tener relaciones sexuales pronto.



## Guion 2: Hoja de preguntas

Lea al grupo cada pregunta. Los que pueden decir sí avanzan, quienes digan no se quedan en el lugar dónde están.



1. ¿Tienes un ingreso por tu trabajo?
2. ¿Puedes decidir tú mismo/a, en qué gastar el dinero?
3. ¿Puedes fácilmente movilizarte de un lugar de 15 km de distancia?
4. ¿Tienes posibilidad de comprar una propiedad?
5. ¿Puedes comprarte algo sin pedir permiso a alguien?
6. ¿Tienes la posibilidad de desarrollar una carrera profesional?
7. ¿Puedes ascender a cargos de mayor nivel de toma de decisiones?
8. ¿Puedes quedarte en casa haciendo teletrabajo?
9. ¿Puedes leer cuando te mandan una carta?
10. ¿Si en tu vida familiar algo te desagrada, puedes cambiarlo?
11. ¿Tiene acceso a especializarse en el exterior?
12. ¿Has participado en decisiones locales en tu barrio, en tu comunidad?
13. ¿Hay alguien que te cuide cuando estás enferma/o?
14. ¿Alguien prepara la alimentación para ti?
15. ¿Alguien puede cuidar de tus hijos/as cuando estás en el trabajo?
16. ¿Siempre te sientes respetado o respetada?
17. ¿Tienes tiempo libre para visitar amistades, o ir al cine?
18. ¿Puedes estar fuera de la casa un tiempo prolongado?
19. ¿Asumo riesgos, uso armas y practico deportes de adrenalina?
20. ¿Me siento saludable estando delgada?
21. ¿Puedo decidir sin vergüenza o miedo a utilizar métodos anticonceptivos?
22. ¿Me siento una persona escuchada en la consulta de mi centro de salud?
23. ¿Puedo decidir ante mi pareja si utilizo métodos de protección?
24. ¿En mi casa me valoran el trabajo doméstico?
25. ¿Tengo prevalencia de exponerme a un riesgo de accidente laboral?





26. ¿Soy una persona que me gusta pedir ayuda y autocuidarme la salud?
27. ¿Puedo caminar en la calle sin acoso sexual?
28. ¿Antes de ir a trabajar, cumplo con mis deberes domésticos?
29. ¿Puedo acceder sin vergüenza a los servicios de salud reproductiva?
30. ¿Puedo acatar las medidas sanitarias por la pandemia de “quedarme en casa”?



# ANEXO 3

## Tarjetas de juicios y necesidades de la actividad “Soy una adolescente y vos”

Material elaborado para el Proyecto Amelia en convenio PANIAMOR y la Caja Costarricense de Seguro Social

Juicios	Aclaración
1. “No es adolescente, es aborreciente”.	Identifica las ideas fuerza de los enfoques de Derechos Humanos, igualdad de Género y Juventudes.
2. “La persona adolescente es una etapa problemática”.	Es necesario que las personas adultas observen e identifiquen las verdaderas preocupaciones de las personas adolescentes, lo que para ellas es significativo entre lo que dicen y hacen.
3. “Es una persona rebelde y sin causa y muy malcriada”.	Las personas adolescentes viven una etapa de transformaciones en diferentes aspectos de sus vidas y la confrontación con el mundo adulto es parte de su necesidad de expresar el abandono de la infancia. Las confrontaciones no son personales, sino con las figuras y papeles adultos que representan las personas adultas.
4. “Le falta mano dura”.	Este juicio de valor corresponde a una cultura que regula la conducta de las personas menores de edad bajo un paradigma autoritario. Es importante que las personas adultas reconozcan que las personas adolescentes tienen una necesidad, por su momento de desarrollo, de conocer diferentes opiniones y argumentos. El acompañamiento debe basarse en ellas como personas que integran una ética, normas y aprendizajes con responsabilidad a partir del respeto, el diálogo y la empatía.
5. “Es precoz sexualmente”.	Las personas adolescentes están llenas de “primeras veces” de la emoción que desconocen, en sus vidas continuamente sienten atracción por lo que todavía no han hecho o no han probado y buscan aprender muchas cosas. Muchas de sus tensiones tienen relación con el desconcierto de sentirse activamente sexuados. La construcción de sus identidades pasa por los parámetros sexuales.



## Necesidades de las personas adolescentes

- Cambiar física, psicológica y socialmente
- Ser observado /a
- Ser escuchado/a
- Sentido de logro
- Cuestionar
- Resolver preocupaciones internas y tensiones
- Aprender a gestionar riesgos
- Aprender para la vida desde sus intereses
- Figuras próximas y positivas que generen confianza
- Madres, padres y tutores que sean pacientes y muestren confianza en ellos y en ellas
- Ejercitar las responsabilidades y la autonomía
- Buscar respuestas y argumentos
- Ser dueños y responsables de sus conductas y sus consecuencias
- Demostrar que abandonan la infancia
- Valoración de sus emociones
- Vivir junto a sus pares la solidaridad emocional
- Construir su identidad sexual
- Experiencias de descubrimiento y creatividad







Esta guía metodológica tiene como objetivo el fortalecimiento de la agencia, la promoción de la ciudadanía activa, el desarrollo, la construcción y el ejercicio de las autonomías de las adolescentes del Programa Adolescente Madre de la Dirección Regional del PANI de Heredia, donde se deben considerar las condiciones subjetivas y del contexto socioeconómico y cultural al que pertenecen. Para ello es también necesaria la alineación del equipo del personal del PANI fortalecido con las premisas de articulación institucional y alianzas político-privadas y el enfoque de responsabilidad social. Todo ello, en un marco de acompañamiento grupal y el seguimiento metodológico del Equipo de la Fundación PANIAMOR. De manera que, la Unidad Móvil que se encarga de la aplicación de la guía Sembrando Girasoles con las adolescentes del Programa pueda implementarla incorporando la vivencia, creatividad y las condiciones del contexto donde se realiza.

Sembrando  
GIRASOLES

  
**GUÍA  
METODOLÓGICA**  
**“Sembrando Girasoles:  
fortalecimiento de capacidades”**  
Dirigida a personas funcionarias de la  
Dirección Regional del PANI-Heredia