

METAPHOR



EL MANUAL

El poder de la metáfora en la advocacy de la salud mental
juvenil



Contenido

Capítulo 1: Introducción.....	3
Expresiones de gratitud	4
Introducción al proyecto.....	4
Introducción al manual.....	5
Capítulo 2 - Mejora de la salud mental en los jóvenes.....	7
¿Por qué es importante la salud mental de los jóvenes?	7
¿Cómo apoyar el desarrollo de competencias para participar en el cambio?	7
¿Cómo nos preparamos para el desarrollo de la competencia juvenil sobre el tema de la defensa de la salud mental?	8
¿Cuáles son algunos desafíos de las iniciativas de salud mental juvenil?	8
¿Por qué los desafíos de salud mental son importantes en el bienestar de los jóvenes?	9
¿Cuáles son los patrones de distorsiones cognitivas?	9
¿Cuál debería ser la respuesta a las credices/desafíos de salud mental?	10
¿Cómo abogar por la salud mental de los jóvenes por parte de jóvenes que usan cine?	11
Capítulo 3: Poder de la metáfora de la metodología en defensa y cine	12
Sección 1 de actividades: introducción de energía.....	13
Sección 2 de actividades - fabricación de energía.....	26
Sección 3 de actividades - Potencia para la propagación	45
Sección 4 de actividades - Power "Cooking"	50
Sección 5 de actividades - poder en todas partes	62
Capítulo 4 Consejos y trucos para los jóvenes	67
Lograr tu objetivo: crear el cambio que imaginas	67
Lista de verificación de planificación de defensa	68
Seguimiento y evaluación de sus esfuerzos de defensa	68
Mantener el compromiso con las partes interesadas y los partidarios clave	69
EXPRESIONES DE GRATITUD:.....	71



Capítulo 1: Introducción

Expresiones de gratitud

Este manual se ha creado en el marco de los jóvenes juntos para la salud mental en Europa - Proyecto de metáforas, bajo el Programa Europeo de Jóvenes Juveniles, cofinanciado por la Unión Europea.

Agradezco especialmente a los autores de todos los entregables del proyecto, el consorcio para la implementación de las actividades y participantes por proporcionar comentarios.

La defensa es más que solo crear conciencia: se trata de provocar cambios, amplificar las voces y crear vías para la acción. En el contexto del trabajo juvenil y la salud mental, la defensa se convierte en una herramienta poderosa para influir en las políticas, desafiar los estigmas y fomentar entornos inclusivos donde cada joven se siente visto y escuchado.

Este manual está diseñado para **trabajadores juveniles y jóvenes**, que ofrece un enfoque estructurado de defensa que responde a las necesidades emergentes en la educación no formal. Proporciona pasos prácticos para navegar las complejidades de las comunidades movilizadas, involucrar a las partes interesadas y desarrollar campañas impactantes. Ya sea que los trabajadores juveniles guíen a los jóvenes defensores (Capítulo 3) o los jóvenes lideren sus propias iniciativas (Capítulo 4), estos pasos sirven como base para convertir las ideas en acción.

Introducción al proyecto

El proyecto de metáforas se alinea con la estrategia juvenil de la UE, centrándose en las tres áreas de acción básicas: participar, empoderar y conectarse. A través de un enfoque estructurado e innovador, el proyecto tiene como objetivo equipar a los jóvenes con las habilidades, el conocimiento y las herramientas necesarias para abogar por la salud mental, mejorar el activismo juvenil y fomentar la colaboración internacional utilizando multimedia y cine.

Participación: fomentando la ciudadanía activa

El proyecto fomenta la participación juvenil al desarrollar sus competencias en el activismo local y transnacional. A través de la educación no formal, los participantes exploran la educación de la ciudadanía, las estrategias de defensa y la participación de políticas,

permitiéndoles contribuir activamente a sus comunidades y crear conciencia sobre los desafíos de salud mental.

Empoder: Fortalecer el trabajo juvenil y el activismo de base

Al integrar el trabajo de los jóvenes de base con la narración de cine y multimedia, el proyecto empodera a los jóvenes con una nueva experiencia de activismo. Los participantes aprenden cómo usar herramientas digitales para campaña y defensa en la participación de la comunidad, asegurando que se escuchen sus voces y sus mensajes crean un impacto significativo.

Connect: movilidad e inclusión transnacional

El proyecto organizará cuatro actividades de movilidad transnacional, promoviendo la cooperación transfronteriza y eliminando las barreras a la participación de los jóvenes, incluidos aquellos con menos oportunidades. Las medidas de apoyo se adaptarán a las necesidades individuales, garantizando la inclusión y la accesibilidad durante todo el proceso de aprendizaje.

Abordar las metas de la juventud clave

Este proyecto contribuye directamente a varios objetivos juveniles de la UE, que incluyen: Conectar la UE con los jóvenes: los participantes participan en intercambios transnacionales, fortaleciendo su conexión con los valores europeos como la solidaridad, la democracia y la amistad. Salud mental y bienestar: el proyecto crea un espacio seguro para las discusiones abiertas sobre problemas de salud mental juvenil, lo que permite a los jóvenes compartir experiencias y abogar por el cambio a través de cine y medios digitales. Organizaciones juveniles y programas de la UE: al desarrollar habilidades de defensa y estrategias de campaña, los participantes están equipados para interactuar con programas juveniles de la UE como Erasmus+, que extiende el impacto de su trabajo más allá de las comunidades locales.

Respondiendo a las necesidades juveniles

Una evaluación de necesidades realizada en todos los países del consorcio reveló que los desafíos de salud mental son una preocupación importante entre los jóvenes. Los participantes expresaron un fuerte deseo de usar videos y películas como herramientas de defensa, creyendo que la narración de historias es un medio poderoso para crear conciencia e iniciar el cambio.

Este proyecto mantiene una alta participación juvenil en todas las fases, asegurando que los jóvenes jueguen un papel activo en la configuración, la implementación y el mantenimiento de los esfuerzos de defensa. A través del aprendizaje colaborativo, la innovación multimedia y las redes transnacionales, el proyecto tiene como objetivo crear un impacto duradero en la defensa de la salud mental juvenil en toda Europa.

Temas clave del proyecto: salud mental y bienestar, activismo juvenil y defensa, multimedia y cine para el cambio social, cooperación transnacional y redes

Esta iniciativa faculta a los jóvenes a tomar medidas, proporcionándoles las habilidades, el apoyo y las redes necesarias para impulsar el cambio en sus comunidades y más allá.

Introducción al manual

Este manual está diseñado como una guía práctica para equipar entrenadores y trabajadores juveniles con metodologías interactivas, herramientas creativas y ejercicios de aprendizaje estructurados que pueden adaptarse a diversos entornos de aprendizaje.

Nuestro enfoque pedagógico se basa en el ciclo de aprendizaje experimental de Kolb, lo que asegura que el aprendizaje sea un proceso activo, atractivo y transformador. Este método permite a los participantes experimentar escenarios de defensa de la vida real, reflexionar sobre sus ideas, generalizar el conocimiento en los marcos aplicables y aplicar estas lecciones en la práctica. El entrenamiento está estructurado para ser dinámico, evitando la escucha pasiva y fomentando una atmósfera interactiva, inclusiva y colaborativa.

Este manual sigue cuatro principios básicos para maximizar la efectividad del aprendizaje:

Participación activa: garantizar la misma participación a través de sesiones interactivas, discusiones de pares y ejercicios experimentales.

Trabajo colaborativo: fomento de la construcción del equipo, la revisión por pares y la co-creación de conocimiento.

Compromiso creativo: utilizando técnicas innovadoras de resolución de problemas, juegos de roles y multimedia.

Aplicación práctica: garantizar la relevancia del mundo real a través de simulaciones, estudios de casos y planes de acción.

Al integrar estos principios, la capacitación permite a los defensores de los jóvenes desarrollar competencia, generar confianza y tomar iniciativa en sus comunidades. Cada módulo sigue un formato estructurado que introduce conceptos clave, seguido de ejercicios prácticos que facilitan el aprendizaje experimental.

Ciclo de aprendizaje experimental de Kolb

El ciclo de aprendizaje de Kolb es la base de nuestro enfoque de capacitación. Consiste en cuatro etapas clave que refuerzan el aprendizaje activo y garantizan la aplicación práctica del conocimiento:

Experiencia concreta (hacer): los participantes participan en una actividad práctica, como el juego de roles un escenario de defensa, redacción de informes de políticas o realizando eventos de concientización pública.

Observación reflexiva (revisión): reflexionan sobre sus experiencias, discutiendo qué funcionó bien, qué desafíos surgieron y cómo se sintieron durante el proceso.

Conceptualización abstracta (generalización): los participantes conectan sus experiencias con teorías, modelos o marcos más amplios, refinando su comprensión de las estrategias de promoción.

Experimentación activa (aplicando): aplican su aprendizaje en nuevos contextos, como diseñar una campaña del mundo real o asesorar a otros defensores de los jóvenes.

Ilustración del ciclo de aprendizaje de Kolb:



Imagen editada en base al recurso de: <https://coachfoundation.com/blog/kolbs-cycle-of--learning/>

Experiencia concreta → Observación reflexiva → Conceptualización abstracta → Experimentación activa → (bucles de regreso a la experiencia)
(Cada etapa se conecta en un bucle continuo, reforzando el aprendizaje práctico).
A través de este modelo de aprendizaje iterativo, los participantes obtienen conocimiento teórico y experiencia práctica, lo que les permite convertirse en defensores efectivos de la salud mental en sus comunidades.

Este manual no es solo un recurso teórico; Es una guía paso a paso para la acción. Siguiendo los métodos descritos en este documento, los trabajadores y entrenadores juveniles estarán equipados para involucrar, educar e inspirar el cambio en el campo de la defensa de la salud mental.

En el Capítulo 4, los jóvenes y los líderes encontrarán una guía práctica sobre cómo organizar los esfuerzos de defensa de manera efectiva.

¡Comencemos!
Consorcio de metáforas

Capítulo 2 - Mejora de la salud mental en los jóvenes

¿Por qué es importante la salud mental de los jóvenes?

El tema de la salud mental se ha vuelto más popular en los últimos años. La Organización Mundial de la Salud define la salud como un complejo bienestar físico, mental y social, no solo la ausencia de enfermedades y discapacidad (OMS, 2021). Destacan que la salud mental es la prioridad de todos y es rentable para el desarrollo social y económico. Los Objetivos de Desarrollo Sostenible 3 abogan por el bienestar de todos, mientras que 10 se centran en disminuir las desigualdades; Por lo tanto, ambos abordan la promoción de la salud mental (directrices sobre intervenciones promotoras y preventivas para la salud mental para adolescentes: ayudando a los adolescentes a prosperar, 2020 - <https://www.who.int/publications/i/item/9789240011854>). Aproximadamente el 15% de los jóvenes de 10 a 19 años en todo el mundo enfrentan problemas de salud mental, con depresión, ansiedad y trastornos conductuales como preocupaciones importantes, lo que contribuye al 13% de su carga de salud general, y las condiciones no tratadas pueden persistir en la edad adulta, afectando tanto a la edad física como a Bienestar mental y obstaculizar las perspectivas futuras para una vida plena (OMS, 2021). Por otro lado, los beneficios de la salud mental son la detección y la prevención temprana, el desarrollo de la resiliencia a los factores de estrés y el aumento del bienestar general de un individuo, comunidad y sociedad.

¿Cómo apoyar el desarrollo de competencias para participar en el cambio?

Todos tienen una personalidad única que afecta la forma en que se comunican y se involucran con el mundo. Sin embargo, existen actitudes y valores clave que cualquiera puede aprender y desarrollar para ser más efectivo para impulsar el cambio. Aquí hay algunas cualidades importantes para trabajar:

1. Esfuerzo, perseverancia y compromiso

Lograr cualquier objetivo requiere trabajo duro, paciencia y dedicación. Las personas que se mantienen comprometidas y siguen intentando, incluso cuando las cosas se ponen difíciles, tienen más probabilidades de tener éxito.

2. Integridad

Ser honesto y tener valores fuertes es importante. Una persona de integridad se mantiene fiel a sus creencias, se hace responsable de sus acciones y gana la confianza de las personas haciendo lo correcto.

3. Habilidades de comunicación

Poder escuchar con atención y expresar pensamientos claramente es esencial. La buena comunicación ayuda a conectarse con los demás, explicar ideas e inspirar a las personas a tomar medidas.

4. Conectarse con la gente

Mostrar empatía, amabilidad y trabajo en equipo hace que las personas se sientan valoradas y las alienta a trabajar juntos hacia un objetivo compartido.

5. Manejo de emociones

Es importante mantener la calma y adaptable en situaciones difíciles. Aprender a comprender y controlar las emociones ayuda a las personas a mantenerse enfocadas y tomar buenas decisiones, incluso bajo estrés.

6. Una visión clara

Crear en sus ideas y motivar a otros con confianza y determinación de convertir esas ideas en realidad.

¿Cómo nos preparamos para el desarrollo de la competencia juvenil sobre el tema de la defensa de la salud mental?

Una variedad de factores pueden influir en el desarrollo de la competencia juvenil. Los trabajadores/líderes juveniles deben apoyar a los jóvenes en su camino:

Proporcione los recursos necesarios: apoye a los jóvenes al proporcionar el espacio, la oportunidad y el tiempo para trabajar en sus ideas y tener un espacio seguro para tratar de fallar;

Asistencia profesional: las personas y las organizaciones que poseen conocimiento necesario y experiencia en temas de salud mental deben estar disponibles para las preguntas de los jóvenes;

Aperencia a los comentarios de los jóvenes: debemos estar abiertos para recibir y cambiar las cosas en función de los comentarios de los jóvenes;

Compartir conocimiento: diferentes programas de tutoría, capacitaciones y talleres organizados por el personal de la Organización para Jóvenes pueden proporcionarles la estructura y la planificación necesarias;

Metacognición del proceso: apoya a los jóvenes a pensar en sus procesos mentales, ellos mismos, sus fortalezas y defectos, y práctica de evaluación y habilidades de retroalimentación;

Creación de red: impulso para la creación de redes de pares y grupos juveniles con experiencia similar y deseo de participar puede motivarse mutuamente y hacerlos más resistentes y persistentes en un modo fuera de línea o en línea.

¿Cuáles son algunos desafíos de las iniciativas de salud mental juvenil?

Cada iniciativa y prosperar para un cambio puede enfrentar desafíos. Sin embargo, con actividades cuidadosamente planificadas y el apoyo, estos desafíos pueden disminuir y superar. Hay muchos desafíos potenciales; Presentaremos algunos aquí: la falta de conocimiento y experiencia de los grupos juveniles es un verdadero desafío; Falta de organización y comunicación dentro de las iniciativas juveniles; Persistent stigma and lack of participation of others; Cultural, socioeconomic barriers and limited resources; Como en cada iniciativa la falta de persistencia, motivación y esfuerzo de la juventud; Inserción y resistencia de sistemas y adultos para repensar y cambiar las estructuras existentes; Avoidance of responsibility of governmental structures, organisations and/or stakeholders; Currently the topic of mental health is very popular therefore there could be a saturation of the topic in the sphere of youth.

¿Por qué los desafíos de salud mental son importantes en el bienestar de los jóvenes?

El continuo de salud mental representa un espectro de bienestar, con salud mental en un extremo y enfermedad mental en el otro. En cualquier momento, un individuo puede encontrarse en un punto diferente en este continuo, cambiando a medida que sus circunstancias cambian para bien o para mal. Una idea errónea común es clasificar a las personas estrictamente como mentalmente saludables o mentalmente insalubres. El continuo ilustra que todos ocupan una posición sobre él, independientemente de su estado mental, lo que ayuda a reducir el estigma al reconocer que todos están incluidos. El diagrama muestra que las personas pueden moverse de un lado a otro a lo largo del continuo, lo que significa que alguien que actualmente está "saludable" podría experimentar períodos de "reaccionar", y aquellos que están "heridos" tienen el potencial de volverse "saludable" nuevamente.

Continuo de Salud Mental



Imagen editada en base al recurso de <https://www.movesafe.com/how-5-minutes-of-1ily-movement-can-enhance-mental-and-physical-health/>

Todos experimentan errores cognitivos en el día a día. Estos patrones o hábitos negativos de pensamiento nos hacen exagerar o percibir de manera inexacta la realidad de una manera poco saludable. Esto puede ser dañino para nuestra salud mental, relaciones y bienestar.

¿Cuáles son los patrones de distorsiones cognitivas?

Pensamiento polarizado al ver las cosas en extremos, como "todo o nada" o "blanco y negro". Creer que algo menos que la perfección es una falla total.

Filtrado mental de filtrado negativo que destaca los aspectos negativos mientras minimiza o ignora los aspectos positivos. Puede reconocer algo positivo, pero encuentre una manera de descartarlo, centrándose solo en lo negativo.

La sobregeneralización saca conclusiones amplias de un solo evento negativo. Suponiendo que debido a que una cosa salió mal, todas las situaciones similares tendrán el mismo resultado negativo.

Saltar a las conclusiones que leen y la fortuna: suponiendo que sepa lo que otros están pensando o predicen el futuro sin evidencia para apoyar estos supuestos.

Aumento de catástrofe y minimización: soplar cosas fuera de proporción y esperar lo peor mientras minimiza las experiencias positivas. Esta mentalidad a menudo conduce a una preocupación y estrés innecesarios.

La personalización toma las cosas demasiado personalmente, creyendo que todo lo que otros hacen o dicen es una reacción directa para usted, incluso cuando no tiene nada que ver con usted. Suponiendo que esté siendo atacado o excluido intencionalmente.

Culpar la responsabilidad cambiante de su dolor a los demás, desempeñando el papel de una víctima. La culpa se dirige hacia afuera en lugar de asumir la responsabilidad o reconocer su propio papel.

Etiquetado asignando una etiqueta negativa para usted u otros basados en un solo incidente. En lugar de ver el incidente como un error, usted u otros son juzgados con dureza y etiquetados injustamente.

Siempre tener razón sintiendo la constante necesidad de tener razón, tratar sus opiniones como hechos y hacer todo lo posible para demostrar que otros están equivocados, incluso cuando no es necesario.

"Debería" declaraciones que impongan reglas rígidas sobre usted o en otras personas con declaraciones como "deberían", "debe" o "debería hacerlo". Estas expectativas crean presión y a menudo conducen a la decepción cuando no se cumplen.

Razonamiento emocional creyendo que lo que sea que sientas debe ser cierto. Las emociones se toman como hechos, bloquean el razonamiento lógico y conducen a conclusiones incorrectas basadas en sentimientos negativos.

Control Falacias Control externo versus control interno: creyendo que su vida está completamente controlada por factores externos, lo que lo hace sin poder o que tiene un control total sobre su entorno y es responsable del bienestar de los demás.

Falacia del cambio creyendo que otros necesitan cambiar para hacerte feliz. Presiona a otros a cambiar, convencidos de que su felicidad depende de su transformación.

Falacia de la justicia esperando que la vida siempre sea justa e igualitaria. Cuando la realidad no coincide con esta creencia, conduce a la frustración, la ira y el resentimiento.

La falacia de la recompensa del cielo cree que el trabajo duro y el sacrificio siempre serán recompensados, lo que puede conducir a la decepción y el resentimiento cuando las cosas no resultan como se esperaba.

¿Cuál debería ser la respuesta a las credices/desafíos de salud mental?

RESILIENCIA

La resiliencia es la capacidad de ajustarse de manera efectiva cuando se enfrenta a desafíos, trauma, tragedia, amenazas o grandes fuentes de estrés, como dificultades en la familia y las relaciones, problemas de salud graves o presiones financieras y laborales. Si bien la resiliencia a menudo significa "recuperarse" de estas situaciones difíciles, también puede conducir a un crecimiento personal significativo.

¿Cómo abogar por la salud mental de los jóvenes por parte de jóvenes que usan cine?

Campa para la salud mental de los jóvenes a través del cine puede ser una forma poderosa e impactante de crear conciencia, reducir el estigma y fomentar el cambio positivo. Así es como los jóvenes pueden usar efectivamente el cine para hacer campaña por la salud mental:

Identificar el mensaje y el objetivo

Determine el mensaje clave de su campaña. ¿Es para crear conciencia, proporcionar educación, reducir el estigma o alentar a las personas a buscar ayuda? ¿Qué esperas lograr? Por ejemplo, puede apuntar a alcanzar un cierto número de puntos de vista, influir en los cambios en las políticas o crear una comunidad de apoyo.

Investigar y comprender los problemas

Equiparse con conocimiento sobre problemas de salud mental que afectan a los jóvenes, incluidos los trastornos comunes, las causas y el impacto del estigma. Recopile historias de la vida real de compañeros dispuestos a compartir sus experiencias. Esto puede hacer que su película sea más identificable y auténtica.

Involucrar e involucrar a la comunidad

Trabajar con otros jóvenes apasionados por la salud mental. Esto podría incluir escritores, actores, directores o aquellos que han experimentado desafíos de salud mental. Consulte con profesionales de la salud mental para garantizar que su contenido sea preciso y sensible.

Crear una narrativa convincente

Cree un script o concepto que refleje su mensaje. Concéntrese en contar historias que resuenen con las experiencias de los jóvenes. Muestra diversas experiencias y puntos de vista, incluidos los de diferentes culturas, géneros y antecedentes. Utilice imágenes fuertes, símbolos y cinematografía creativa para evocar emociones y enfatizar los puntos clave.

Utilizar las redes sociales y las plataformas en línea

Comparta su película en YouTube, Instagram, Tiktok u otras plataformas donde los jóvenes estén activos. Adapte el formato para adaptarse a la plataforma. Desarrolle un hashtag único y pegadizo para promover la campaña y alentar a otros a compartir sus historias o respuestas. Aliente a los espectadores a comentar, compartir y participar en discusiones. Organice sesiones de preguntas y respuestas o transmisiones en vivo para comprometerse directamente con su audiencia.

Incorporar llamadas a las acciones

Incluya información sobre dónde buscar ayuda, como líneas directas, servicios de asesoramiento o organizaciones de salud mental. Invite a otros a crear sus propias películas, compartir sus historias o involucrarse en la defensa de la salud mental.

Medir el impacto y el ajuste

Monitoree las vistas, las acciones y los comentarios para medir el impacto de su película. Solicite comentarios de su audiencia para comprender qué funcionó bien y qué podría mejorarse. Use las ideas obtenidas para refinar su enfoque en futuras campañas.

Colaborar con escuelas y organizaciones

Organice proyecciones en escuelas, centros comunitarios o organizaciones juveniles, seguidas de discusiones o talleres. Colabora con organizaciones sin fines de lucro o grupos de defensa para expandir su alcance y obtener apoyo para su campaña.

Promover modelos a seguir positivos

Incluya jóvenes influyentes o figuras públicas que puedan prestar credibilidad y atraer un público más amplio a su campaña. Muestra historias de jóvenes que han superado los desafíos de salud mental, enfatizando la esperanza y la recuperación.

Asegurar la narración ética

Siempre obtenga el consentimiento de cualquier persona que comparta historias personales y respeta su privacidad. Tenga en cuenta no activar o angustiar a su audiencia. Proporcione advertencias de contenido si es necesario.

Capítulo 3: Poder de la metáfora de la metodología en defensa y cine

La metodología del "poder de la metáfora para la educación no formal en la defensa de los jóvenes para la salud mental" se basa en el aprendizaje experimental, la participación activa y la construcción de conocimientos colaborativos. Integra varios enfoques de educación no formal (NFE) para equipar a los jóvenes con habilidades de defensa, centrándose en la conciencia de la salud mental y el activismo con el cine como herramienta. La estructura del programa sigue un viaje metafórico, guiando a los participantes a través de diferentes fases de aprendizaje después del círculo de aprendizaje de Kolb.

Principios básicos de la metodología

La metodología está diseñada en torno a varios principios fundamentales de la educación no formal:

Aprendiendo haciendo: alentar experiencias prácticas donde los participantes participan activamente en simulaciones de defensa, campañas y ejercicios prácticos.

Inclusión y participación: garantizar que todos los participantes contribuyan igualmente, se sientan seguros y puedan expresar sus ideas libremente.

Aprendizaje y colaboración de pares: fomentando un entorno donde los participantes aprenden unos de otros a través de discusiones, juegos de roles y trabajo en equipo.

Reflexión y pensamiento crítico: alentar a los participantes a analizar, reflexionar y evaluar sus experiencias de aprendizaje.

Enfoques creativos e innovadores: utilizando la herramienta artística del cine y la narración de historias para mejorar los esfuerzos de defensa y la efectividad de la campaña.

Estructura

La metodología sigue un ciclo de aprendizaje progresivo, inspirado en el modelo de aprendizaje experimental de Kolb, asegurando que los participantes experimenten, reflexionen, conceptualicen y apliquen sus conocimientos.

La metodología de energía de metáfora proporciona conjuntos de actividades bajo 5 encabezados y depende del facilitador elegir qué actividades se tomarán de qué encabezados les brindan la oportunidad de multiplicar elecciones de ecología de aprendizaje.

Secciones de actividades de poder:

1. Power Introducing - Comprender los conceptos básicos

Objetivo: construir una comprensión común de la promoción y la salud mental.

Métodos: rompehielos, discusiones grupales, narración de cuentos y talleres interactivos.

Actividades clave: Introducción al proyecto, la estrategia juvenil de la UE, el entorno de expectativa y la defensa de la defensa.

2. Fabricación de poder - Habilidades de defensa de fortalecimiento

Objetivo: equipar a los participantes con las herramientas necesarias para una defensa efectiva de la salud mental.

Métodos: juego de roles, debates, creación multimedia y ejercicios de resolución de problemas.

Actividades clave: tipos de defensa, comunicación estratégica, oratoria y redes.

3. Power Spreading-Desarrollo práctico de la campaña

Objetivo: proporcionar a los participantes una práctica de defensa del mundo real.

Métodos: proyectos grupales, simulaciones de campaña, discusiones de políticas y creación de contenido digital.

Actividades clave: planificación de campaña, narración de cuentos a través del cine y el compromiso de las partes interesadas.

4. Power "Cooking"-Acción de defensa del mundo real

Objetivo: implementar el conocimiento adquirido en los esfuerzos de defensa práctica.

Métodos: eventos públicos, activismo de redes sociales, alcance comunitario y redes.

Actividades clave: eventos de defensa pública, iniciativas dirigidas por jóvenes y recomendaciones de políticas.

5. Poder en todas partes: reflexión y acciones futuras

Objetivo: Evaluar los resultados del aprendizaje y desarrollar acciones de seguimiento.

Métodos: círculos de reflexión, autoevaluación, planificación de tutoría y establecimiento de objetivos.

Actividades clave: evaluaciones, planificación futura de proyectos y redes para el impacto a largo plazo.

La metáfora de la metáfora asegura que los jóvenes defensores desarrollen habilidades, confianza y motivación para promover la conciencia de la salud mental y el cambio de políticas. Al combinar técnicas de aprendizaje creativas, participativas y reflexivas, la capacitación fomenta el activismo sostenible y permite a los jóvenes impulsar un cambio significativo en sus comunidades y más allá.

Sección 1 de actividades: Introducción de poder

Nombre de la actividad	Defensa en bingo
Objetivo/s	Al final de esta sesión, los participantes podrán: establecer una dinámica grupal inclusiva y atractiva a través de un rompehielos interactivo. Familiarizarse con los términos y conceptos relacionados con la defensa clave en un entorno no formal. Inicie conocerse y el aprendizaje de igual a igual a través de la interacción social estructurada.
Duración (minutos)	30 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Hojas de preguntas (proporcionadas a continuación) y bolígrafos. Configuración de la habitación: forma de U
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Introducción: Explique el propósito de la actividad, enfatizando que los participantes usarán el conocimiento de los demás para responder preguntas y ganar el juego. Distribución: Dale a cada participante una hoja de cuestionarios y un bolígrafo. Instrucciones: instruya a los participantes que, trabajando individualmente, tienen diez minutos para moverse por la habitación y encontrar respuestas a las preguntas en sus sábanas. Hay tres reglas: Encuentre respuestas a todas las preguntas en la hoja. No responda ninguna pregunta usted mismo. Cada pregunta debe ser respondida por una persona diferente. La primera persona en completar la hoja debería gritar "Bingo!". Actividad: los participantes circulan con sus hojas de cuestionarios, anotando las respuestas y los nombres de las personas que las proporcionaron. Instrucciones: Revise cada pregunta y solicite a un miembro del grupo que proporcione la respuesta junto con el nombre de la persona que la dio. Este ejercicio ayuda a los participantes a conocerse y aprender los nombres de los demás. Algunas preguntas también sirven como introducción a conceptos clave como "Defensa" y el tema principal de la capacitación, así como para destacar las habilidades, actitudes y redes dentro del grupo. Concluya discutiendo los significados de términos como "defensa" o el tema principal de la capacitación. Enfatice que no hay una definición única para estos términos y que escuchar diferentes perspectivas nos ayuda a obtener una comprensión más profunda de sus diversas interpretaciones.

Interrief /Wrap-Up /Visite	Reflexión dirigida por el facilitador: ¿Cómo te sentiste al involucrarse con diferentes participantes? ¿Aprendiste algo nuevo sobre la promoción o el activismo de salud mental? ¿Hubo alguna respuesta que te sorprendiera o inspirara?
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Comunicación en un entorno multicultural: los participantes practican la escucha activa, la comunicación verbal y las redes interpersonales. Aprender a aprender: la reflexión sobre las expectativas personales y el conocimiento compartido de pares mejora el aprendizaje autodirigido. Competencias sociales y cívicas: comprender la defensa como un proceso colectivo fomenta la ciudadanía activa. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPRENDIMIENTO: iniciativa alentadora de interactuar con sus compañeros y construir una base para futuras acciones de defensa. Conciencia cultural y expresión: la exposición a diversas perspectivas sobre la promoción contribuye al aprendizaje intercultural y la mentalidad abierta.

Material

Preguntas de bingo

Encuentra a alguien que conozca el significado de la palabra 'advocacy'. ¿Qué significa?

Nombre:

Encuentra a alguien que crea que su educación podría haber sido mejor. Nombre:

Encuentra a alguien que conozca el significado de la palabra 'paz'. ¿Qué significa?

Nombre:

Encuentra a alguien que haya pronunciado un discurso a una gran audiencia. Nombre:

Encuentra a alguien que haya participado en una campaña antes. Nombre:

Encuentra a alguien que se haya reunido con un tomador de decisiones. Nombre:

Nombre de la actividad	Expectativa y preocupación post-its
Objetivo/s	Proporcione una plataforma para que los participantes expresen sus esperanzas y objetivos para la capacitación. Permitir a los participantes compartir cualquier preocupación o incertidumbres sobre el proceso de capacitación. Fomentar la transparencia y la confianza abordando las expectativas y las preocupaciones desde el principio.
Duración (minutos)	20 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Post-its, bolígrafos, flipart
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Cada participante recibe dos notas adhesivas: una para escribir sus expectativas y otra por sus preocupaciones. Los participantes deben mantener sus notas confidenciales y pegarlas en un flip-grifo preparado. Una vez que todos hayan publicado sus notas, el (s) facilitador (s) revisará rápidamente el Flip-Chart y resumirá las expectativas y preocupaciones del grupo. El (s) facilitador (s) comentarán estos puntos, discutiendo qué expectativas se pueden cumplir durante la capacitación y abordar cualquier inquietud. El Flip-Chart debe permanecer en la sala de capacitación a lo largo del curso para que todos puedan referirse a él y revisar las expectativas y preocupaciones.

Informe y conclusión /visualización	El facilitador enfatiza un entorno de aprendizaje de apoyo y de apoyo, alentando a los participantes a comunicar cualquier expectativa o inquietud en evolución a medida que avanza la capacitación.
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Comunicación en un entorno multicultural: los participantes practican expresar sus pensamientos de manera clara y estructurada al tiempo que respeta diferentes perspectivas. Aprender a aprender: alienta la autorreflexión en los objetivos de aprendizaje personal, ayudando a los participantes a tomar posesión de su desarrollo durante todo el proceso de aprendizaje Competencias sociales y cívicas: mejora la participación activa y la colaboración al fomentar una dinámica grupal abierta, transparente e inclusiva. SENTIMIENTO DE INICIATIVA Y EMPRENDIMIENTO: promueve el compromiso proactivo, ya que se alienta a los participantes a asumir la responsabilidad de dar forma a su experiencia de aprendizaje. Conciencia emocional y autorreflexión: los participantes identifican sus preocupaciones y aspiraciones, ayudándoles a navegar desafíos de aprendizaje personal y maximizar su crecimiento durante la capacitación.

Nombre de la actividad	Nuestra cultura / descripción general de la agenda y el proyecto / artículos de negocios
Objetivo/s	Definir valores, comportamientos y acuerdos comunes para un entorno de capacitación respetuoso y atractivo. Use herramientas interactivas (mentímetro, nube de Word) para garantizar que todas las voces contribuyan a dar forma a la cultura del grupo. Describe claramente las sesiones de entrenamiento, los objetivos y los temas clave para establecer expectativas. Familiarizar a los participantes con técnicas interactivas para mantener la energía, el enfoque y la inclusión a lo largo de la capacitación.
Duración (minutos)	60 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Papel de chance Computadora portátil Proyector (pantalla LCD o TV) Materiales para los participantes: Post-its Plumas Enlace de mentímetro preparado
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión - Introducción: Los facilitadores preparan un enlace de mentímetro por adelantado y lo comparten en la pantalla. Se invita a los participantes a compartir palabras o frases que describan la "cultura" o acuerdo compartida del grupo sobre el comportamiento, los valores y la conducta durante el curso de capacitación. Participación: Cada participante usa su teléfono para contribuir a una "Cloud de Word" escribiendo palabras o frases. Estos aparecerán en la pantalla, lo que refleja las sugerencias de todos para la "cultura" común del grupo. Discusión: Los facilitadores leyeron las entradas y lideran una breve discusión para garantizar el consenso grupal sobre las normas culturales sugeridas.



	Los ejemplos de posibles entradas incluyen: "respetarse entre sí", "ser puntuales" y "evitar el uso de teléfonos durante las sesiones a menos que con fines de actividad". Este método ayuda a crear una comprensión compartida de cómo los participantes deben interactuar y los valores que deben mantener a lo largo de la capacitación. El facilitador mostrará la agenda de la semana en una pantalla (LCD o TV) y revisará brevemente cada sesión leyendo los títulos y proporcionando una discusión rápida para dar un resumen general. El facilitador presentará una descripción visual del proyecto de metáfora utilizando una pantalla de pantalla. Introducción al equipo, incluidas las organizaciones solicitantes y asociadas de varios países Resumen del proyecto y enfoque principal Objetivo principal del proyecto Actividades clave involucradas Resultados del proyecto esperados La sesión concluirá con el facilitador invitando a los participantes a compartir brevemente cualquier experiencia relacionada que tengan con el proyecto y el tema. El facilitador introducirá métodos para mejorar la participación grupal durante toda la capacitación. Estos métodos incluyen: Levantando tanto las manos o disparar a Marko y otros responden al polo, lo que lleva al grupo a hacer lo mismo para lograr el silencio. "Tornado", donde los participantes cambian las sillas sin sentarse en el mismo lugar. "Bora Bora", cambiando a un idioma común (inglés) durante las reuniones grupales para garantizar discusiones inclusivas.
Informe y conclusión /visualización	Puntos de discusión: ¿Cómo te sientes acerca de las actividades que acabamos de completar? ¿Estás satisfecho con nuestra cultura establecida? ¿Alguna sugerencia o cambio de último minuto? ¿Cuáles fueron sus expectativas antes de llegar? ¿Han cambiado sus expectativas después de la introducción?
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Comunicación en un entorno multicultural: los participantes participan en discusiones colaborativas, utilizando herramientas digitales y métodos interactivos para establecer valores y expectativas compartidos. Competencias sociales y cívicas: fomenta un sentido de responsabilidad e inclusión, asegurando que todos los participantes contribuyan activamente a dar forma a un entorno de aprendizaje respetuoso y atractivo. SENTIMIENTO DE INICIATIVA Y EMPREPRENDIO: fomenta la participación proactiva al permitir a los participantes definir las normas de capacitación y explorar formas dinámicas de mantener el compromiso durante todo el curso. Aprender a aprender: apoya el aprendizaje autodirigido familiarizando a los participantes con la agenda, los objetivos y las metodologías del proyecto, lo que les permite tomar posesión de su viaje de aprendizaje. Alfabetización digital y multimedia: presenta a los participantes las herramientas digitales interactivas (Mentímetro, Cloud de Word) que mejoran la participación y la toma de decisiones colectivas, fomentando la competencia digital en la facilitación grupal.

Nombre de la actividad	¡Te une! ¿Tienes tiempo libre?
Objetivo/s	Fomentar discusiones significativas a través de preguntas guiadas para cada ranura de tiempo. Asegúrese de que todos los participantes participen por igual y formen nuevas conexiones. Anime a los participantes a pensar en sus experiencias, perspectivas y similitudes con los demás. Use un formato interactivo para energizar a los participantes y construir una dinámica de grupo positivo.
Duración (minutos)	60 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Para el facilitador: proyector (LCD o TV), laptop Para los participantes: documentos A4, bolígrafos
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión - Configuración: El facilitador mostrará una presentación y distribuirá documentos y bolígrafos A4 a los participantes. Los participantes dibujarán un reloj en su papel y etiquetarán las horas. Instrucciones: El facilitador explica que por cada hora en el reloj, los participantes deben encontrar una persona con la que conectarse. Se recomienda no reunirse con la misma persona más de una vez. El facilitador anuncia: "Ahora, ve y busca a tus socios para 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 en punto". Emparejamiento y discusiones: Después de 5 minutos, el facilitador les pedirá a todos que se sienten. Para cualquier hora en las ranuras en las que alguien no haya encontrado un compañero, el facilitador ayudará a formar pares para que todos estén incluidos. El facilitador luego instruye: "Es la 1 en punto, ve a encontrar a tu pareja". Las preguntas para cada ranura de tiempo se presentan a continuación. Las discusiones por ranura de tiempo durarán 2 minutos
Informe y conclusión /visualización	Preguntas informativas: ¿Cómo encontraste la actividad? ¿Fue fácil o difícil? ¿Hubo una pregunta que te hizo pensar de manera diferente? ¿Descubrió alguna similitud o diferencia con sus socios? ¿Cuál puede ser la pregunta para las 12 en punto? ¿Qué le quitarás a esta sesión?
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Comunicación en un entorno multicultural: los participantes practican el diálogo estructurado, mejorando su capacidad para escuchar activamente, articular pensamientos y participar en conversaciones significativas con diversas personas. Competencias interpersonales y sociales: fomenta la empatía, la cooperación y la apertura, el fortalecimiento de la capacidad de los participantes para conectarse con otros, respetar diferentes perspectivas y construir una relación en un entorno grupal. SENTIMIENTO DE INICIATIVA Y EMPREPRENDIO: promueve la participación proactiva al exigir a los participantes que tomen la iniciativa de formar conexiones, intercambiar ideas y discutir experiencias personales y profesionales.

	Aprender a aprender: fomenta la autorreflexión a través de preguntas guiadas, lo que permite a los participantes analizar sus experiencias pasadas y obtener información sobre sus valores, motivaciones y aspiraciones. Conciencia y expresión cultural: brinda la oportunidad de explorar diversos antecedentes y perspectivas, fomentando la comprensión intercultural y la apreciación de diferentes puntos de vista.
--	---

Preguntas para cada ranura de tiempo:

- 1 en punto:** ¿Qué te hace sonreír?
- 2 en punto:** ¿Qué significan para el liderazgo y la advocacy de los jóvenes para usted?
- 3 en punto:** ¿Dónde encuentras tu inspiración?
- 4 en punto:** ¿Por qué las habilidades de defensa son importantes para la voz juvenil en su comunidad/organización local?
- 5 en punto:** ¿Cuáles son tus pasatiempos?
- 6 en punto:** ¿Conoces algún buen líder? ¿Quiénes son y qué los hace buenos líderes?
- 7 en punto:** ¿Cuál fue un punto de inflexión en tu vida?
- 8 en punto:** ¿Qué te motivó a asistir a esta capacitación de defensa?
- 9 en punto:** ¿Cuál es tu tradición o vacaciones favoritas?
- 10 en punto:** si tuviera que describirse a sí mismo como un animal, ¿cuál sería?
- 11 en punto:** ¿Cómo planea aplicar lo que aprende de esta capacitación en su trabajo o vida?

Nombre de la actividad	Estrategia juvenil de la UE y objetivos juveniles europeos
Objetivo/s	Familiarizarse con la estrategia juvenil de la UE, los objetivos juveniles europeos y el diálogo juvenil europeo. Comprenda la importancia de estos documentos para la participación juvenil y la participación democrática en Europa. Mejore su conocimiento de la agenda 2030 para el desarrollo sostenible y los ODS.
Duración (minutos)	30 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Marcadores Chismes Proyector multimedia Configuración de la habitación: islas de trabajo Para el facilitador: estrategia juvenil de la UE, objetivos juveniles europeos Para los participantes: Lista de los 11 objetivos juveniles europeos: envíe un enlace o haga código QR a DOC, copias de los ODS para el trabajo de grupos pequeños
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Introducción: Comience preguntando a los participantes si están familiarizados con la estrategia juvenil de la UE y los objetivos juveniles europeos. Si algún participante tiene conocimiento previo, invítelos a compartir sus

	experiencias y cómo encontraron estos documentos. Presentación: Después de algunas experiencias compartidas, la transición a una presentación. La presentación cubrirá puntos clave basados en 10 hechos sobre la estrategia juvenil de la UE y los objetivos juveniles europeos (a continuación). Trabajando en grupos pequeños [10 min] Formación grupal: Divida a los participantes en 3 o 6 subgrupos. 1 o 2 grupos se centrarán en uno de los siguientes conceptos: participar, conectarse y empoderar. El Grupo 1 explorará "Engage", el Grupo 2 explorará "Connect" y el Grupo 3 explorará "Empower". Tarea: Cada grupo identificará qué objetivos juveniles europeos se alinearán con su concepto asignado y explicarán las conexiones. Presentación del trabajo grupal y la discusión Presentaciones: Cada grupo tendrá 2 minutos para presentar sus hallazgos, incluido los cuales los objetivos de los jóvenes europeos se relacionan con su concepto y las razones detrás de sus elecciones. Después de cada presentación, habrá una sesión de preguntas y respuestas de 1 minuto.
	Introducción: El facilitador comienza preguntando: "¿Qué sabes sobre los ODS y la agenda de desarrollo sostenible de 2030?" Respuestas iniciales: El facilitador alienta a algunos participantes a compartir sus conocimientos. [5 min] Descripción general: Si es necesario, el facilitador proporciona una breve revisión de la agenda 2030 para el desarrollo sostenible utilizando la información disponible. [3 min] Actividad grupal: Los participantes se dividen en 8 grupos aleatorios. Cada grupo se centrará en cómo los jóvenes pueden contribuir a la implementación de 2 ODS diferentes. Se proporcionarán copias de todos los ODS. Los grupos deberían leer los objetivos y pueden referirse a los objetivos para obtener más detalles. Necesitan encontrar un máximo de 3 ideas concretas, realistas y factibles para cada objetivo. El facilitador debe enfatizar que las ideas deben ser específicas y procesables. Los grupos tendrán 10 minutos para trabajar, con facilitadores disponibles para brindar apoyo y orientación. Presentaciones: Cada grupo presentará sus ideas durante un máximo de 2 minutos cada uno, totalizando 16 minutos para todas las presentaciones.
Informe y conclusión /visualización	Interrogación: Después de todas las presentaciones, realice una discusión para reunir reflexiones sobre la sesión. Las preguntas para la discusión pueden incluir: "¿Fue el ejercicio fácil o

	desafiante?" "¿Cuál es su comprensión actual del papel de los jóvenes en la implementación de los ODS?" "¿Qué ODS encuentras más relevantes para tu trabajo como activista juvenil?" Concluir agradeciendo a los participantes por su aporte.
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Competencias cívicas y sociales: los participantes obtienen una comprensión más profunda de las políticas juveniles europeas, los marcos de participación y los objetivos de desarrollo sostenible, mejorando su capacidad para participar en la vida democrática y las discusiones de políticas. Comunicación en un entorno multicultural: a través de discusiones y presentaciones grupales, los participantes practican que expresan ideas claramente, participan en el diálogo estructurado y defienden sus puntos de vista en un entorno internacional. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPRESIO: fomenta el pensamiento crítico y el compromiso proactivo, ya que los participantes exploran cómo las iniciativas dirigidas por jóvenes pueden contribuir a la implementación de la estrategia juvenil de la UE y los ODS. Aprender a aprender: desarrolla la capacidad de los participantes para el aprendizaje autodirigido al exigirles que analicen las políticas, identifiquen objetivos clave y propongan soluciones de defensa procesables. Conciencia cultural y expresión: fortalece la conciencia de los desafíos globales y europeos, lo que ayuda a los participantes a apreciar cómo las diferentes perspectivas culturales y nacionales influyen en la formulación de políticas y la defensa de los jóvenes.

Gráfico 1 y 2:



Recursos: <https://nawat.es/youth-goals/> tomado el 20.9.2024

OBJETIVOS **DE DESARROLLO SOSTENIBLE**



Recurso: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/2015/09/la-asamblea-general-adopta-la-agenda-2030-para-el-desarrollo-sostenible/> tomado el 20.09.2024

Objetivo 1 finaliza la pobreza en todas sus formas en todas partes

Objetivo 2 Fin del hambre, lograr la seguridad alimentaria y mejorar la nutrición y promover la agricultura sostenible

Objetivo 3 Asegure vidas saludables y promover el bienestar de todas las edades

Objetivo 4 Asegurar una educación de calidad inclusiva y equitativa y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos

Objetivo 5 logra la igualdad de género y empodera a todas las mujeres y niñas

Objetivo 6 Asegurar la disponibilidad y la gestión sostenible del agua y el saneamiento para todos

Objetivo 7 Asegurar el acceso a energía asequible, confiable, sostenible y moderna para todos

Objetivo 8 promueve el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, el empleo total y productivo y el trabajo decente para todos

Objetivo 9 Construir infraestructura resistente, promover la industrialización inclusiva y sostenible y la innovación de fomento

Objetivo 10 reduce la desigualdad dentro y entre los países

Objetivo 11 hace que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resistentes y sostenibles

Objetivo 12 Asegurar los patrones de producción y de producción sostenibles

Objetivo 13 tome medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus impactos

Objetivo 14 conserva y usa de manera sostenible los océanos, mares y recursos marinos para el desarrollo sostenible

Objetivo 15 Proteger, restaurar y promover el uso sostenible de los ecosistemas terrestres, administrar de manera sostenible los bosques, combatir la desertificación y detener y revertir la degradación de la tierra y detener la pérdida de biodiversidad

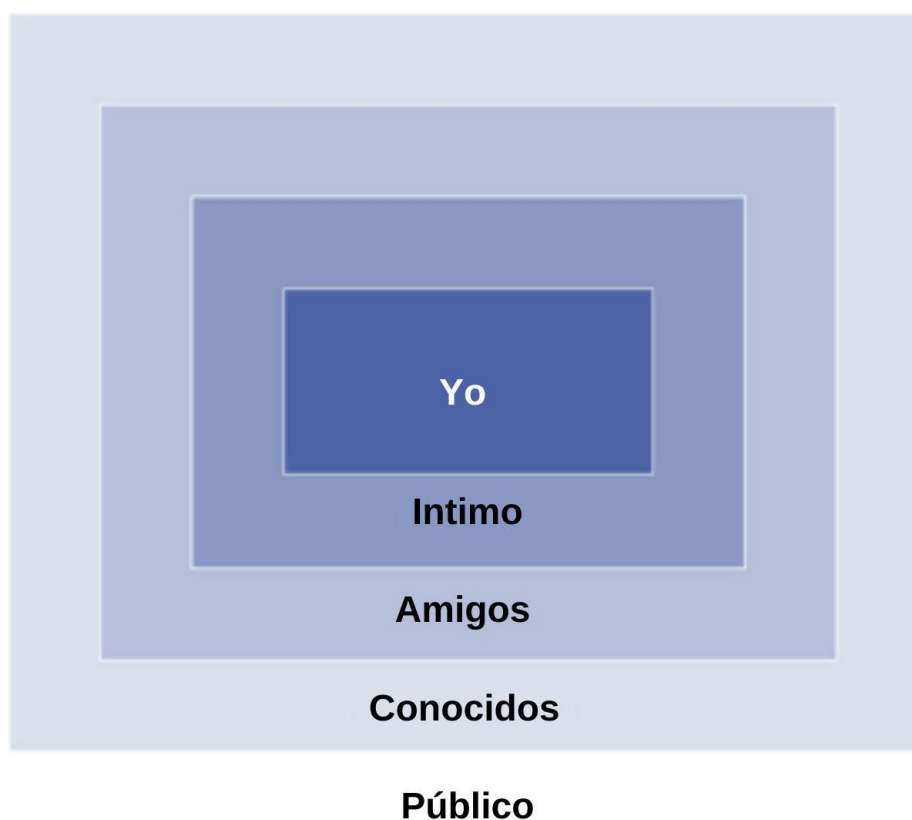
Objetivo 16 Promover sociedades pacíficas e inclusivas para el desarrollo sostenible, proporcionar acceso a la justicia para todos y crear instituciones efectivas, responsables e inclusivas en todos los niveles

Objetivo 17 fortalece los medios de implementación y revitaliza la asociación global para el desarrollo sostenible

Nombre de la actividad	Cuadrícula
Objetivo/s	Alentar a los participantes a reflexionar sobre cómo las personas comparten información, generan confianza y establecen límites en la comunicación.
Duración (minutos)	30 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Libro blanco para cada participante, marcadores o bolígrafos, Flip-Chart Configuración de la habitación: arreglo en forma de U Material (s) para el facilitador: la lista de declaraciones
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: trabajo individual guiado [15 min] Distribuya 1 trozo de papel a cada participante y asegúrese de tener suficientes marcadores o bolígrafos para cada participante. Dibuja el siguiente gráfico en el flip-stand y pide a los participantes que hagan lo mismo en sus documentos. Para explorar lo que cada cuadrado significa para cada uno de nosotros, lea las siguientes afirmaciones una por una y pídale a los participantes que marquen o indiquen con quién compartirían cada tipo de información. Anime a los participantes a pensar en personas específicas en sus vidas que encajan en cada categoría. Ayuda a aclarar términos como la lista de "conocidos" e "íntimos".
Informe y conclusión /visualización	Informe [10 min] Pregunte a los participantes cómo se sintieron al seleccionar los cuadrados. ¿Hubo alguna sorpresa? ¿Cuál fue la conclusión principal del ejercicio? ¿Cómo se sienten ahora? El cierre y la evaluación [5 min] concluyen la sesión señalando que en los próximos días, habrá numerosas oportunidades para compartir información sobre nosotros mismos que podríamos no haber considerado inicialmente. Destaca la importancia de mantener los límites y respetar las opciones de privacidad de los demás. Haga hincapié en que compartir nuestros valores, actitudes y creencias puede ayudarnos a unirnos en torno a ideas comunes.
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias personales y sociales: fomenta la autoconciencia, la inteligencia emocional y el establecimiento de límites, ayudando a los participantes a reflexionar sobre sus niveles de comodidad al compartir información personal. Comunicación en un entorno multicultural: mejora la capacidad de los participantes para navegar por interacciones sociales, respetar diferentes perspectivas y participar en conversaciones significativas sobre la confianza y la privacidad. Aprender a aprender: apoya el pensamiento crítico y la autorreflexión, lo que permite a los participantes evaluar cómo las experiencias personales dan forma a sus hábitos de apertura y comunicación. Responsabilidad cívica y social: fomenta una comprensión de los límites personales, el consentimiento y la comunicación ética, reforzando la

	importancia del respeto mutuo y la confianza en la dinámica grupal. Conciencia y expresión cultural: alienta a los participantes a reconocer cómo los antecedentes culturales influyen en los niveles de comodidad al compartir información personal, promover la empatía y la inclusión.
--	---

Gráfico 1:



Para el facilitador

Puede comenzar diciendo, por ejemplo: ‘Comencemos con su altura. Considere con quién se sentiría cómodo compartiendo información sobre qué tan alto es. ¿Lo compartirías con los que consideras íntimos? Conocidos? ¿O en un entorno público con extraños?’

Consejos del facilitador

Reconoce que no todas las experiencias se aplicarán a cada participante.

Anime a los participantes a imaginar con quienes compartirían la información si las experiencias fueran relevantes para ellos.

Permita un tiempo suficiente para que los participantes reflexionen sobre cada pregunta y sus respuestas.

Lista de declaraciones

- ★ Tu altura
- ★ Tu peso
- ★ Tus creencias religiosas
- ★ Tu estado social
- ★ Tus ideas políticas
- ★ El estado de su relación
- ★ Tu etnia
- ★ Tu pronombre preferido
- ★ Tu insatisfacción con alguna parte de tu cuerpo
- ★ Tu dirección
- ★ Tu frustración sobre el trabajo
- ★ Tus pasatiempos
- ★ Cosas que te molestan de tu compañero plano
- ★ Algo de lo que te arrepientes de haber hecho
- ★ Tus placeres culpables

Nombre de la actividad	Valores de tarjetas de alimentación
Objetivo/s	Explore sus creencias personales y los factores que influyen en sus decisiones y comportamientos Obtenga conciencia de las tarjetas de poder de valor Esforzarse por comprender los valores más profundamente Evaluar y reflexionar continuamente sobre los valores
Duración (minutos)	75 min
Recursos/materiales/equipos necesarios	Papel de chorro; Marcadores; Bolígrafos; 4 mazos de tarjetas de valor (impresas para todos los participantes o se muestran en una pantalla utilizando un proyector multimedia preparado por facilitador) Configuración de la habitación: círculo, islas de trabajo
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: El facilitador invita a los participantes a elegir hasta 3 valores o comportamientos de la siguiente lista o escribir por sí mismos que mejor representan el poder de los valores. Se proporcionará el mazo de cartas. Una vez que todos los participantes hayan elegido los valores, deben escribirlos en papel A4, el facilitador les indica que escriban su nombre en el papel y hagan un avión de papel. Después de eso desde la línea, cada uno lanzará el avión y el facilitador recolectará los aviones que hacen que los 5 grupos tengan en cuenta que en el primer grupo debería ser el menor número de participantes y en el último el mayor número de participantes. Ahora, en grupos, cada participante de la lista (su plano de papel) comparte valores seleccionados con otros y los grupos deben identificar los 3 valores más cruciales del buen líder acordado por todo el grupo. Escriben esos valores en el papel de Flip Chart. En los mismos grupos, el facilitador pide a los participantes que: Comparta sus 3 valores principales entre sí. Discuta las creencias asociadas con esos valores.

	Discuta el por qué y cómo tomaron una decisión sobre la lista final de valores.
Informe y conclusión /visualización	Cierre y evaluación: Cree un ambiente tranquilo y tranquilo para la sesión. Presente las siguientes preguntas de reflexión, ya sea escritas en una tabla de flip o proporcionada como un folleto impreso: ¿Cómo te sentiste y cuáles fueron tus reacciones? ¿Qué conclusiones puedes sacar de la experiencia? ¿Qué aprendiste? ¿Cómo puede aplicar lo que aprendió para mejorar sus experiencias futuras? ¿Qué acciones puedes tomar en función de lo que aprendiste?
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias personales y sociales: fomenta la autorreflexión, la autoconciencia e inteligencia emocional, ayudando a los participantes a reconocer cómo los valores dan forma a sus decisiones, comportamientos y estilos de liderazgo. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPREPRENDIO: desarrolla habilidades de toma de decisiones y pensamiento estratégico al exigir a los participantes que analicen, prioricen y articulen sus valores fundamentales en el liderazgo. Comunicación en un entorno multicultural: mejora la capacidad de los participantes para expresar creencias personales, escuchar activamente y participar en discusiones respetuosas sobre los valores y la toma de decisiones. Responsabilidad cívica y social: fomenta una comprensión del liderazgo ético, la toma de decisiones colectivas y la responsabilidad, reforzando el papel de los valores en la construcción de comunidades inclusivas y responsables. Aprender a aprender: apoya la autoevaluación continua y el desarrollo personal, lo que permite a los participantes evaluar cómo sus creencias influyen en sus acciones y cómo pueden aplicar este conocimiento en liderazgo y defensa.

Sección 2 de actividades - Generación de poder

Nombre de la actividad	Advocacy 4 Cambio
Objetivo	Esta sesión ofrece a los participantes la oportunidad de comprender advocacy y aprender sobre sus diversos tipos.
Duración (minutos)	90 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Copias de folletos titulados "Defensa y conceptos relacionados" y "Tipos de defensa" Configuración de la habitación: en forma de U
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Ejercicio de calentamiento [5-8 minutos] Parte I [10 min]



	Invite a todos los participantes a pensar para la primera asociación (una palabra) que viene a sus mentes cuando escuchan la palabra defensa Invitar a los participantes a pensar para una Asociación para la Defensa permite a todos escribir dos o tres palabras en Mentimeter Word Cloud. Preséntelo en la pantalla y discuta con el grupo. La Parte II [45 min] divide el grupo en cuatro grupos pequeños, les dio cuatro temas y cuatro hojas de flipchart. Los temas son: redes de movilización de recursos de lobby de defensa y asociación Díales que ahora son cuatro grupos de expertos que deberían hacer presentaciones sobre estos cuatro tipos de acciones comunitarias, describiendo la definición y el objetivo, los grupos/s, proceso y los indicadores/s para el éxito. Dé a los grupos tiempo para trabajar [20 min] e invítelos a presentar sus productos [20 min] Invite a algunos de ellos a compartir lo que aprendieron sobre diferentes acciones comunitarias [5 min] Parte III [50 min] Tipos de defensa [25 min] Pide a los participantes que lleguen a las diferentes causas o problemas por los que las personas podrían abogar. [15 min] concluyen la sesión de lluvia de ideas con una breve presentación sobre "tipos de defensa", utilizando el folleto. [10 min] Permita 5 minutos para preguntas y discusión. Salida: [15 min] Al final de la sesión, solicite a los participantes que reflexionen sobre la siguiente pregunta: ¿Qué tipo de defensa es más relevante para el trabajo de su organización?
Informe y conclusión /visualización	Pida a los participantes que compartan ideas clave que obtuvieron sobre la promoción, el cabildeo, la movilización de recursos y las redes. Aliente a los participantes a identificar desafíos potenciales en los esfuerzos de promoción y una lluvia de ideas sobre posibles soluciones. Resume los puntos principales discutidos, enfatizando la importancia de la promoción en la creación de un cambio social. Pida a los participantes que compartan una palabra o frase que capture su comida para llevar de la sesión.
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias cívicas y sociales: mejora la comprensión de la promoción, el cabildeo, la creación de redes y la movilización de recursos, equipando a los participantes con las habilidades para participar en la ciudadanía activa e impulsar el cambio social. Comunicación en un entorno multicultural: fortalece las habilidades de facilitación de habla pública, debate y grupos, lo que permite a los participantes presentar sus ideas de manera efectiva, discutir estrategias de defensa y colaborar en diversos equipos. SENTIMIENTO DE INICIATIVA Y EMPRENDIMIENTO: alienta a los participantes a identificar desafíos clave de defensa, desarrollar soluciones estratégicas y aplicar su aprendizaje a acciones comunitarias del mundo real. Aprender a aprender: apoya el pensamiento crítico y la autorreflexión al incorporar a los participantes a analizar diferentes enfoques de defensa, evaluar su efectividad y relacionarlos con su propio trabajo organizacional. Conciencia y expresión cultural: promueve el diálogo intercultural y la

	comprensión al explorar cómo la promoción varía en diferentes contextos sociales, políticos y culturales.
--	---

Tabla 1:

	Advocacy	Movilización comunitaria	Redes y asociaciones	Recaudación de fondos y movilización de recursos	Superar el estigma y la discriminación
Que puedo cambiar	Políticas, conciencia e implementación de políticas, leyes y prácticas	Conciencia y comportamiento	Aislamiento y duplicación	Nivel de recursos disponibles	Nivel de estigma y discriminación contra personas con desafíos de salud mental
Grupo objetivo	Los tomadores de decisiones, líderes, responsables políticos, personas en posición de influencia	Miembros de la comunidad	Individuos y grupos con agenda similar	Comunidades, gobiernos locales, consejos, donantes	Personas que estigmatizan, discriminan
Indicadores típicos de éxito	Implementación de implementación de políticas, leyes y prácticas	Se resuelve un problema comunitario, se atiende más personas en reuniones comunitarias.	Los socios y las redes logran más que si trabajara solos	Recursos disponibles	Menos casos de estigmatización y discriminación

Tipos de advocacy

Auto advocacy

Esto se refiere a un individuo que defiende por sí mismo, como hablar por sus propios derechos y necesidades.

Advocacy individual

Esto implica abogar en nombre de un individuo o un pequeño grupo de personas, como ayudarlos a acceder a los servicios o recursos que necesitan.

Advocacy sistémica

Este tipo de defensa se centra en cambiar políticas, leyes o sistemas que afecten a grupos más grandes de personas. Busca abordar las causas fundamentales de un problema, en lugar de solo tratar los síntomas.

Advocacy legal

Este tipo de defensa implica el uso de canales legales para buscar justicia o hacer cumplir los derechos, como a través del sistema judicial o los procedimientos administrativos.

Advocacy de base

Este tipo de defensa implica movilizar a las personas a nivel comunitario para efectuar el cambio, como mediante la organización de protestas o campañas de escritura de letras

Todos los tipos de advocacy tienen la misma importancia. La elección de la promoción depende de lo que sea más apropiado para el individuo que lo busca. Una persona puede requerir diferentes tipos de apoyo de advocacy en varias etapas de su vida.

La comunidad entre todas las formas de advocacy es que el individuo (en este caso, una persona con discapacidad de aprendizaje) siempre está en el corazón del proceso de advocacy. Se centra en lo que el individuo quiere y en encontrar la forma más efectiva de comunicarlo a las partes relevantes.

La promoción se puede comparar con las herramientas en una caja de herramientas, donde se pueden usar diferentes tipos juntos o por separado dependiendo de la tarea en cuestión. Las personas con discapacidades de aprendizaje a menudo expresan que ser parte de un grupo de auto-advocacy o recibir apoyo de un defensor es crucial para empoderarlos para que tomen el control de sus vidas.

Nombre de la actividad	Carrera de retransmisión de advocacy
Objetivo/s	Involucrar a los participantes de una manera divertida e interactiva Desarrolle sus habilidades y conocimiento sobre la promoción, al tiempo que promueve el trabajo en equipo y la colaboración. Construya su comprensión de la promoción y mejore su capacidad para comunicarse y abogar por una causa.
Duración (minutos)	
Recursos/materiales/equipos necesarios	Tarjetas con diferentes escenarios de defensa. Conos o marcadores para establecer un curso de carrera de relevos. Detente el reloj o el temporizador para realizar un seguimiento del tiempo de carrera. Premios o recompensas para el equipo ganador (opcional). Configuración de la sala: espacio abierto para que los participantes se muevan y completen la carrera de relevos.
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: divida a los participantes en equipos de 3-4 personas. Cada equipo elegirá un nombre y un capitán para ellos. Dé a cada equipo un conjunto de cartas con diferentes escenarios de defensa. En la señal para comenzar, el primer jugador de cada equipo recogerá la carta y leerá el escenario. S/ella ejecutará la línea y llegará al siguiente jugador en el mismo equipo y les entregará la carta. El segundo jugador leerá el escenario, ejecutará el curso y entregará la carta al siguiente jugador. El juego continúa hasta que todos los miembros del equipo hayan completado el curso y lean todos los escenarios de defensa. El equipo que termina el curso y todos los escenarios ganan por primera vez el juego (cada equipo tendrá un conjunto de cartas con diferentes escenarios de defensa, y deberán completar la carrera pasando todas las cartas a los miembros de su equipo. Esto significa que significa que Cada equipo necesitará leer y discutir múltiples escenarios para completar la carrera.

	Al incorporar escenarios de promoción en el juego, los jugadores también aprenderán sobre diferentes situaciones en las que puede ser necesaria la promoción y qué tipos de defensa pueden ser más efectivos en esas situaciones. En general, la carrera de retransmisión de defensa es una forma creativa y atractiva de enseñar sobre la defensa y promover el trabajo en equipo entre los participantes. Mientras juegan el juego, los jugadores pueden discutir los escenarios y sus posibles soluciones, pero el objetivo principal es completar el curso y leer todos los escenarios.
Informe y conclusión /visualización	El facilitador puede liderar una breve discusión o reflexión sobre las siguientes preguntas: ¿Qué aprendiste sobre los diferentes tipos de defensa? ¿Cómo te sentiste durante la carrera de retransmisión? ¿Encontraste algún desafío durante la carrera de retransmisión? Si es así, ¿cómo los superaste? ¿Cómo puedes aplicar lo que aprendiste a tu propia vida y trabajo? El facilitador puede alentar a los participantes a compartir sus pensamientos y sentimientos con el grupo y a escuchar activamente entre sí. Esto ayudará a crear un sentido de comunidad y apoyo entre los participantes.
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias cívicas y sociales: mejora la comprensión de la defensa al involucrar a los participantes en escenarios de la vida real, ayudándoles a desarrollar habilidades para la ciudadanía activa y el cambio social. Comunicación en un entorno multicultural: fortalece la capacidad de los participantes para expresar ideas claramente, escuchar activamente y colaborar efectivamente en un entorno de equipo diverso. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPREPRENDIO: fomenta la toma de decisiones rápida, la resolución de problemas y el liderazgo al desafiar a los participantes a analizar escenarios, adaptar estrategias y tomar medidas en un entorno acelerado. Aprender a aprender: promueve el pensamiento crítico y la autorreflexión al pedir a los participantes que evalúen escenarios de defensa, reconozcan diferentes enfoques y apliquen su aprendizaje a problemas del mundo real. Trabajo en equipo y colaboración: fomenta la cooperación, la confianza y la toma de decisiones colectivas, asegurando que los participantes trabajen juntos de manera efectiva bajo limitaciones de tiempo mientras participan en discusiones significativas.

Las respuestas correctas para cada escenario (los participantes reciben solo el escenario y discuten la posible respuesta):

A una persona con discapacidad se le niega el acceso al transporte público

¿Qué tipo de advocacy se necesita?

Respuesta: Advocacy sistémica - esta situación requiere abogar por los cambios en el sistema y las políticas que rigen el transporte público para garantizar la accesibilidad para

todas las personas, no solo para la persona con discapacidad en este escenario específico.

Un niño está siendo intimidado en la escuela

¿Qué tipo de advocacy se necesita?

Respuesta: Advocacy individual - esta situación requiere abogar por el niño que está siendo intimidado trabajando con la administración escolar, los maestros y los padres para garantizar la seguridad y el bienestar del niño

Una familia no puede permitirse pagar sus necesidades básicas

¿Qué tipo de advocacy se necesita?

Respuesta: Auto advocacy - esta situación requiere que la familia abogar por sí misma buscando recursos y apoyo disponibles, como programas de asistencia gubernamental, organizaciones comunitarias o programas de capacitación laboral.

Una persona ha sido acusada injustamente de un delito que no cometió

¿Qué tipo de advocacy se necesita?

Respuesta: Advocacy legal - esta situación requiere una representación legal para defender a la persona que ha sido acusada erróneamente y garantizar que sus derechos estén protegidos durante todo el proceso legal.

La comunidad corre el riesgo de ser desplazada de sus hogares debido a un gran proyecto de construcción

¿Qué tipo de advocacy se necesita?

Respuesta: Advocacy sistémica - esta situación requiere abogar por los cambios en el sistema y las políticas que rigen el proyecto de construcción para garantizar que los derechos y el bienestar de la comunidad se consideren y que sean compensados adecuadamente por cualquier desplazamiento o pérdida.

Nombre de la actividad	mAdvocacy
Objetivo/s	Entrene a los participantes sobre el concepto de advocacy a través de un juego atractivo e interactivo. Promover el aprendizaje basado en el juego, haciendo que los conceptos de advocacy sean más memorables y agradables. Fomente el aprendizaje colaborativo permitiendo a los participantes llenar los espacios en blanco y compartir sus historias de Libs Mad completadas. Fomentar el aprendizaje creativo al solicitar a los participantes a usar la imaginación al seleccionar palabras. Facilitar el aprendizaje experimental al vincular la teoría de defensa con las aplicaciones de la vida real.
Duración (minutos)	60 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Para el facilitador: plantilla de Libs Mad preparadas, Temporizador, indicaciones de discusión

	Para los participantes: tarjetas de 200 palabras, 42 tarjetas de oración, bolígrafos o lápices, plantilla de Libs de locos impresos Configuración de la sala: organizar a los participantes en pequeños grupos o alrededor de una mesa central. Baraja el mazo de cartas de palabras y reparte la misma cantidad a cada jugador. Coloque las cartas de oraciones en una pila central.
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: explique que la sesión usará un juego de Libs Mad para explorar los diferentes componentes de la promoción. Distribuya las plantillas de Libs Mad a cada participante, explique el proceso de selección de palabras: los participantes llenarán en blanco con sustantivos, verbos, adjetivos u otras palabras basadas en sus tarjetas de palabras. Cada participante selecciona palabras de sus tarjetas de palabras para completar la plantilla. Los participantes completan los espacios en blanco con sus palabras seleccionadas. Compartir y discusión Cada participante lee su historia completa de Libros en voz alta. El facilitador lidera una discusión con indicaciones, como: ¿Qué aprendió sobre la defensa de esta actividad? ¿Cómo afectan las diferentes palabras la efectividad de un mensaje de defensa? ¿Cómo puede aplicar estos principios de defensa en la vida real?
Informe y conclusión /visualización	Resaltar las conclusiones clave de la actividad. Pida a los participantes que reflexionen sobre: qué estrategias de defensa encontraron los desafíos más efectivos que podrían enfrentar al abogar por una causa, cómo superar estos desafíos Declaración de cierre: enfatizar que la promoción se trata de estrategia, creatividad y colaboración, y alienta a los participantes a usar sus voces para impulsar un cambio positivo.
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias cívicas y sociales: mejora la comprensión de los participantes de los conceptos y estrategias de defensa, reforzando su capacidad para participar en procesos democráticos e impulsar el cambio social. Comunicación en un entorno multicultural: desarrolla habilidades efectivas de mensajería y narración de cuentos, lo que ayuda a los participantes a aprender cómo las elecciones de lenguaje influyen en el impacto de la promoción. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPREDIMIENTO: fomenta la resolución creativa de problemas y la adaptabilidad, ya que los participantes exploran diferentes formas de crear mensajes de defensa persuasivos. Aprender a aprender: promueve el pensamiento crítico y la reflexión, lo que permite a los participantes analizar cómo los mensajes de defensa pueden estructurarse para obtener el máximo impacto y cómo se pueden aplicar en escenarios de la vida real. Conciencia y expresión cultural: fortalece la capacidad de los participantes para interpretar y responder a diversas perspectivas, fomentando la inclusión en los esfuerzos de defensa.

Ejemplo de plantilla en la que deben sentirse:

Estimado [Adjetivo] [sustantivo],

Te escribo hoy para pedirle ayuda para abogar por [causa]. Como sabrán, [causa] enfrenta muchos desafíos, incluidos [desafío 1], [desafío 2] y [desafío 3]. Sin su ayuda, [causa]

puede no ser capaz de [resultado deseado]. Necesitamos trabajar juntos para marcar la diferencia. Por [verbo 1], [verbo 2] y [verbo 3], podemos crear un cambio positivo y garantizar que [causa] obtenga el soporte que necesita. Gracias por su tiempo y su compromiso con [causa].

Juntos, podemos hacer una verdadera diferencia!

Sinceramente, [tu nombre]

Nombre de la actividad	Experiencia personal yo
Objetivo/s	Comprender cómo las historias de éxito podrían ayudar a los defensores de los jóvenes a ser más efectivos Comprender cómo los fracasos podrían ayudarlo a convertirse en un mejor defensor de los jóvenes Obtenga más información sobre el papel de los defensores de los jóvenes en el mundo contemporáneo
Duración (minutos)	90 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Flipchart por grupo, flipchart con preguntas escritas, computadoras portátiles, conexión a Internet, documentos, bolígrafos, marcadores
Descripción (paso a paso)	Historias de éxito: Invitó a los participantes a pensar en cuál fue su historia más exitosa como defensor de los jóvenes, independientemente del contexto y para describir la historia como un artículo emocional en la página de 1. Los participantes se dividieron en grupos pequeños (4-5 personas cada uno) para leer sus historias y votar por una historia que se presenta en el plenario. En el Big Circle, escuchen historias elegidas (1-2 por grupo). Invite a los participantes del grupo a compartir sus sentimientos y pensamientos después de las historias. Historias de fracaso: Ahora invite a los participantes a pensar en un momento que fallaron como líder y reflexionaron sobre los aprendizajes de la experiencia y nuevamente los dividen en pequeños grupos para compartir sus historias y para discutir cuáles fueron las razones de los fracasos.
Informe y conclusión /visualización	El facilitador pide compartir sus sentimientos en una palabra o frase
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias cívicas y sociales: mejora la comprensión de los participantes de la defensa de los jóvenes, el liderazgo y el compromiso social, lo que les permite aprender de los éxitos y desafíos en su viaje de defensa. Comunicación en un entorno multicultural: desarrolla habilidades en la narración de historias, la escucha activa y la expresión emocional, lo que permite a los participantes compartir efectivamente experiencias, inspirar a otros y articular lecciones aprendidas. Sense de iniciativa y emprendimiento: alienta a los participantes a reflexionar sobre su viaje de liderazgo, analizar factores de éxito y obstáculos, y desarrollar estrategias para mejorar sus esfuerzos de promoción. Aprendiendo a aprender: fortalece la autorreflexión y el pensamiento crítico, ya que los participantes examinan sus propias experiencias,

	identifican conclusiones clave y aplican lecciones para el futuro trabajo de defensa de los jóvenes. Conciencia emocional y resiliencia: promueve la autoconciencia y la adaptabilidad, ayudando a los participantes a adoptar fallas como oportunidades de aprendizaje, desarrollar la resiliencia y desarrollar una mentalidad de crecimiento.
--	--

Antes del final de esta parte de la sesión, difundió el material "5 formas de aprender del fracaso" entre los participantes. Además, solicite a los participantes en grupos que salgan con sus 5 formas de aprender de la lista de fallas y el dibujo.



Folleto para la actividad

1. No te detengas en ello: mira el fracaso como una oportunidad de aprendizaje

Después de fallar, puede ser demasiado fácil dejar que las emociones negativas, como la inseguridad, la vergüenza y la decepción, se hagan cargo, pero trate de luchar contra la necesidad de detenerse en su fracaso. No te beneficiará a ti ni a tu equipo. En su lugar, vea su fracaso como una oportunidad para aprender y crecer. ¿Qué aprendió como resultado de la falla y cómo puede usar este conocimiento para evitar futuros pasos en falso? Mike Bensi, consultor y fundador de Bensi & Company y autor de "El éxito del fracaso", dice: "Para poder tener éxito, tenemos que reconocer que las fallas son parte de la ruta de aprendizaje". También es importante reconocer por qué falló en primer lugar. ¿Fue el resultado de una comunicación deficiente, una planificación insuficiente o un presupuesto inadecuado? Determinar la fuente de su fracaso es una forma de aprender, como líder, qué no debe hacer. "Aprendo todos los días lo que funciona y lo que no, y si no lo reconocemos y aplicándolo a cómo crecemos, entonces nos estamos perdiendo la mayor oportunidad", señala Bensi.

2. Falta de la embria al aumentar la seguridad psicológica de su equipo

Como líder, responsabilizar a sus fracasos es imperativo al enseñar a los miembros del equipo una respuesta productiva y centrada en el aprendizaje al fracaso. Además de promover el aprendizaje y el desarrollo (L&D) de los miembros de su equipo, reconocer sus fallas de liderazgo promueve un entorno de seguridad psicológica, un clima en el que las personas se sienten cómodas y expresándose, que se ha relacionado con la toma de riesgos positiva entre el equipo miembros. Al reconocer sus propios fracasos, ayudará a

los miembros de su equipo a sentirse más cómodos experimentando con ideas y enfoques innovadores que tienen el potencial de transformar su organización de nuevas maneras emocionantes.

3. *Esevalúe su ruta de desarrollo profesional después de fallar*

Quizás fallar te hizo darte cuenta de que te estabas enfocándote en el objetivo equivocado, te obligó a enfrentar la ineficacia de tu estilo de liderazgo actual, o te hizo considerar nuevas ideas y opiniones que de otro modo habrían pasado desapercibidas. De esta manera, el fracaso puede ayudar a dar forma a su desarrollo profesional.

4. *Utilice el aprendizaje experimental*

Después de fallar, su acumulación de experiencias es clave para dar forma a quién es usted y qué representa, como líder. El aprendizaje experimental, o el aprendizaje de las experiencias, es una forma de aprovechar el fracaso para tener más éxito en liderar a otros. Bensi dice que, cuando los líderes se basan en sus experiencias únicas, "están creando vulnerabilidad de alguna manera, al poder compartir," Esto es lo que haría ". Aquí están los fracasos que tuve y no solo estaban bien, sino que no estaría en este lugar sin ellos ".

5. *Aceptar que el fracaso es una parte inevitable del liderazgo*

"Los líderes con demasiada frecuencia sienten que necesitan tener todas las respuestas, que se les paga para tomar todas las decisiones, pero eso no es cierto", comparte Miller. Desde la contratación demasiado rápida hasta no proporcionar una gran retroalimentación hasta no delegar cuándo surgen múltiples proyectos, Bensi dice: "La evolución de un líder está madura para una falla constante". Naturalmente, a medida que asume más responsabilidad en su organización, también tiene más oportunidades de fallar. Es solo después de aceptar que el fracaso es parte del liderazgo que podrá arriesgarse, aprender de sus errores y, como resultado, avanzar en su desarrollo profesional.

Nombre de la actividad	Experiencia personal II y Plan de Acción de Defensa
Objetivo/s	Comprender cómo las historias de éxito podrían ayudar a los defensores de los jóvenes a ser más efectivos Comprender cómo los fracasos podrían ayudarlo a convertirse en un mejor defensor de los jóvenes Obtenga más información sobre el papel de los defensores de los jóvenes en el mundo contemporáneo Comprender el concepto de un plan de acción de defensa Aprenda los pasos básicos de un plan de acción de defensa (AAP)
Duración (minutos)	90 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Paper A4, chanclas, cinta adhesiva

Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: reflexión sobre la sesión anterior (15 minutos) Comience volviendo a visitar las conclusiones clave de la sesión anterior. Facilitar una discusión profunda en el informe utilizando las siguientes preguntas reflexivas: ¿Cuáles fueron las lecciones más importantes de sus historias de fracaso? ¿Qué estrategias podría implementar para aprender de manera efectiva de los contratiempos? ¿Qué pasos podría tomar para garantizar que no se repitan los errores pasados? ¿Cómo te mantienes motivado y resistente ante los desafíos? Aliente a los participantes a compartir ideas personales y discutir estrategias para superar los obstáculos en la defensa de los jóvenes. 2. Introducción al Plan de Acción de Defensa (10 minutos) Pose la pregunta: "¿Cuáles crees que son los elementos clave de un plan de acción de defensa?" Reúna los pensamientos iniciales de los participantes y facilite una discusión abierta. 3. Trabajo grupal: definiendo los elementos de un plan de acción de defensa (25 minutos) Divida a los participantes en grupos pequeños y asignarlos a diferentes áreas del lugar de capacitación. Proporcione a cada grupo un papel y marcador Flipchart. Instruirles para que haga una lluvia de ideas, discutir y definir los elementos principales de un Plan de Acción de Defensa (ACA) - Bellow Wrap Up Up Cada grupo selecciona un representante para presentar sus hallazgos en el plenario. 4. Presentaciones grupales y discusión (20 minutos) Cada grupo presenta sus elementos clave de un plan de acción de defensa al resto de los participantes. Abra el piso para recibir comentarios y discusiones de pares.
Informe y conclusión /visualización	Resume ideas clave y resalte la importancia de la planificación estratégica en la promoción. Aliente a los participantes a pensar en cómo pueden aplicar estos pasos en las iniciativas de defensa del mundo real.
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias cívicas y sociales: mejora la comprensión de los participantes sobre la planificación de la defensa, equipándolos con habilidades para desarrollar enfoques estructurados y estratégicos para las iniciativas de cambio social. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPRENDIMIENTO: fomenta la resolución de problemas y el liderazgo proactivos, ayudando a los participantes a traducir sus experiencias en planes de acción concretos para los esfuerzos de promoción. Comunicación en un entorno multicultural: fortalece las habilidades de discusión y presentación colaborativa, a medida que los participantes intercambian información, analizan estrategias de defensa y presentan sus hallazgos de manera efectiva. Aprender a aprender: desarrolla un pensamiento y reflexión crítica, a medida que los participantes identifican lecciones de éxitos y fracasos pasados y las aplican para mejorar la planificación futura de defensa.

	Pensamiento y planificación estratégica: construye capacidad para establecer objetivos estructurados, análisis de audiencia, desarrollo de mensajes e implementación, asegurando que los participantes comprendan los componentes clave de un plan de acción de defensa (ACA).
--	--

El facilitador presenta los pasos estructurados de un plan de acción de defensa (ACA):

1. Identifique un problema: defina un problema que afecte a su comunidad y debe abordarse.
2. Formular un objetivo y objetivos de defensa: establecer una visión clara y a largo plazo para el cambio que desea lograr.
3. Identificación y análisis del público objetivo: Comprenda el público primario y secundario (sus conocimientos, valores y creencias). Seleccione actividades y materiales de defensa apropiados basados en las características de la audiencia (alfabetización, posición social, etc.).
4. Selección de actividades y materiales de promoción: identifique acciones de defensa efectivas que se alineen con las necesidades del público objetivo. Considere el tiempo, el costo y los recursos disponibles.
5. Desarrollo de mensajes de defensa: artesanía de mensajes claros, concisos y persuasivos adaptados para cada audiencia. Asegúrese de que el mensaje incluya una fuerte llamada a la acción.
6. Desarrollo de un plan de implementación: definir el público objetivo, las actividades, las personas responsables y el cronograma. Identifique los pasos preparatorios necesarios antes de lanzar actividades de defensa.
7. Desarrollo de un plan de monitoreo y evaluación: defina los indicadores clave de rendimiento para medir el éxito de los esfuerzos de defensa. Esbozar métodos de recopilación de datos para evaluación y mejora continuas.

Nombre de la actividad	Sesión de expertos multimedia
Objetivo	Aprenda técnicas básicas de producción de películas, que incluyen marcos, posiciones de cámara, orden de escena y conceptos básicos de narración de cuentos
Duración (minutos)	90 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Cámaras, teléfonos inteligentes, proyector, flipcharts Configuración de la habitación: Círculo
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Introducción al experto (5 minutos) Presente brevemente al experto en cine a los participantes. Comparta su experiencia y relevancia para el tema de la sesión. Presentación interactiva por experto (30 minutos)



	Temas cubiertos: Tipos de marcos y posiciones de cámara. Orden de escena y su impacto en la narración de historias. Conceptos básicos de la narración de historias para la promoción. Elementos interactivos: Se alienta a los participantes a hacer preguntas durante la presentación. Involucra a los participantes en las escenas de actuación para demostrar el encuadre y las posiciones de la cámara. Basos básicos de guión gráfico por experto (30 minutos) El experto explica el concepto de guión gráfico: Cómo organizar escenas y visualizar historias. Ejemplos de guiones gráficos, con ayudas visuales en el flipchart o proyector. Ejercicio de guión gráfico (30 minutos) Cada participante crea un grano corto individualmente, aplicando las técnicas aprendidas. El experto proporciona orientación y retroalimentación durante la actividad. Revisión del guión gráfico (15 minutos) Los participantes comparten sus guiones gráficos. El experto proporciona comentarios constructivos: Destacar las fortalezas y ofrecer sugerencias de mejora.
Informe y conclusión /visualización	Informe y reflexión (15 minutos) Preguntas para discutir: "¿Qué historia quieres contar a través de tu video?" "¿Cómo puedes mejorar tu narración visual?"
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Alfabetización digital y mediática: mejora la comprensión de los participantes de las técnicas de producción de películas, el encuadre, las posiciones de la cámara y la narración de cuentos, equipándolos con habilidades esenciales de defensa multimedia. Creatividad y expresión cultural: desarrolla la capacidad de los participantes para visualizar y transmitir mensajes a través del cine, fomentar enfoques innovadores y artísticos para la promoción. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPREPRENDIO: alienta a los participantes a aplicar técnicas de cine para crear contenido de defensa impactante, promover el pensamiento creativo independiente y el compromiso proactivo. Comunicación en un entorno multicultural: fortalece la capacidad de los participantes para expresar ideas visualmente, asegurando que diversas perspectivas y narrativas se comuniquen efectivamente a través del cine. Aprender a aprender: promueve el desarrollo de autorreflexión y habilidades, ayudando a los participantes a analizar sus técnicas de narración de cuentos y refinar su enfoque en función de la retroalimentación de expertos. Trabajo en equipo y colaboración: fomenta el aprendizaje entre pares y los comentarios constructivos, ya que los participantes comparten y discuten sus guiones gráficos mientras mejoran sus habilidades para contar historias.

Nombre de la actividad	Lienzo del guión gráfico
Objetivo	Desarrollar escenarios y guiones gráficos en preparación para la producción de video
Duración (minutos)	90 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Documentos y marcadores de flipchart Configuración de la habitación: islas
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Introducción a la actividad (5 minutos) Explique brevemente el objetivo de la sesión: escenarios de planificación y guiones gráficos para la sesión de video del día siguiente. Trabajo grupal (45 minutos) Los participantes se dividen en pequeños grupos. Cada grupo planea un escenario y crea un guión gráfico, aplicando conocimiento de sesiones anteriores. El experto circula a grupos de apoyo, responde preguntas y brinda orientación. Presentaciones grupales y comentarios (20 minutos) Cada grupo presenta su escenario y guión gráfico. El experto proporciona comentarios constructivos sobre: Claridad de la historia, elementos visuales y aspectos técnicos.
Informe y conclusión /visualización	Informe y reflexión (10 minutos) Preguntas clave: "¿Qué tan claro está tu concepto de video ahora?" "¿Cuáles son los próximos pasos para prepararse para la filmación?" El experto resume la importancia de finalizar los planes para la producción de video sin problemas.
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Alfabetización digital y mediática: fortalece la capacidad de los participantes para desarrollar guiones gráficos y escenarios estructurados, asegurando un enfoque organizado para la producción de video para la promoción. Creatividad y expresión cultural: alienta a los participantes a visualizar las narraciones, fomentando técnicas de narración innovadoras y convincentes que mejoran la entrega de mensajes. Planificación estratégica y organización: desarrolla la capacidad de los participantes para planificar, estructurar y secuenciar escenas de manera efectiva, asegurando sus producciones de video. Comunicación en un entorno multicultural: mejora la capacidad de los participantes para expresar ideas visualmente y colaborar dentro de diversos equipos, asegurando la narración inclusiva y representativa. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPREPRENDIO: fomenta la resolución de problemas proactiva y la toma de decisiones a medida que los participantes diseñan mensajes de defensa efectivos a través del contenido multimedia. Trabajo en equipo y colaboración: fomenta la dinámica del grupo y el aprendizaje entre pares, ya que los participantes trabajan juntos para refinar sus guiones gráficos y recibir comentarios constructivos.



Nombre de la actividad	Grabación/Disparo
Objetivo	Practica filmando video para la campaña
Duración (minutos)	210 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Cámaras, teléfonos inteligentes, luces, trípodes, etc. Accesorios
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Configure la habitación y los materiales (15 minutos) Prepare el entorno de disparo asegurando que cada grupo tenga acceso a los materiales necesarios (teléfonos inteligentes, accesorios t). Asegúrese de que cada grupo tenga un área o ubicación de tiro designada para trabajar, dependiendo del espacio disponible y la idea del grupo. Proporcione un breve recordatorio sobre aspectos clave como ángulos de cámara, iluminación y sonido para una producción efectiva de video. 2. Introducción a la actividad (15 minutos) Explique que esta sesión se centrará en filmar los videos de defensa reales. Los grupos aplicarán las técnicas que han aprendido durante el guión gráfico y la sesión de cine anterior. Reitera los objetivos de aprendizaje: practicar el rodaje de video, enfocándose en aspectos técnicos como ángulos de cámara, iluminación y sonido mientras se mantiene fiel a su guión gráfico y mensaje de campaña. Recuerde a los participantes que es esencial permanecer dentro del tiempo asignado para que cada disparo permanezca en el camino con el horario de rodaje. 3. Asignar roles y responsabilidades (20 minutos) Antes de comenzar el tiroteo, asigne roles dentro de cada grupo. Estos pueden incluir: Director: Supervisa el proceso de tiro, asegurándose de que se sigan la visión y el guión gráfico. Cinematógrafo: opera la cámara y ajusta los ángulos de la cámara. Técnico de sonido: maneja los micrófonos y garantiza un audio claro. Actores: Realice las escenas según el guión gráfico. Asistente: Ayuda con accesorios, posicionamiento y asistencia general durante el rodaje. Anime a los participantes a rotar roles si es posible, para que todos obtengan experiencia práctica en diferentes aspectos del proceso de disparo. 4. Filmando el video (90 minutos) Los grupos comienzan a filmar sus videos basados en los guiones gráficos finalizados y los horarios de rodaje. Anime a los participantes a seguir los pasos descritos en su plan: Filme cada escena como se describe en el guión gráfico, utilizando la iluminación adecuada y los ángulos de la cámara. Asegure una buena calidad de audio, especialmente para entrevistas o escenas de diálogo. Si es necesario, use micrófonos o ajuste el entorno de filmación para minimizar el ruido de fondo. Tome múltiples tomas: recuerde a los grupos que capturen diferentes



	ángulos, primeros planos y tomas amplias donde sea necesario, asegurando que tengan suficientes metraje para elegir durante la edición. Resolución de problemas: si hay algún desafío (por ejemplo, problemas de iluminación, mal funcionamiento técnico, líneas de olvido de actores), alienta al grupo a ser creativo y encontrar soluciones. Es posible que necesiten ajustar su enfoque de tiro o pensar en sus pies. Los grupos deben mantenerse en el horario, haciendo ajustes según sea necesario, pero asegurando que tengan suficiente tiempo para completar cada toma. 5. Monitoree el progreso y la orientación de la oferta (15 minutos) Camine por la habitación y ofrezca ayuda donde sea necesario. Esto podría incluir: Ayuda con problemas técnicos, como ajustar la iluminación o la configuración de la cámara. Ofreciendo orientación para mejorar los disparos (por ejemplo, sugerir ángulos alternativos o movimientos de la cámara). Dar comentarios sobre las actuaciones de los actores si es necesario, asegurando que se mantengan fieles al mensaje de la campaña. Aliente a los participantes a verificar sus imágenes en el lugar para asegurarse de que cumpla con sus expectativas y a ajustar si es necesario. 6. Revisión y resolución de problemas (10-15 minutos) Una vez que cada grupo haya terminado de disparar, reúna a los grupos para una breve sesión de revisión. Esto podría incluir: Ver algunas de las imágenes como grupo para garantizar que la calidad sea buena. Identificación de cualquier problema (por ejemplo, poca iluminación, audio poco claro) que podría necesitar ser solucionado en reorganización o durante la postproducción. Si el tiempo lo permite, permita que los grupos regresen y vuelva a ejecutar escenas que requieren ajustes. Alternativamente, si es necesario, configure una sesión de seguimiento para abordar cualquier problema pendiente.
Informe y conclusión /visualización	Informe y reflexión (10-15 minutos) Después de que todos los grupos hayan completado sus sesiones de video, celebre una sesión de información. Pida a los participantes que reflexionen sobre las siguientes preguntas: ¿Qué desafíos enfrentaste durante el disparo? ¿Fue adecuada la iluminación? ¿Hubo algún problema técnico con las cámaras o los micrófonos? ¿Los actores se mantuvieron en el mensaje o enfrentaron dificultades con el guión? ¿Cómo los resolviste? ¿Qué ajustes hiciste para mejorar los problemas de disparo o resolver? ¿Aprendiste alguna técnica nueva para superar los desafíos de producción? Resume las conclusiones principales de la actividad y enfatiza la importancia de la flexibilidad, la colaboración y la resolución de problemas durante el proceso de producción.
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	La alfabetización digital y mediática: mejora la capacidad de los participantes para operar cámaras, administrar iluminación, grabar audio

	claro y seguir un guión gráfico, asegurando una producción efectiva de video para campañas de defensa. Planificación estratégica y organización: fortalece la capacidad de los participantes para estructurar y ejecutar una sesión de video, administrar roles, tiempo y aspectos técnicos para lograr un resultado profesional. SENTIMIENTO DE INICIATIVA Y EMPREPRENDIO: fomenta la resolución de problemas y la adaptabilidad, ayudando a los participantes a navegar desafíos técnicos, obstáculos inesperados y decisiones creativas durante la filmación. Comunicación en un entorno multicultural: desarrolla habilidades en coordinación del equipo, distribución de roles y colaboración, asegurando una comunicación efectiva en el set y una gestión eficiente de producción. Trabajo en equipo y colaboración: promueve la toma de decisiones grupales y la sinergia creativa, ya que los participantes trabajan juntos para traducir su mensaje de defensa en contenido visual convincente. Aprender a aprender: fomenta la autorreflexión y el aprendizaje iterativo, a medida que los participantes revisan sus imágenes, evalúan sus técnicas de filmación y refinan su enfoque para futuras producciones.
--	---

Nombre de la actividad	Pulido
Objetivo	Aprenda habilidades básicas de edición para pulir los videos de defensa
Duración (minutos)	165 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Computadoras portátiles/teléfonos con software de edición, auriculares
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: 1. Configurar (5 minutos) Asegúrese de que cada grupo tenga acceso a una computadora portátil/teléfono equipado con software de edición (por ejemplo, Adobe Premiere, Final Cut, iMovie o aplicaciones móviles como Inshot). Asegúrese de que cada grupo tenga auriculares para asegurarse de que puedan centrarse en el audio durante el proceso de edición. Asegúrese de que las imágenes necesarias de la sesión de tiro se transfieran a cada dispositivo, para que pueda comenzar la edición. 2. Introducción a la postproducción (10 minutos) Explique brevemente la importancia de la edición en la producción de video, centrándose en cómo la edición da forma al mensaje final del video. Introducir las herramientas y técnicas de edición básicas que los participantes utilizarán: Corte y recorte: eliminar imágenes no deseadas y mantener las partes esenciales. Transiciones: Agregar cambios suaves entre escenas (por ejemplo, desvanecer en/out, cortes o disolverse). Ajuste de audio: garantizar un audio claro, ajustar volúmenes o agregar música de fondo si es necesario. Agregar texto o títulos: insertar mensajes, subtítulos o créditos importantes. Corrección de color: ajustes básicos al brillo, el contraste y el equilibrio



	de color si es necesario. 3. Trabajo grupal: editar el video (1 hora 30 minutos) Los grupos comienzan a editar sus videos de defensa utilizando las técnicas explicadas anteriormente. Imagen de revisión: cada grupo debe ver todas sus tomas antes de comenzar la edición. Deben elegir las mejores tomas e identificar cualquier metraje que deba ser reemplazado o cortado. Recorte y corte: retire cualquier metraje o bloopers innecesarios. Organice los clips: coloque los clips en el orden correcto, siguiendo el guión gráfico y el mensaje general de la campaña. Trabajo de audio: limpie cualquier problema de audio, agregue música de fondo o efectos de sonido y garantice que el audio coincida con las imágenes. Texto y gráficos: agregue títulos, subtítulos u otros elementos basados en texto (por ejemplo, hashtags de campaña, estadísticas, citas o llamadas a la acción). Agregue transiciones: asegúrese de que el video fluya suavemente con los efectos de transición correctos entre las escenas. Finalice el video: asegúrese de que el video esté pulido y cohesivo, con un comienzo claro, medio y final. Aliente a los participantes a hacer un uso frecuente de los comentarios de los miembros del equipo y verificar la alineación del video con el mensaje de defensa. 4. Monitoreo y asistencia (20 minutos) Camine por la habitación para ayudar a los grupos según sea necesario. Esto podría incluir: Solución de problemas de edición de problemas de software. Ofreciendo consejos para mejorar el ritmo o el flujo del video. Ayuda con características más avanzadas como corrección de color o mezcla de audio si los participantes solicitan orientación. Asegúrese de que los grupos permanezcan en el camino y estén progresando para completar su video al final de la sesión. 5. Revisión y ajustes (15 minutos) Una vez que se editan los videos, aliente a los grupos a ver su trabajo juntos y evaluarlo críticamente: ¿El video comunica efectivamente el mensaje de la campaña? ¿Es apropiado el ritmo? ¿Hay algún problema técnico (fallas de audio/video) que necesiten corregirse? Los grupos deben hacer cualquier ajuste de último minuto y finalizar el archivo de video.
Informe y conclusión /visualización	Informe y reflexión (15 minutos) Reúna a los grupos para una sesión de informes. Use las siguientes preguntas de informes para guiar la discusión: ¿Cómo la edición cambia el mensaje de su video? ¿Tuviste que cambiar tu idea o enfoque inicial durante la edición? ¿Cómo mejoró el proceso de edición el mensaje o el tono del video? ¿Qué ajustes hiciste durante el proceso de edición? ¿Hubo escenas que tuviste que cortar o reorganizar para mejorar el video? ¿Cómo abordó algún desafío técnico o creativo durante la edición?

	Aliente a los participantes a reflexionar sobre la importancia de editar en la configuración de una campaña de defensa y su capacidad para involucrar a la audiencia de manera efectiva. Envuelva y los siguientes pasos (5 minutos) Concluya la sesión explicando los próximos pasos: los participantes ahora se prepararán para compartir sus videos y lanzarlos como parte de sus campañas de defensa. Si se necesita alguna edición adicional o retoques finales, establezca una sesión de seguimiento para una revisión adicional. Recordan a los participantes que la edición de video es una habilidad clave en la promoción, y los videos bien ejecutados pueden tener un impacto significativo en crear conciencia y promover la defensa de la salud mental.
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Alfabetización digital y multimedia: desarrolla la capacidad de los participantes para editar videos de manera efectiva, utilizando diversas técnicas, como corte, recorte, transiciones, ajustes de audio y superposiciones de texto para mejorar la claridad y el impacto de los mensajes de defensa. Comunicación estratégica y persuasión: fortalece la capacidad de los participantes para crear narraciones visuales atractivas, asegurando que sus videos de defensa entreguen un mensaje claro, convincente e emocionalmente impactante. Pensamiento analítico y crítico: mejora la capacidad de los participantes para evaluar y refinar su contenido de video, asegurando que cada escena, transición y componentes de audio se alineen con los objetivos de la campaña. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPREPRENDIMIENTO: alienta a los participantes a tomar posesión del proceso de edición, tomar decisiones creativas y desafíos técnicos o de narración de cuentos para resolver problemas que surgen durante la postproducción. Trabajo en equipo y colaboración: fomenta la cooperación y el aprendizaje entre pares, a medida que los participantes trabajan juntos para editar, revisar y finalizar sus videos de defensa, integrar comentarios constructivos y la toma de decisiones compartidas. Aprender a aprender: promueve la autorreflexión y la adaptabilidad, ayudando a los participantes a reconocer el papel de la edición en la configuración de sus mensajes de defensa y aplicar estas habilidades a futuros proyectos multimedia.

Sección 3 de actividades - Potencia para la propagación

Nombre de la actividad	Aplicar el análisis interseccional a la evaluación de las necesidades
Objetivo/s	Comprender los conceptos de un enfoque interseccional y basado en los derechos humanos para la evaluación de las necesidades Reconocer la importancia de la inclusión
Duración (minutos)	90 minutos



Recursos/materiales/equipos necesarios	Flipchart, marcadores, bolígrafos coloridos, folleto de entrada teórica para entrenador, copia de las historias
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Parte I. Discusión abierta sobre la importancia de la evaluación de las necesidades [10 min] Abra la sesión preguntando a los participantes: ¿Por qué es importante definir las necesidades de advocacy? ¿Podemos abordar todas las necesidades de los jóvenes a la vez? ¿Cómo comprende el concepto de evaluación de necesidades? 'Una evaluación de necesidades implica que existe una brecha o discrepancia entre las condiciones actuales: ' lo que es ' - y las condiciones ideales -' lo que debería ser '1, por lo tanto, "una evaluación de necesidades es un proceso sistemático que proporciona información sobre necesidades o problemas sociales en un lugar o grupo de población y determina qué problemas deben priorizarse para la acción ". (Gráfico 1, 2 a continuación) Trabajo grupal de la Parte II: análisis interseccional [55 min] Divida a los participantes en grupos y dales 1 escenario para salir con una lista de barreras Después de las discusiones grupales, invite a los participantes a presentar brevemente su trabajo. [10 min] Al final de las presentaciones, pregunte a los participantes cuáles fueron los factores decisivos al decidir sobre posibles barreras. ¿Quién enfrentaría la mayoría de las barreras entre estos cuatro escenarios y por qué? [10 min] Explique que puede haber grupos de personas con características similares, la misma edad, la misma raza, la misma religión, etc., pero los individuos pueden tener sus características únicas, experiencias, pertenecer a ciertos grupos, etc., lo que hace que su situación sea completamente diferente y única. de otros. Por lo tanto, la interseccionalidad se refiere a múltiples capas de identidad de alguien y esas diferentes capas pueden convertirse en el terreno de discriminación o privilegios. Por ejemplo, las experiencias vividas de una mujer de piel blanca y una mujer de piel oscura pueden ser completamente diferentes, sin embargo, ambas pueden experimentar opresión hacia ellas como mujeres, sin embargo, una mujer negra puede objetarse más discriminación debido a su color de piel. .
Informe y conclusión /visualización	Para concluir la sesión con un informe que siguió al modelo de Kolb. Echa un vistazo a la 'interseccionalidad' se refiere a las formas en que diferentes aspectos de la identidad de una persona se cruzan con cada uno y pueden exponerlos a formas superpuestas de discriminación y marginación, o privilegios y ventajas. Resume esta parte de la sesión enfatizando que la aplicación de análisis interseccional en el proceso de evaluación de necesidades nos permite ver las necesidades específicas que pueden tener individuos o grupos de individuos, lo que resulta en mejores acciones de defensa de necesidades de necesidades. Explique que el enfoque interseccional es una forma importante de garantizar la inclusión. La inclusión es un estado de ser valorado, respetado y apoyado.
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias cívicas y sociales: fortalece la comprensión de los derechos humanos, la inclusión y la justicia social. Pensamiento analítico y crítico: desarrolla la capacidad de comprender

	las evaluaciones de las necesidades interseccionales, ayudando a los participantes a reconocer cómo múltiples capas de identidad (por ejemplo, género, raza, clase) impactan el acceso a los derechos y los recursos. Comunicación en un entorno multicultural: mejora la capacidad de los participantes para participar en discusiones significativas sobre discriminación, privilegios y estructuras sociales, fomentando el diálogo constructivo en diversos entornos de defensa. Aprender a aprender: fomenta la autorreflexión y el aprendizaje adaptativo, lo que permite a los participantes aplicar perspectivas interseccionales a la planificación de defensa del mundo real y refinar sus estrategias basadas en experiencias vividas. Empatía e inclusión: promueve la conciencia de las diferentes realidades vividas, ayudando a los participantes a desarrollar enfoques compasivos e inclusivos de la promoción que garantizan que las voces marginadas se escuchen y aborden.
--	--

Gráfico 1

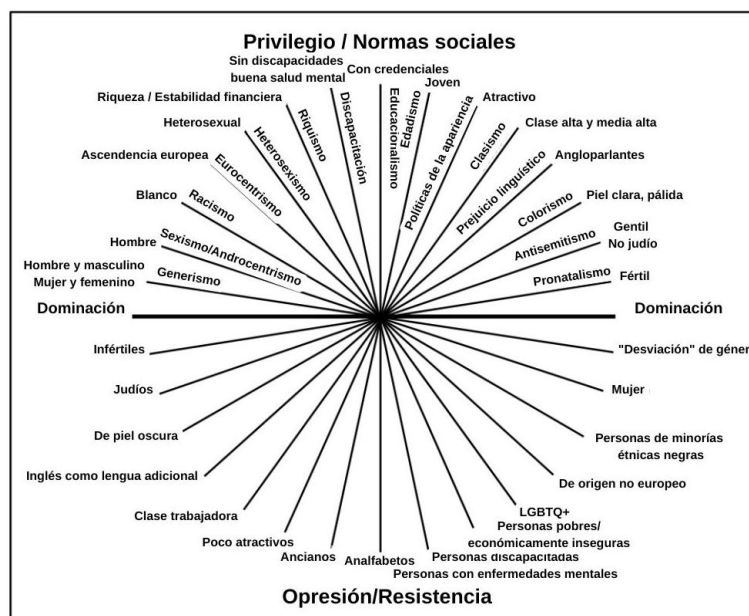
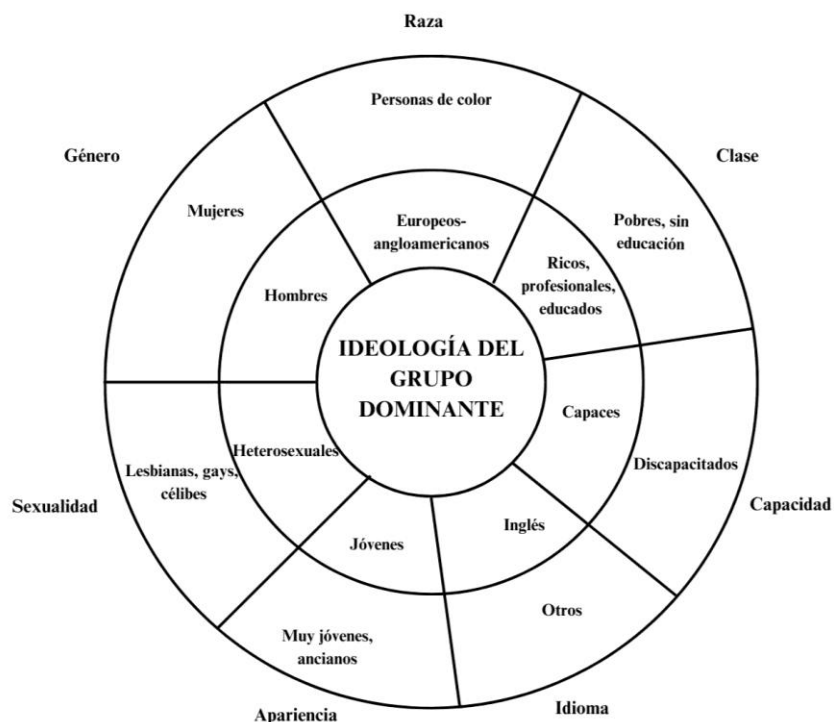


Gráfico 2



Material para participantes Parte II Trabajo grupal - Análisis interseccional [55 min]

Mary es una niña de 21 años que vive en la ciudad capital de X Country. Ella quiere visitar un centro de salud para recibir consultas sobre métodos anticonceptivos. Explique cuáles son las posibles barreras que puede experimentar.

Sofía es una niña de 21 años que vive en el pueblo con su familia. Ella quiere visitar un centro de salud para recibir consultas sobre métodos anticonceptivos. Explique cuáles son las posibles barreras que puede experimentar.

Elisabeth es una niña de 21 años que vive en el pueblo con su familia, usa una silla de ruedas para moverse. Ella quiere visitar un centro de salud para recibir consultas sobre métodos anticonceptivos. Explique cuáles son las posibles barreras que puede experimentar.

Ana es una niña de 21 años que vive con su familia en el pueblo. Ana representa a las minorías religiosas. Ana también es extraña. Ella quiere visitar un centro de salud para

recibir consultas sobre métodos anticonceptivos. Explique cuáles son las posibles barreras que puede experimentar.

Nombre de la actividad	Enfoque basado en los derechos humanos
Objetivo/s	Introducir a los participantes principios clave de derechos humanos como universalidad, indivisibilidad, interdependencia, no discriminación, participación y responsabilidad. Enfaticé cómo todas las acciones de advocacy deben alinearse con los principios de los derechos humanos para garantizar un impacto significativo y sostenible. Alentar a los participantes a reconocer los desequilibrios de poder y la importancia de centrarse en los más excluidos
Duración (minutos)	60 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	https://www.youtube.com/watch?v=tvpvzvtr0lq 4 escenarios diferentes para el trabajo grupal, trabajos de flip-chart, marcadores
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: comience esta parte de la sesión preguntando a los participantes qué saben del enfoque basado en los derechos humanos (HRBA). [5 min] Después de escuchar un par de opiniones, explique que todas las acciones de defensa deben estar en línea con los derechos humanos respetando los principios principales del sistema de derechos humanos: universalidad e inalienabilidad; indivisibilidad; interdependencia e interrelacionado; no discriminación e igualdad; participación e inclusión; responsabilidad y el estado de derecho. [15 min] Deje que los participantes vea el siguiente video y después de discutir: Enfoque basado en los derechos humanos por el Instituto Danés de Derechos Humanos https://www.youtube.com/watch?v=TVPVZVTROLQ Pregunte a los participantes cuáles son sus impresiones después de ver el video. Explique que HRBA nos ayuda en el proceso de promoción para comprender que nuestras acciones responderán a ciertas necesidades, sin embargo, el objetivo final debe ser la protección y la realización de los derechos humanos. Si bien las necesidades son condiciones temporales de los individuos, los derechos humanos son indivisibles e inalienables. Por lo tanto, es importante satisfacer los derechos de las personas, en lugar de las necesidades de los beneficiarios. Divida a los participantes en grupos y dales 1 escenario para presentar una lista de ideas para medidas de apoyo. [20 min] La gente carece de servicio de salud en la isla. Las personas carecen de centro comunitario en el área rural. Las personas con discapacidades tienen barreras arquitectónicas. Etcétera..... Después de las discusiones grupales, invite a los participantes a presentar brevemente su trabajo. [10 min] Al final de las presentaciones, pregunte a los participantes cuáles fueron los factores decisivos para decidir sobre posibles medidas de apoyo.

	¿Quién enfrentaría la mayoría de las barreras entre estos cuatro escenarios y por qué? [10 min]
Informe y conclusión /visualización	Error: concluir reforzando que HRBA es esencial para la defensa ética e impactante. Anime a los participantes a aplicar los principios de HRBA en su propio trabajo de defensa.
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias cívicas y sociales: mejora la comprensión de los participantes de los principios de derechos humanos y su papel en la promoción, asegurando que sus acciones se alineen con el impacto ético y sostenible. Pensamiento analítico y crítico: desarrolla la capacidad de los participantes para evaluar situaciones de la vida real utilizando un enfoque basado en los derechos humanos (HRBA), ayudándoles a diferenciar entre las necesidades temporales y los derechos fundamentales. Comunicación en un entorno multicultural: fortalece la capacidad de los participantes para articular y discutir temas de derechos humanos, fomentando el diálogo respetuoso y la resolución de problemas colaborativos. Aprender a aprender: fomenta el aprendizaje reflexivo y la adaptabilidad, a medida que los participantes se involucran con los nuevos marcos y consideran cómo HRBA se puede aplicar a las estrategias de defensa. Empatía e inclusión: promueve una profunda conciencia de las desigualdades sistémicas y los desequilibrios de poder, lo que permite a los participantes priorizar las necesidades de las comunidades más marginadas en los esfuerzos de defensa.

Sección 4 de actividades - Power "Cooking"

Nombre de la actividad	Qué está faltando
Objetivo/s	Identificar a los jóvenes desafíos/problemas de salud mental Causa, efectos y análisis raíz Desarrollar gráficos de causa de efectos Identificar el problema para el cual la acción de defensa podría ser una solución
Duración (minutos)	90 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Flipchart, bolígrafos, marcadores, bolígrafos para colorear, papeles, post-its
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Parte I: [30 min] Explique los objetivos de esta sesión, introduce el tema y la actividad. Dividir a los participantes en 4-7 pequeños grupos e informarles que estos serán sus grupos para el desarrollo de un plan de defensa. Pídale a los grupos que elijan un problema/problema juvenil que consideren importante y deben abordarse mediante acciones de defensa y que escriban el problema o el problema que han seleccionado en medio de un gran papel. En la parte superior del documento, escriba "efectos", en la parte inferior escriba "causas". En el espacio debajo del problema, pídales que dibujen o escriban tantas causas del problema como puedan pensar. Dibuje una flecha de cada

	causa al problema o problema en el centro. Las causas pueden ser personas, organizaciones, actitudes, pobreza, tipos de comportamiento, falta de conocimiento, cualquier cosa. Pídales que miren cada causa y encuentren causas más profundas, preguntando: "¿Qué causas causan?" Deberían agregar estas causas, conectándolas con flechas. Luego, solicite a los participantes que escriban los efectos del problema en la mitad superior del documento. Dibuja una flecha del problema en el centro hasta cada efecto. Mire cada efecto y pregunte: "¿Qué efecto más tendrá?" Agregue los efectos de los efectos y conecte con flechas. Parte II [15 min] Después de que los grupos hayan completado sus cuadros de causa y efecto, pídale que analicen las causas y encierran en las que podrían cambiarse o mejorarse con la ayuda de personas o instituciones influyentes (es decir, aquellos para los que la defensa podría ser un solución). Pídale a los grupos que seleccionen 2-3 posibles soluciones de defensa. Al pensar en soluciones, también pueden usar su experiencia previa o la experiencia de otros que han trabajado en el mismo problema o problema. Otra forma de identificar soluciones es 'revertir' una causa del problema o problema, por ejemplo, si una causa de estigma es el silencio de los líderes comunitarios, una solución sería lo contrario: para que los líderes comunitarios hablen públicamente en apoyo de las personas. con desafíos mentales.
Informe y conclusión /visualización	Cierre y evaluación [10 min] Invitar a los participantes a describir lo que aprenden en esta sesión con una palabra.
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias cívicas y sociales: mejora la capacidad de los participantes para analizar los desafíos de salud mental dentro de las comunidades juveniles, equipándolos con las habilidades para desarrollar soluciones basadas en la promoción para el cambio social. Pensamiento analítico y crítico: fortalece las habilidades de resolución de problemas al guiar a los participantes a través de un análisis de causa y efecto, ayudándoles a identificar causas raíz y diseñar intervenciones de defensa efectivas. Comunicación en un entorno multicultural: fomenta el diálogo colaborativo y el trabajo en equipo, a medida que los participantes discuten desafíos de salud mental, intercambian ideas y desarrollan soluciones compartidas. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPREPRENDIMIENTO: promueve el pensamiento estratégico y los enfoques orientados a la acción, lo que permite a los participantes transformar los desafíos identificados en planes de defensa estructurados. Empatía e inclusión: fomenta una comprensión más profunda de los problemas de salud mental, lo que permite a los participantes abordar la defensa con la sensibilidad, la inclusión y una perspectiva basada en los derechos humanos.

Nombre de la actividad	Defensión a través de la Política I, II y III
------------------------	---

Objetivo/s	Comprender la defensa de las políticas y su importancia en la promoción de diferentes causas Discuta diversas estrategias y herramientas que se pueden utilizar para influir en las decisiones políticas a nivel local, nacional e internacional. Explore la importancia de construir alianzas con otras organizaciones y partes interesadas para fortalecer los esfuerzos de defensa. Identifique métodos para participar efectivamente con los responsables políticos, el público y otras partes interesadas para crear conciencia y apoyo para diferentes temas. Comprender los estudios de casos de ejemplos exitosos de defensa de políticas en acción, destacando las lecciones aprendidas y las mejores prácticas
Duración (minutos)	180 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Portátil, cables, ppt, copias de 3-4 informes de políticas en inglés, copia de NYP Policy Brief, Flipchart, Markers, Color Pens, viejas revistas, periódicos, Post-IT, pegamento y tijeras, cinta, cinta, documentos coloridos A4; mesas y bancos
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión - Paso 1: Introducción y discusión (20 min) Invite a los participantes a compartir sus experiencias con la defensa de las políticas a través de la discusión guiada. Hacer preguntas como: ¿Alguna vez ha escrito una política o un resumen de la política? ¿Ha leído un documento de política o ha participado en su creación? Facilitar una discusión abierta donde los participantes con experiencia previa pueden compartir ideas de primera mano sobre sus esfuerzos de defensa. Anime a otros a hacer preguntas y aprender de los estudios de casos de la vida real. Significaciones del facilitador sugerido: ¿Cuáles fueron los objetivos principales del esfuerzo de defensa? ¿Qué estrategias y herramientas se emplearon y por qué fueron efectivas? ¿Quiénes fueron los interesados clave involucrados y cómo estaban comprometidos? ¿Qué desafíos enfrentaron los defensores y cómo fueron superados? ¿Qué resultados medibles se lograron como resultado del esfuerzo de defensa? ¿Qué lecciones clave se pueden aplicar a su propio trabajo de defensa? Paso 2: Formación de grupo y Energizer (10 min) Use el energizador de ensalada de frutas para dividir a los participantes en grupos. A diferencia de la asignación aleatoria, los participantes intencionalmente grupales en: 3 grupos de participantes más experimentados o mayores. 3 grupos de participantes menos experimentados o más jóvenes. El objetivo es obtener diversas perspectivas mientras se asegura que los participantes más jóvenes sean escuchados y comprometidos. Paso 3: Introducción breve de política (10 min) Presente FlipCharts prepreparados sobre los elementos clave de un resumen de políticas: Título: claro y conciso, reflejando el problema en cuestión.

	Resumen ejecutivo: una breve descripción del problema y las recomendaciones clave. Declaración del problema: una clara articulación del problema que afecta la salud mental juvenil. Evidencia y análisis: datos y ejemplos que respaldan el argumento. Recomendaciones: Pasos específicos y procesables pueden tomar los formuladores de políticas. Conclusión: un resumen que refuerza la importancia del tema y las acciones propuestas. Explique la tarea: cada grupo redactará un resumen ejecutivo de un resumen de políticas sobre salud mental (por ejemplo, trastornos alimentarios y problemas de imagen corporal). Paso 4: Trabajo grupal - Escribir el informe de políticas (30 min) Permita que los grupos elijan su espacio de trabajo (dentro o fuera del lugar). Sugiere que asignen roles: Investigador: reúne la evidencia de apoyo. Escritor: redacta el resumen. Presentador: se prepara para el tono del elevador. El facilitador brinda apoyo y orientación, respondiendo preguntas y provocando un pensamiento crítico. Aliente a los grupos a usar un análisis de árboles problemáticos y asegúrese de que sus flipcharts sean visualmente atractivos. Paso 5: Presentaciones de tono del elevador (15 min) Cada grupo ofrece un tono de elevador de 2 minutos que resume su informe de política. Anime a los grupos a centrarse en: El tema clave. Sus recomendaciones. Cualquier dato o evidencia utilizada. Abra el piso para la retroalimentación de los compañeros, incluyendo: Observaciones positivas (lo que funcionó bien). Sugerencias de mejora (claridad, evidencia adicional, recomendaciones más fuertes). Preguntas que provocan un análisis más profundo o perspectivas alternativas. La sesión terminó con el modelo de Kolb para centrarse en el proceso y los resultados de aprendizaje, así como la aplicabilidad del aprendizaje.
Informe y conclusión /visualización	Preguntas de reflexión para la discusión grupal: ¿Cuál fue la parte más desafiante de escribir el resumen de la política? ¿Qué aprendiste sobre la defensa efectiva? ¿Cómo puede aplicar estas habilidades en los esfuerzos de defensa de la vida real? El facilitador resume las conclusiones clave, enfatizando: la importancia de la defensa basada en la evidencia. El papel de mensajes claros y recomendaciones estratégicas. Cómo los esfuerzos de defensa colaborativos pueden impulsar el cambio de política. Cierre la sesión motivando a los participantes a continuar aplicando sus habilidades de defensa en su trabajo.
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias cívicas y sociales: mejora la comprensión de los participantes de la defensa de las políticas, las estructuras de gobernanza y la participación de las partes interesadas, equipándolos

	con la subsistencia básica para influir en los procesos de toma de decisiones de manera efectiva. Comunicación en un entorno multicultural: fortalece las habilidades de los participantes en hablar en público, redacción de políticas y entregando argumentos, asegurando que puedan comprometerse efectivamente con diversas audiencias, incluidos los responsables políticos y las partes interesadas. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPREPRENDIO: fomenta el pensamiento estratégico y el liderazgo, lo que permite a los participantes formular e impulsar las campañas de defensa. Aprender a aprender: promueve el aprendizaje y la adaptabilidad autodirigidos, a medida que los participantes colaboran, refinan sus propuestas de políticas e incorporan comentarios para la mejora continua. Trabajo en equipo y colaboración: fomenta la resolución de problemas del grupo y el aprendizaje por pares, ya que los participantes trabajan juntos para redactar informes de políticas y presentar sus casos de defensa.
--	---

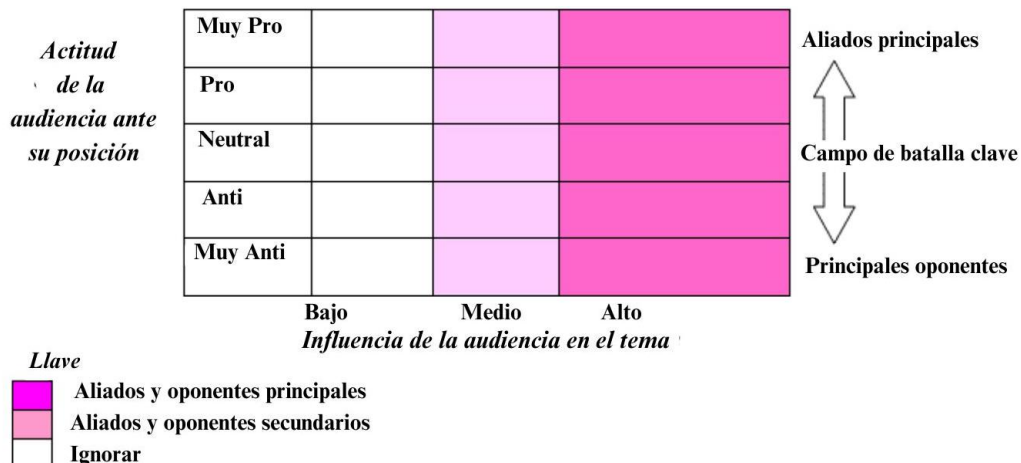
Nombre de la actividad	Campaña I
Objetivo/s	Los participantes podrán: Comprender el concepto de un plan de acción de defensa Aprenda los pasos básicos de un plan de acción de defensa Identificar individuos, grupos o instituciones que puedan ayudar u oponerse a lograr sus objetivos de defensa Comprender cómo establecer contactos con los posibles aliados y socios para lograr su causa de defensa y cómo lidiar con los que se opone al cambio
Duración (minutos)	130 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Material (s) para el facilitador: coaliciones y oposiciones materiales (s) Material (s) para los participantes: documentos de flip-ship-ship, marcadores, documentos, bolígrafos, aliados y matriz de oponentes. Configuración de la habitación: Café mundial, en forma de u
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Parte I [35 min] Una pregunta para los participantes es: ¿Cuáles crees que son los principales elementos que tienen que ser parte de una campaña de defensa? Divida el grupo en 4-7 grupos y los asigna en diferentes esquinas de la sala de entrenamiento, equipándolos con un papel de flipchart y un marcador. Invítelos a discutir y describir los elementos principales del plan anti-campaign y elegir el orador [15 min] Invite a los altavoces a presentar sus productos [20 min] Cierre y evaluación [10 min] Antes del final de esta parte de la sesión, los presente en una pantalla e invíquelos a comentar sus impresiones sobre el plan anti-campaign. Parte II [10 min] Explique el objetivo de esta sesión, introduce el tema y la actividad. Trabajar con todo el grupo, aclare la diferencia entre un objetivo y un aliado, y cómo algunos aliados también pueden ser objetivos indirectos.



	Facilitar una discusión con los participantes para compartir sus experiencias de trabajar en asociaciones o coaliciones no con ventaja para su trabajo. Concentre la discusión en trabajar en asociaciones específicamente para la promoción. Las preguntas pueden incluir: ¿Cuáles son sus experiencias de promoción del trabajo con otros (pro y contras)? ¿Cuáles fueron las principales ventajas y desventajas que identificó para trabajar con otros para emprender la defensa? ¿Cuáles son las diferencias y similitudes entre las asociaciones para la promoción y las asociaciones para otras actividades? Parte III: Identifique a sus aliados [30 min] Pídale a los participantes que regresen a sus grupos y dibujen a sus aliados potenciales en una matriz de aliados y oponentes. [20 min] (matriz a continuación)
Informe y conclusión /visualización	Preguntas: ¿Quién podría tener un impacto positivo en el tema que se ha elegido? ¿Quién más ya está trabajando en este tema? ¿Quiénes suelen ser sus aliados "naturales"? ¿Son verdaderos aliados para este problema? ¿Cuál es su influencia? ¿Están felices de trabajar en una coalición? Lo que ganarán uniéndose a tu alianza Lo que pueden ofrecer al trabajo de defensa ¿Cuáles son sus limitaciones? ¿Cómo se acercaría a ellos para construir una red? Planee soluciones específicas para diferentes aliados, si es necesario. ¿Quiénes podrían ser opuestos al cambio? ¿Cuáles podrían ser sus motivos? ¿Cuál es su influencia? ¿Cómo intentaría influirlos/ evitarlos? Planifique diferentes soluciones para diferentes opositores si es necesario. La reflexión [20 min] invita a los participantes del grupo a compartir sus sentimientos y pensamientos sobre el nuevo aprendizaje.
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias cívicas y sociales: mejora la comprensión de la planificación de la campaña de defensa, la construcción de coaliciones y la participación de las partes interesadas, equipando a los participantes con herramientas para movilizar el apoyo y abordar la oposición. Pensamiento estratégico y resolución de problemas: desarrolla habilidades de análisis críticas para identificar aliados potenciales, oponentes y partes interesadas neutrales, ayudando a los participantes a crear estrategias para una defensa efectiva. Comunicación en un entorno multicultural: fortalece la capacidad de participar en discusiones, negociar asociaciones y presentar planes de defensa, asegurando que se incluyan diversas perspectivas. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPRENDIMIENTO: fomenta la participación proactiva en el trabajo de defensa, a medida que los participantes mapean a los actores clave, evalúan su influencia y diseñan enfoques de redes estratégicas. Aprender a aprender: promueve la autorreflexión y la adaptabilidad, ya

	que los participantes evalúan sus experiencias trabajando en la defensa y exploran nuevos métodos para construir coaliciones exitosas. Trabajo en equipo y colaboración: fomenta la capacidad de trabajar en asociaciones, mejorando la cooperación, la toma de decisiones compartidas y la resolución de problemas colectivos para el éxito de la promoción.
--	--

Matriz 1



Nombre de la actividad	Campaña II
Objetivo/s	Comprender la importancia de la mensajería efectiva en campañas de defensa. Aprenda sobre los métodos para enmarcar un mensaje central y discutir los "Dos y no hacer" mientras se comunica los mensajes
Duración (minutos)	
Recursos/materiales/equipos necesarios	Materiales: Flipcharts, Marcadores Configuración de la sala: en forma de U; Espacio para el trabajo individual
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Parte I. ¿Qué es un mensaje y por qué es necesario? [20 min] Abra la sesión de lluvia de ideas: pregunte a los participantes cuál es un "mensaje" en su opinión. Después de escuchar varias ideas, continúe haciendo una lluvia de ideas sobre la dirección de por qué la mensajería efectiva es importante para una campaña de defensa. Pedir a los participantes que compartan sus experiencias vividas, si recuerdan algún momento de sus vidas personales y profesionales cuando trabajaron para crear un mensaje. Pregunte a los participantes algunos de los mensajes famosos que usan las marcas conocidas: elija uno o dos y pregúnteles por qué estos mensajes son efectivos, ¿cuál es el impacto que crean? Si los participantes no pueden nombrar ninguno, proponga, por ejemplo, pensar diferente, por Apple, pertenecer a cualquier parte, por Airbnb. Resume la lluvia de ideas explicando que "un mensaje es una información dirigida a un individuo o grupo, que tiene un efecto sobre la

	actitud, el comportamiento, el conocimiento, los valores y/o las acciones del individuo o grupo que se expone a él. Parte II. Habla con el corazón, la cabeza y la mano [40 min] Después de la lluvia de ideas de apertura, presente el siguiente modelo: explique que un mensaje efectivo debe dirigirse al corazón, la cabeza y la mano de la audiencia. Es importante reflexionar sobre estas preguntas mientras enmarca un mensaje clave: Corazón: para atraer los corazones de las personas, traer historias emocionales y personales que a su audiencia le importará y creará. Cabeza: atraer a la cabeza o al cerebro significa usar palabras, hechos y cifras para apoyar su defensa Mano: apela a las manos de las personas o su capacidad para involucrarse. Las personas deben sentirse invitadas a unirse a usted y quieren saber cómo su participación puede marcar la diferencia. Divida a los participantes en 4 a 7 grupos pequeños, considerando el tamaño del grupo. Pídeles que reflexionen sobre el enfoque 3H que se presentaron anteriormente, dependiendo de su idea de campaña de defensa, y pídeles que enmarcan 3 mensajes que corresponden a cada elemento "corazón", "cabeza" y "mano". Dé 20 minutos para el trabajo de grupos pequeños, después de lo cual se solicitará a cada grupo que presente los mensajes clave. Los grupos deben presentar sus mensajes clave hablando con el corazón, la cabeza y la mano, explicando cómo el mensaje clave enmarcado corresponde a este método.
Informe y conclusión /visualización	Pregunte y resume esta parte con las conclusiones clave destacando que el mensaje debe actuar como una "clave" que habilite el cambio. Sin mensajes clave efectivos, las campañas de defensa pueden perder el impacto que se deseaba lograr.
Competencias obtenidas (alineadas con Marco de la Juventud)	Competencias cívicas y sociales: mejora la capacidad de los participantes para crear mensajes de defensa, garantizar que sus campañas resuenen con diversas audiencias e impulsar el cambio social. Comunicación estratégica y persuasión: desarrolla habilidades para enmarcar mensajes efectivos utilizando el enfoque del corazón, la cabeza y la mano, haciendo que los esfuerzos de defensa sean más convincentes y impulsados por la acción. Pensamiento analítico y crítico: fortalece la capacidad de evaluar y refinar mensajes, asegurando que sean claros, persuasivos y alineados con los objetivos de promoción. SENTIDO DE INICIATIVA Y EMPREPRENDIMIENTO: alienta a los participantes a aplicar el pensamiento creativo en la elaboración de mensajes de defensa que motivan la acción y el compromiso. Trabajo en equipo y colaboración: fomenta el aprendizaje y la cooperación de pares, ya que los participantes trabajan juntos para diseñar y presentar mensajes clave de defensa. Aprender a aprender: promueve la autorreflexión y la adaptabilidad, ayudando a los participantes a analizar la efectividad de las diferentes estrategias de comunicación y refinar sus técnicas de mensajería.

Nombre de la actividad	Plataformas de defensa y comunicación
Objetivo/s	Comprender la importancia de comunicar los mensajes de defensa adecuadamente que se comunican con el público objetivo Analizar los pros y los contras de algunos de los canales de comunicación y la plataforma Compartir experiencias vividas
Duración (minutos)	70 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Eng-Unicef-Youuth-Advocacy-Guide.pdf web_young_people_as_advocates.pdf (ippf.org)
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Parte I. Caos informativo [35 min] Elija 4-7 voluntarios de los participantes. Dale a cada participante un mensaje clave escrito en los documentos. Los ejemplos de los mensajes clave (los participantes también podrían presentar otro mensaje de defensa): La violencia doméstica debe detenerse La salud mental de los empleados debe ser apoyada LGBTQ+ las personas no están enfermas La forma del cuerpo de todos es una forma hermosa No hay planeta B Solicite que los voluntarios se abstengan de compartir sus roles con otros. Seleccione 2 voluntarios del grupo y los designen como los que difundirán la información falsa y las teorías de conspiración. Elija otro voluntario para actuar como gobierno, responsable de prohibir ciertos canales de redes sociales. Asigne 2 participantes adicionales para asumir el papel de la policía. Recuerde a todos que no revelen sus roles asignados. Después de que se asignen roles, instruya a los participantes restantes que creen caos en la habitación durante 2 minutos, lo que les permite adoptar completamente la atmósfera caótica. Durante este tiempo, guíe a los defensores del voluntario para descubrir formas de transmitir sus mensajes. Esto se puede lograr a través de carteles, campañas de redes sociales, simulaciones, protestas o cualquier otro método creativo que puedan pensar. Los extensores de noticias falsos deberían trabajar para eclipsar los mensajes principales con información errónea, el voluntario del gobierno restrictivo debe limitar algunos canales de comunicación y la policía puede proteger a los defensores o interrumpirlos. Permita 10 minutos para que todos realicen sus instrucciones y observen las interacciones. Luego, pida a los participantes que detengan sus roles y se reúnan en un círculo. Facilitar una discusión sobre lo que acaba de suceder, ayudándoles a reconocer que difundir un mensaje en un entorno informativo caótico es desafiante y a menudo obstruido por factores como gobiernos restrictivos, policía agresiva y noticias falsas. Aliente a los defensores a compartir sus experiencias y desafíos para transmitir sus mensajes. Invite a todos a reflexionar sobre experiencias similares de la vida real y discuta cómo manejaron esas situaciones y qué aprendieron. Parte II. Métodos, canales y plataformas para la promoción [20 min] En esta parte de la sesión, solicite a los participantes que nombren los métodos, canales y plataformas que pueden usarse para hacer que se

	escuchen los mensajes de defensa. Escriba todos los ejemplos en papel de flipchart. Discuta cada idea con los participantes y comprenda cuáles pueden ser los pros y los contras. Algunos de los ejemplos que se pueden discutir son: Utilice los mecanismos ya existentes para participar en la toma de decisiones (Ejemplo de pros y contras a continuación)
Informe y conclusión /visualización	Resume la sesión diciendo que no hay una manera perfecta o canal de la plataforma para transmitir su mensaje clave. Cada contexto requiere un análisis exhaustivo, antes de enviar el mensaje. Por ejemplo, si en X country, las personas no tienen un buen acceso a Facebook, considere usar otras redes sociales que las comunidades objetivo y etc. Informe [5 min] Antes de cerrar, pregunte a los participantes qué fue interesante sobre esta sesión para ellos: ¿hubo algo que consideren útil para su trabajo? Además, ¿había algo sobre lo que les gustaría tener más información? Asegúrese de recopilar recursos adicionales de los siguientes materiales, que luego se pueden compartir con los participantes. Cerrar [5 min] concluir la sesión preguntándoles si hay alguna pregunta o comentario adicional, y aclare si las hay.
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Competencias cívicas y sociales: fortalece la capacidad de los participantes para desarrollar e implementar campañas de defensa, garantizar que sus mensajes influyan en el discurso público, involucren a las partes interesadas y contribuyan a ser vistos a nivel de política. Comunicación estratégica y persuasión: mejora las habilidades para estructurar mensajes de defensa utilizando el enfoque del corazón, la cabeza y la mano, asegurando que estén emocionalmente comprensivos, basados en hechos y orientados a la acción. Pensamiento analítico y crítico: equipa a los participantes con la capacidad de analizar las percepciones de la audiencia, refinar mensajes para mayor claridad e impacto, y adaptar estrategias de mensajería a diferentes contextos y grupos objetivo. Sense de iniciativa y emprendimiento: alienta a los participantes a aplicar el pensamiento creativo y estratégico en el diseño de mensajes de defensa que movilizan el apoyo, impulsan el compromiso e inspiran la acción colectiva. Trabajo en equipo y colaboración: fomenta la cooperación, el aprendizaje de pares y la co-creación, lo que permite a los participantes hacer una lluvia de ideas, refinar y presentar mensajes impactantes dentro de los entornos grupales. Aprender a aprender: promueve la reflexión y la adaptabilidad continuas, ayudando a los participantes a evaluar la efectividad de las estrategias de comunicación y aplicar lecciones aprendidas a futuros trabajos de defensa.

Algunos de los ejemplos que se pueden discutir son:

Utilice los mecanismos ya existentes para participar en la toma de decisiones

Pros: no hay necesidad de inventar la nueva rueda, si hay mecanismos para involucrarse en el proceso de toma de decisiones, es inteligente usarlos para que su mensaje se escuche, por ejemplo, asistir a audiencias públicas, participar en las elecciones, reunirse con los tomadores de decisiones, participar en eventos públicos donde también se presentan los responsables políticos

Contras: No todos tienen acceso o conciencia de estos mecanismos; Los gobiernos restrictivos no proporcionan entornos tan abiertos y seguros;

Use las redes sociales

Pros: permite transmitir el mensaje rápidamente y comunicarse con un público más amplio; acomoda diferentes formas de mensajería (imágenes, audios); Puede tener una naturaleza viral: compartir poder;

Contras: No está protegido de noticias falsas; No tiene buenos mecanismos de filtrado; en gran medida no regulado; fatiga digital

Uso de medios tradicionales (radio, revistas, periódicos; TV)

Diferentes formas de medios tradicionales tienen pros y contras distintos, en general, dependiendo del contexto, estos son los pros y contras generales:

Pros: llegar a grupos específicos de la audiencia, por ejemplo, las personas mayores pueden no estar utilizando las redes sociales; Mayor cobertura;

Contras: largos tiempos de entrega; recortes publicitarios; vida limitada "estante"; falta de momentos de intercambio;

Palabra de boca

Pros: rentable; extensión rápida;

Contras: noticias falsas; la imprevisibilidad de los resultados; incontrolable

Involucrar a "Influencers"

Pros: audiencia más grande; amplia cobertura; invertir en la confianza de los seguidores hacia el influencer;

Contras: asociarse con el influencer equivocado; altos costos; problemas legales

Si los participantes nombran algún otro método, canal o plataforma, pídeles que piensen en los pros y los contras.

Sección 5 de actividades - Poder en todas partes

Nombre de la actividad	Monitoreo y evaluación
Objetivo/s	Aclarar las estrategias para el monitoreo y la evaluación de sus esfuerzos de defensa
Duración (minutos)	70 minutos

Recursos/materiales/equipos necesarios	Copia del capítulo en el Kit de Defensa sobre Monitoreo y Evaluación Web_Young_People_As_advocates.pdf (ippf.org) Páginas 29 y 30 Configuración de la habitación: en forma de u; Espacio para el trabajo en grupos pequeños Material (s) para el facilitador: información para el PowerPoint; Material (s) de kit (s) de defensa del UNFPA para los participantes: documentos de chorro, marcadores, documentos, bolígrafos
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Parte I [30 min] Instrucciones: Explique el objetivo de la sesión y la actividad. Haga la siguiente pregunta en todo el grupo: ¿Es importante monitorear y evaluar en el trabajo de defensa? Si es así, ¿por qué? Pida a los participantes que recurran al capítulo en el kit de defensa sobre el monitoreo y la evaluación. Con todo el grupo, use el PowerPoint para hablar sobre la importancia y las estrategias para evaluar los esfuerzos de defensa. Pida a los participantes que compartan sus experiencias con el monitoreo y la evaluación, y las estrategias para el éxito. Parte II [30 min] Pídale a los grupos regulares que escriban algunos indicadores (descripciones de la evidencia requerida o definiciones de éxito) que demostrarían si se estaban cumpliendo sus objetivos de defensa. Esto se puede hacer agregando una columna de indicadores para cada actividad específica en su plan de acción, así como para los objetivos en su conjunto. Antes de que los participantes vayan a sus grupos, pregúnteles: ¿cómo nos ayudan los objetivos a escribir indicadores de impacto? Distribuya el folleto "Métodos de monitoreo y evaluación del trabajo de defensa", desde el final de esta sección, para proporcionar a los participantes más información. Una vez que se complete esta actividad, solicite a los grupos que elijan algunos métodos para monitorear los indicadores de su trabajo de defensa, y escribalos debajo de sus indicadores. Una vez más, el folleto "Métodos de monitoreo" será útil para proporcionar ideas. Pídale a algunos de los grupos que presenten su trabajo y faciliten una discusión con todo el grupo de participantes. Como parte de esta discusión, pregunte a los participantes: Pensando en los estudios de casos, o en su propia experiencia de defensa, ¿cómo decidimos si nuestro trabajo de defensa ha sido exitoso? ¿Cómo lo evaluamos? ¿Cómo podemos usar la información que recopilamos de la monitorización y la evaluación?
Informe y conclusión /visualización	Reflexión [10 min] Invite a los participantes del grupo a compartir sus sentimientos y pensamientos sobre el nuevo aprendizaje.
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Competencias cívicas y sociales: fortalece la capacidad de los participantes para comprender el impacto de los esfuerzos de defensa. Pensamiento analítico y crítico: desarrolla habilidades para comprender los indicadores clave de desempeño, lo que permite a los participantes refinar sus estrategias futuras basadas en datos y evidencia. Planificación estratégica y toma de decisiones: mejora la capacidad de los participantes para comprender los marcos de monitoreo y evaluación y los esfuerzos de defensa son sistemáticos, orientados a objetivos y

	mejoran continuamente. Sense de iniciativa y emprendimiento: alienta a los participantes a tomar posesión de su trabajo de defensa y usar datos para fortalecer las iniciativas futuras. Aprender a aprender: promueve la autorreflexión y la adaptabilidad, ayudando a los participantes a analizar sus experiencias, aprender del pasado y aplicar ideas para mejorar sus futuras campañas. Trabajo en equipo y colaboración: fomenta la resolución de problemas colectivos y el intercambio de conocimientos, ya que los participantes trabajaron en grupos y refinan sus enfoques basados en la retroalimentación entre pares.
--	--

Nombre de la actividad	Impacto multiplicando
Objetivo/s	Multiplicar el impacto del entrenamiento Fomentar el aprendizaje orientado a la práctica Tener una visión clara de las actividades de seguimiento en países socios al finalizar la capacitación
Duración (minutos)	100 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Documentos individuales de chancas para grupos pequeños, marcadores, notas adhesivas Configuración de la habitación: islas de trabajo
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Divida a los participantes en equipos (por ejemplo, por país). Pídales que respondan las siguientes preguntas rectores: ¿Cuáles son los principales desafíos que enfrentan los jóvenes en su comunidad relacionados con la salud mental juvenil? ¿Quiénes son los grupos más marginados y desfavorecidos? ¿Cuáles son sus necesidades? ¿Cuál es el contexto actual en su comunidad? ¿Cuáles son los factores a tener en cuenta y quiénes son las partes interesadas? Los equipos del país tendrán 20 minutos para trabajar en grupos pequeños y responder a las preguntas rectores. Después de concluir la primera ronda de trabajo grupal, cada equipo de país se fusionará con el otro equipo de país y en los siguientes 15 minutos se presentará su trabajo el uno al otro. Después de la segunda ronda de trabajo en grupos fusionados, los participantes compartirán su experiencia con todo el grupo, para lo cual se deben asignar 20 minutos. Parte II. Planificación de los próximos pasos [30 min] Los participantes trabajarán en equipos de campo y prepararán un plan para sus actividades locales. El plan debe seguir la estructura propuesta: El objetivo y los objetivos de la actividad local La breve descripción del problema dentro del gran tema de la salud mental juvenil que la actividad local tiene como objetivo abordar Breve descripción general de la actividad: ¿Cuál es el tema principal, cuál es un enfoque y metodología que va a participar y cómo? Donde se implementará, cronograma, recursos Parte III Objetivos, los participantes podrán: Multiplicar el impacto del entrenamiento

	Fomentar el aprendizaje orientado a la práctica Tener una visión clara de las actividades de seguimiento al finalizar la capacitación Aliente a los participantes a comprender mejor sus habilidades, conocimiento, capacidades, necesidades y deseos individuales. Métodos: Trabajar en grupos pequeños, presentaciones, trabajo individual Parte I. Escribir una carta a Future Self [20 min] Pida a los participantes que tomen un trozo de papel y sobre y escriban una carta a su futuro yo. Dé 15 minutos para escribir. Se supone que los participantes no deben compartir sus cartas entre ellos. Explique que si alguien quiere, también puede escribir la carta y utilizando www.futureme.org envíela a sus correos electrónicos. Los correos electrónicos se pueden entregar en el futuro, en cualquier momento que la persona indique en la plataforma. Pida a los participantes que se imaginen en un año, en 5 años o incluso 10 años. Describa sus sentimientos, sus sueños y objetivos, y lo que planean hacer para lograr sus sueños.
Informe y conclusión /visualización	Informe: [10 min] Pregunte a los participantes: ¿Cómo fue escribir una carta a su futuro yo? ¿La capacitación inspiró alguno de sus sueños y objetivos? ¿Cómo se sienten en este momento? Cierre: [5 min] Complete la sesión con una nota positiva y deseo que logren lo que escribieron en las cartas personales.
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Competencias cívicas y sociales: fortalece la capacidad de los participantes para aplicar conocimiento de defensa en sus comunidades locales, asegurando que las iniciativas de salud mental juvenil tengan un impacto duradero y generalizado. Planificación estratégica y gestión de proyectos: mejora la capacidad de los participantes para diseñar, organizar e implementar actividades de seguimiento, incluida la definición de objetivos, métodos, partes interesadas y recursos. Sense de iniciativa y emprendimiento: alienta a los participantes a tomar posesión de su aprendizaje, desarrollar planes de acción locales y aplicar estrategias de resolución de problemas para abordar los desafíos de la salud mental juvenil. Autorreflexión y crecimiento personal: desarrolla la capacidad de los participantes para evaluar sus aspiraciones personales y profesionales, ayudándoles a definir objetivos y estrategias a largo plazo para lograrlos. Trabajo en equipo y colaboración: fomenta el aprendizaje entre pares y la resolución de problemas colectivos, ya que los participantes trabajan en los equipos de los países para hacer una lluvia de ideas, refinar y presentar sus planes de defensa. Aprender a aprender: promueve el aprendizaje y la adaptabilidad autodirigidos, permitiendo a los participantes evaluar las necesidades de la comunidad, diseñar intervenciones relevantes y garantizar un impacto sostenible.

Nombre de la actividad	AVANZAR
------------------------	---------

Objetivo	Aprenda sobre oportunidades a través de Erasmus Plus Aprenda el propósito de la juventud y su importancia
Duración (minutos)	60 minutos
Recursos/materiales/equipos necesarios	Proyector multimedia, fliphart, presentación, bolígrafos y marcadores Configuración de la habitación: Círculo
Descripción (paso a paso)	Flujo de sesión: Parte I. Erasmus Plus y Presentaciones de pase de jóvenes [30 min] El facilitador presentará las siguientes diapositivas de PowerPoint: oportunidades europeas para la juventud El facilitador debe alentar a los participantes a compartir sus experiencias anteriores con Erasmus Plus. El facilitador debe compartir las próximas oportunidades y alentar a los participantes a unirse a proyectos futuros (si es posible). El facilitador explicará el pase de los jóvenes y alentará a los participantes a agregar sus propios aprendizajes en el pase juvenil que se les enviará un correo electrónico poco después de la conclusión del curso de capacitación. Los facilitadores deben alentar a los participantes a hacer preguntas durante toda la presentación. Parte II. Certificación [15 min] El facilitador pide a los participantes que formen un círculo. Cada participante recibirá un pase juvenil que no es suyo. Una vez que todos tengan un pase juvenil, en el recuento de 3, los participantes cambiarán el trabajo y verán el nombre en el pase juvenil, entonces necesitan encontrar a la persona lo más rápido que puedan.
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Competencias cívicas y sociales: mejora la comprensión de los participantes de los programas juveniles europeos y las oportunidades de movilidad, capacitándolos para participar activamente en iniciativas internacionales de aprendizaje y defensa. Aprender a aprender: desarrolla habilidades de autoevaluación y reflexión, ya que los participantes documentan sus competencias adquiridas a través del marco de la juventud. Sense de iniciativa y emprendimiento: alienta a los participantes a explorar y aprovechar las nuevas oportunidades educativas y profesionales, fomentando la planificación proactiva de carrera y desarrollo personal. Comunicación en un entorno multicultural: fortalece las habilidades interpersonales y la conciencia cultural, a medida que los participantes intercambian experiencias, discuten los programas Erasmus+ y exploran formas de colaborar internacionalmente. Trabajo en equipo y colaboración: promueve el apoyo entre pares y el aprendizaje compartido, alentando a los participantes a establecer contactos, compartir ideas y guiarse mutuamente a través de Erasmus+ Oportunidades.

Nombre de la actividad	Evaluación y cierre
Objetivo	Los participantes podrán Proporcionar comentarios sobre la experiencia de aprendizaje y reflexionar sobre la experiencia general
Duración (minutos)	60 minutos



Recursos/materiales/equipos necesarios	Papel, papel de chiste, bolígrafos y marcadores Configuración de la habitación: Círculo
Descripción (paso a paso)	Evaluación y cierre [30 min] Formulario de evaluación, formulario de Google El facilitador publicará el formulario de evaluación en la plataforma de redes sociales del grupo (Facebook, Instagram y/o WhatsApp) y les dará tiempo a los participantes para completar el formulario. Además, el facilitador compartirá la importancia de los comentarios y fomentará la retroalimentación positiva y constructiva.
Informe y conclusión /visualización	Cierre: [30 min] finalice la sesión con una reflexión de grupo completo. Cree un espacio para que los participantes reflexionen sobre su experiencia general. Anímelos a compartir sobre lo que han aprendido, lo que les están quitando y cualquier gratitud que quieran expresar.
Competencias adquiridas (alineadas con el marco de la jóvenes)	Competencias cívicas y sociales: fomenta la participación activa en los procesos de evaluación, fomentando una cultura de mejora continua y comentarios constructivos en entornos de aprendizaje. Aprender a aprender: desarrolla habilidades de autorreflexión, ya que los participantes evalúan su crecimiento personal, conocimiento adquirido y conclusiones clave de la experiencia de capacitación. SENsegio de iniciativa y emprendimiento: fortalece la capacidad de los participantes para expresar sus opiniones, proporcionar comentarios significativos y contribuir a mejorar las iniciativas de capacitación futuras. Comunicación en un entorno multicultural: promueve el diálogo abierto y la escucha activa, asegurando que los participantes se sientan valorados y escuchados en un entorno de aprendizaje diverso. Conciencia emocional y autoexpresión: alienta a los participantes a articular sus emociones, ideas y experiencias, reforzando una sensación de cierre y logro.

Capítulo 4 Consejos y trucos para los jóvenes

Lograr tu objetivo: crear el cambio que imaginas

Una estrategia bien pensada guiará sus esfuerzos de defensa y se asegurará de que cada paso que tome contribuya a un cambio significativo y duradero.

Construyendo un modelo de impacto

Para organizar sus ideas de manera efectiva, considere usar un modelo de impacto. Este marco lo ayuda a visualizar el cambio que desea crear y trabajar hacia atrás para identificar los recursos, actividades y marcadores de progreso necesarios que ayuden a lograr su objetivo.

Preguntas clave para guiar su planificación

- ★ ¿Cuál es su objetivo a largo plazo o su impacto deseado?

Defina el cambio de imagen grande que desea lograr a través de sus esfuerzos de defensa.

- ★ ¿Cuáles son los principales resultados o cambios a corto plazo que espera ver?

Los resultados se refieren al progreso medible a nivel comunitario. Estos podrían incluir una mayor conciencia, cambios en las actitudes, la construcción de habilidades o los cambios de comportamiento entre su público objetivo.

Ejemplo: si su objetivo es mejorar la defensa de la salud mental, un resultado podría ser más jóvenes que hablen abiertamente sobre problemas de salud mental.

- ★ ¿Cuáles son los resultados o resultados directos de sus actividades?

Las salidas son resultados inmediatos y tangibles de su trabajo de defensa.

Ejemplo: El número de participantes que asisten a un taller de concientización sobre la salud mental o la cantidad de puntos de vista sobre un video informativo que crea.

- ★ ¿Qué actividades se necesitan para lograr sus resultados?

Identifique las iniciativas y acciones específicas que impulsarán el progreso.

Ejemplo: Organización de talleres comunitarios, campañas de redes sociales o reuniones de políticas con tomadores de decisiones.

- ★ ¿Qué recursos (insumos) se requieren para implementar estas actividades?

Los insumos se refieren al tiempo, la financiación, los materiales y los recursos humanos invertidos en sus esfuerzos de defensa.

Ejemplo: asegurar fondos para materiales, reclutar voluntarios o acceder a oportunidades de capacitación.

Al romper su objetivo en pasos procesables, puede crear un enfoque realista y estructurado para lograr un impacto duradero. Un modelo de impacto fuerte no solo lo mantendrá enfocado, sino que también lo ayudará a medir el progreso, adaptar las estrategias cuando sea necesario y, en última instancia, impulsar un cambio significativo.

Lista de verificación de planificación de advocacy

- ★ Identificar el problema/problema clave y las causas del problema
- ★ ¿Cuál será el cambio, el resultado?
- ★ Crear un equipo
- ★ Trabajar con las personas afectadas por este problema
- ★ Recopilar datos (investigación)
- ★ Identificar grupos/s objetivo y aliados potenciales (partes interesadas, tomadores de decisiones) y oposición
- ★ Hacer una lista de socios
- ★ Garantizar la participación juvenil en el diseño, implementación y evaluación
- ★ Crear un enfoque, desarrollar un plan, preparar herramientas para la comunicación.
- ★ ¿Cuáles son los riesgos y las medidas de mitigación?
- ★ Desarrollar indicadores para monitorear y evaluar la implementación y el impacto

Seguimiento y evaluación de sus esfuerzos de advocacy

El monitoreo efectivo asegura que los jóvenes puedan rastrear el progreso, evaluar el impacto y hacer los ajustes necesarios durante su viaje de advocacy.

Comprensión del monitoreo

El monitoreo implica recopilar y analizar regularmente información durante sus esfuerzos de defensa para determinar si sus actividades tienen el efecto previsto. Le permite evaluar ambas salidas (lo que se está haciendo) y los resultados (el impacto de sus esfuerzos), proporcionando una instantánea en tiempo real del progreso de su proyecto. Al evaluar continuamente su enfoque, el monitoreo ayuda a identificar áreas para mejorar y garantiza que su defensa permanezca en el camino correcto.

La diferencia entre el monitoreo y la evaluación

Si bien el monitoreo es un proceso continuo que tiene lugar a lo largo de sus esfuerzos de defensa, la evaluación generalmente ocurre en hitos clave, ya sea a mitad del proyecto o

después de su finalización. La evaluación mide si sus objetivos e impacto declarados han sido

logrado. Sin embargo, dado que las evaluaciones pueden ser intensivas en recursos y complejas, esta guía se centra principalmente en el monitoreo como una herramienta práctica y accesible para el éxito de la promoción. Si está interesado en aprender más sobre la evaluación, el sitio web Voices of Youth proporciona recursos adicionales.

El valor de la monitorización

Cualquiera puede realizar un monitoreo efectivo, y sirve como una herramienta poderosa para identificar éxitos, desafíos y áreas para el ajuste. A través del seguimiento continuo, puede analizar:

Asignación de recursos: ¿está utilizando su tiempo, fondos y materiales de manera eficiente?

Calidad de la actividad: ¿sus iniciativas de defensa cumplen con sus objetivos previstos?

Medición de impacto: ¿están sus esfuerzos que conducen a un cambio tangible?

Una mentalidad flexible y abierta es clave en el monitoreo: estar listo para adaptar su enfoque y abordar los problemas a medida que surgen.

Mantener el compromiso con las partes interesadas y los partidarios clave

Construir y mantener relaciones sólidas con las partes interesadas clave y los principales partidarios es esencial para el éxito de sus esfuerzos de defensa. Dado que muchas partes interesadas tienen horarios exigentes, es importante encontrar formas efectivas de mantenerlas comprometidas con sus objetivos de defensa. Una de las estrategias más simples pero más impactantes es mantenerse en contacto y fomentar estas conexiones con el tiempo.

A lo largo de su viaje de defensa, interactuará con una red diversa de individuos. Cultivar estas relaciones le permite intercambiar ideas, explorar nuevas oportunidades y colaborar en iniciativas futuras. Una red bien mantenida en varios sectores también puede ser beneficioso para expandir su influencia e impulsar el cambio a largo plazo.

Para obtener más estrategias sobre redes y fomentar el aliado, consulte la sección relevante. A continuación se presentan algunos consejos prácticos para ayudarlo a mantener un compromiso significativo con sus partes interesadas.

Términos

La advocacy de los jóvenes se refiere al proceso de jóvenes que hablan activamente, influyen en las decisiones y toman medidas para lograr un cambio positivo en sus comunidades, políticas o la sociedad en general. Involucra a las personas jóvenes que

defienden sus derechos, necesidades e intereses, así como para abogar por el bienestar de sus compañeros y problemas sociales más amplios.

La participación juvenil se refiere a la participación activa, significativa e inclusiva de los jóvenes en los procesos de toma de decisiones, las acciones sociales y el desarrollo de la comunidad. Asegura que las personas jóvenes tengan la oportunidad de expresar sus puntos de vista, influir en las políticas y contribuir a dar forma a sus propias vidas y al mundo que los rodea.

Política vs. Política

La política se refiere a los procesos, actividades y debates involucrados en la toma de decisiones dentro de los gobiernos, organizaciones o sociedades. Incluye dinámica de poder, ideologías políticas, elecciones, gobernanza y discurso público. La política a menudo implica negociación, competencia e influencia entre los diferentes grupos para dar forma a las leyes, el liderazgo y las prioridades sociales.

La política se refiere a los principios, directrices o cursos de acción específicos adoptados por los gobiernos, instituciones u organizaciones para abordar los problemas y alcanzar ciertos objetivos. Las políticas son los resultados concretos de los procesos políticos, configurando cómo se asignan los recursos y cómo funcionan las sociedades. Pueden ser políticas públicas (leyes, regulaciones y programas) o políticas internas dentro de las organizaciones.

Diferencia clave: la política se trata del proceso de toma de decisiones y las luchas de poder, mientras que la política es el plan o acción estructurada resultante de esas decisiones. La política prepara el escenario para la creación de políticas, pero la implementación de políticas afecta directamente la vida de las personas.

Networking es el proceso de construcción y mantenimiento de relaciones con individuos, grupos u organizaciones para intercambiar información, recursos y oportunidades. Es una práctica clave en entornos profesionales, sociales y de defensa, que permite la colaboración, el apoyo mutuo y el intercambio de conocimientos.

La atención activista se refiere a las prácticas intencionales y los sistemas de apoyo que ayudan a los activistas a mantener su bienestar, resistencia y sostenibilidad al tiempo que participan en los esfuerzos de promoción y cambio social (por ejemplo, línea de ayuda, grupos de apoyo, sitios web, redes sociales, grupos profesionales, profesionales, etc.) . El trabajo de defensa puede ser exigente emocional, física y mentalmente, a menudo exponiendo a los activistas al estrés, al agotamiento y al trauma indirecto. Activist Care asegura que aquellos que trabajan para el cambio también reciban el cuidado y el apoyo que necesitan.

EXPRESIONES DE GRATITUD:

Agradeciendo por inspiración y recursos:

[Eng-Unicef-Youuth-Dvocacy-Guide.pdf](#)

[web_young_people_aas_advocates.pdf](#)

[Advocacy de la política](#)

El manual fue creado dentro del proyecto de metáfora por los socios del proyecto:



Mesa local de
la Juventud



Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, las opiniones y opiniones expresadas son las de los autor (s) solamente y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Ejecutiva de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser responsables de ellos. © CC BY-SA