Facilitación

- Principios básicos
- ¿Qué habilidades definen a una buena facilitadora?
- Valores y actitudes de las participantes
- Otras herramientas de facilitación

Principios básicos

Para asegurarnos que nuestras reuniones son fluidas y dinámicas, y sobre todo que escuchamos a todas las voces por igual, debemos facilitar ese espacio. Aquí una serie de principios básicos.

- **Al inicio de cada reunión se elige una facilitadora**. Alguien que se sienta cómoda con el rol. Idealmente el grupo se va sintiendo más y más cómodo con la idea, y cada vez facilita una persona distinta.
- El papel de las facilitadoras no es solo dar el turno de palabra, sino **garantizar que todas las voces tienen oportunidad de ser escuchadas** por igual. La facilitadora también debe estar atenta a la energía de las personas, y ser consciente de que a veces es necesario hacer algún descanso breve para recuperar fuerzas. Si tienes la sensación de que la concentración disminuye, se puede proponer un pequeño descanso, o algún juego para despejarse y reconectar.
- Tal vez, al inicio de la reunión sea útil un par de recordatorios:
  - Practicamos la **escucha activa**: Prestamos toda nuestra atención a la persona que habla. Intentando salir del hábito de ir pensando nuestras respuestas mientras alguien nos habla. Es transformador.
  - Para una reunión fluída y proactiva, **interacciones breves**: más o menos 2 minutos cada una, evitando monólogos
  - Aunque vamos a facilitar con turnos de palabra, el objetivo es sacar el máximo provecho de la diversidad del grupo. **Damos prioridad a las voces que menos se han escuchado** en el “círculo”.

¿Qué habilidades definen a una buena facilitadora?

Quedas invitada a hacerte esta pregunta a ti misma antes de seguir leyendo. No hay respuestas erróneas. Esta es una lista de ideas desordenadas que salió de una reunión de facilitadores/as en Reino Unido, tal vez algo de ella sea útil. La clave: estar siempre dispuesta a aprender y a reflexionar sobre la propia práctica.

- La habilidad para ser consciente del grupo y observar las dinámicas del grupo en su conjunto
- Reconocer y nombrar a todas las personas que han alzado la mano y quieren intervenir, para que todas sepan quién irá a continuación.
- Ser capaz de conectar varias intervenciones, vinculando puntos en común así como nombrando desacuerdos.
- Escucha activa y capacidad de síntesis.
- Dando la bienvenida a todas las personas al espacio de reunión
- Conocer los nombres de las personas en la sala
- Manteniendo a las personas con los pies en la tierra, y tranquilas
- Delegar y compartir responsabilidad (en cuanto a ti y al grupo)
- Habilidad de transformar puntos de discusión en puntos de acción
- Asertividad, tacto, carisma aprendido…
- Habilidad de filtrar a través de mucha información para crear dirección
- No necesitas saber todas las respuestas. Las dudas se lanzan al grupo.
- Estar preparada. Conocer la agenda es importante.
- Analiza el contenido y la forma de las intervenciones, así como el uso de los gestos. Ocasionalmente refuerza cuando ayudan al buen funcionamiento de la asamblea y matiza cómo se podrían mejorar cuando no, ayudando a los participantes a entender qué comportamientos son más constructivos.

Valores y actitudes de las participantes

Todas las personas que participan en una reunión son responsables de crear un espacio seguro en el que todas puedan participar. Por lo tanto, es importante reflexionar sobre nuestra propia participación en la reunión. En nuestra sociedad tendemos a oír las voces más seguras de sí mismas (¡y las que más gritan!), y a oír menos de aquellas personas a las que les cuesta más abrirse...o arrancar. Hay espacios en los que la gente se interrumpe todo el rato; otros en los que sólo hablan dos. ¡Qué maravillosa oportunidad de diversidad perdida!.

Para crear un entorno de reunión constructivo y cómodo, ten en cuenta los siguientes puntos:

- Practica la **escucha activa** cuando esté hablando el resto.
- **Respeta el rol de la facilitadora** y su gestión de los turnos; es probable que no haya tiempo para que todo el mundo diga todo lo que quiere decir, así que deja espacio para asegurarte de que todas las voces son escuchadas.
- **Las 3 puertas**: Antes de decir algo, reflexionamos ¿Aporta realmente? ¿Es realmente necesario? ¿Desde que emoción lo estás diciendo? No tenemos miedo a ceder el turno solicitado si nuestra intervención ya no es oportuna.
- Si alguien ya ha dicho lo que tú querías decir, baja la mano para que el moderador sepa que estás cediendo tu turno.
- Deja que alguien que hace tiempo que no habla se adelante. Cuando sea tu turno, di: "X no ha hablado en un rato, toma su punto por delante del mío".
- Si eres una persona a la que le cuesta más hablar: Respira y confía en tí misma. Tu voz y tus ideas cuentan tanto como las de las demás..

Otras herramientas de facilitación

Comprobar sentires u opiniones en un debate

1. El más fácil, una “medición de temperatura” con el aplauso sordo entre dos polos (a favor / en contra). También podemos disponernos espacialmente entre dos polos, haciendo más visibles los grados.
2. Para hacernos una idea menos lineal, podemos separar el espacio en varias opiniones (3-4-5) y pedir a la gente que se distribuya conforme a la separación, dando también lugar a posturas intermedias.
3. Dividirnos en “grupos de discusión” de unas 5 o 6 personas. Cada uno con una persona facilitadora y una anotadora que apunte las conclusiones. Se debate por un tiempo (10~20 min) y luego se vuelve a formar la asamblea. Las anotadoras cuentan los puntos relevantes a los que ha llegado cada grupo a la asamblea (se pueden ir escribiendo físicamente en algún soporte).

Toma de conciencia

Reflexión y toma de conciencia sobre cómo nos sentimos antes o después del debate o asamblea. Comunicar sentires, ansiedades, miedos, esperanzas.

1. Separarnos en pequeños grupos (~4 personas) por cercanía espacial y expresar nuestras opiniones sobre un cierto tema antes de que se abra el turno de palabra en la asamblea (poco tiempo, unos 4~5 min). Así todo el mundo puede aclarar sus ideas y resolver dudas antes de traer el debate a la asamblea.
2. Semáforo (verde bien, naranja mediano, rojo mal) con explicación breve opcional.
3. Ubicarse, toma de conciencia de por qué estamos aquí: Lectura de la “**intención solemne**” (ver sección).
4. D**inámicas energizantes, activarnos física o mentalmente**. (Importante tener en cuenta la accesibilidad)