



1.3 | LÈS NÚKLEO: TEMPU PA ABO KU BO YU (50 MIN)

BISTA GENERAL

Introdusí brevemente e meta prinsipal di e lès sentral na e mayornan. Bo por bisa algu manera:

“E meta prinsipal di awe ta pa siña kon nos por konstruí relashonnan positivo ku nos yunan pa medio di tempu pa abo ku bo yu. Laga nos wak un historia riba video...”

Despues sigui pa e kuantanan riba video.



HISTORIANAN RIBA VIDIO I 'ROLLENSPEL'

HISTORIA RIBA VIDIO 1: TEMPU PA ABO KU BO YU TINER

Mustra e vidio di un tata i su yu hòmber adolescente pasando Tempu huntú.

Klek akí pa wak e vidio

Despues di wak e vidio huntú, fasilitá un diskushon ku e grupo. Lo bo tin ku reformulá e preguntanan i tambe duna suficiente tempu pa mayornan kontestá.

Preguntanan di guía tokante e vidio pa diskushon:

Pa gruponan di dunadónan kuido di muchanan entre 10-17

6. Kon Roberto ta introdusí Tempu pa e ku su yu?
7. Dikon Roberto a bisa kon largu Tempu pa e ku su yu lo ta?
8. Kon Roberto ta demostrá ku e ta paga tinu?
9. Kon Roberto ta laga Daniel guía?
10. Kon Miguel ta sinti ora su tata ignorá e mensahe?

Durante e diskushon, kòrda konektá kontestanan na e Komponentenan Básiko pa Pasa Tempu abo ku bo pre-adolesente òf tiner. Kòrda skibi esakinan riba e 'flip chart':

KOMPONENTENAN BÁSIKO (tinernan)

- Tempu pa abo ku bo yu ta tempu spesial ku abo i bo yu ta pasa huntú hasiendo i/òf papiando tokante algu agradabel.
- Dun'é tur bo atenshon.
- Skucha bo yu ora e ta papia ku bo.
- Usa kontakto visual ku bo yu i nota kiko e ta hasiendo.
- Kontestá ku interes i hasi preguntanan mas profundo.
- Usa kontakto físiko (manera mishi òf brasa) ku bo yu ora ta apropiá.
- Usa nòmber di bo yu ora bo ta papia kuné.



1st PRÁKTIKA: TEMPU PA ABO KU BO YU DEN UN 'ROLLENSPEL' DEN E GRUPO GRANDI

Invitá partisipantenan pa rekrea e senario di e **Historia riba Vidio 1** ku nan a kaba di papia. Esaki lo permití nan pa praktiká e komponente básiko di pasa Tempu ku nan tinernan.

Akí ta sigui e pasonan ku por sigui durante e 'rollenspel'. Pèrmití e boluntarionan duna nan mes sugerensia òf kosnan pa bisa, basta ku nan ta reflehá e

Komponentenan básiko ariba:

6. Pidi pa dos boluntario (un persona pa hunga e ròl di tata i unu pa hunga e ròl di Miguel). E boluntario ku ta hunga e ròl di e tata mester ta un dunadó di kuido di un pre-adolesente òf tiner (di 10-17 aña di edat). Tur dos persona ta bini mei mei di e sírkulo i ta enfrentá e grupo.
7. Splika kiko mester pasa durante 'rollenspel':
 1. Miguel a yega kas for di skol i e tata ta bis'é ku e ke tende tur kos di su dia.
 2. Miguel ta deskribí su dia.
 3. E tata ta sigui tur e komponentenan básiko usando su palabranan i lenguahe di kurpa (duna tur su atenshon, skucha ora e ta papia, usa kontakto visual, kontestá ku interes i hasi preguntanan mas profundo, usa kontakto físiko ora ta apropiá).
8. Despues 'rollenspel' ta kla, elogiá e dos boluntarionan i enkurashá e grupo pa bati man pa nan. Bo por duna kada boluntario un steker riba nan 'badge' ku nòmber komo un rekompensa chikí.
9. Puntra e dos partisipantenan kon nan a sinti durante di e 'rollenspel' akí. Puntra Miguel promé i despues puntra e tata.

10. Puntra e partisipante ku a hunga e ròl di tata si e ta kere ku e por praktiká e abilidat akí na kas ku su yu. Animá nan i ekspresá konfiansa den nan, ku nan por hasié!

DISKUSHON: BENEFISIONAN PASA TEMPU KU BO YU

Guia partisipantenan den un diskushon di grupo tokante e benefisionan di pasa Tempu huntu ku bo yu.

Preguntanan di guia pa e diskushon akí ta:

- Kon pasa huntu ku bo yu lo kambia bo relashon ku bo yu?
- Kon abo i bo yu lo benefisiá di e Tempu abo ku bo yu? Kiko abo òf e lo siña òf gana for di e eksperensia?
- Dikon lo bo ke skucha aktivamente durante Tempu abo ku bo yu? Kiko skuchamentu aktivo ta nifiká pa bo?

Riba e 'flip chart', skibi e ideanan di e partisipantenan komo prinsipionan tokante DIKON nan mester pasaTempu huntu ku nan yu. Sòru pa bo ta duando ehèmpel di skuchamentu aktivo!

Purba di saka e siguiente benefisionan di pasa Tempu ku bo yu for di e diskushon:

- Pasa Tempu ku bo yu ta mehorá e relashon entre mayornan/dunadónan di kuido i muchanan.
- Mucha ta sinti ku nan tin balor i ku nan ta stimá.
- Ta musta bo yunan ku bo ta kere ku loke nan ta hasiendo ta importante.
- Ta oumentá konfiansa i mehorá komunikashon entre mayornan i yunan.
- Skuchando mucha kuidadosamente i dunando balor na nan ideanan ta animá nan pa pensa pa nan mes i tuma inisiativa den otro áreanan di nan bida.



- Ta duna mayornan un chèns pa siña hopi tokante e interesnan i abilidatnan di nan yunan.
- Aktivitatnan relashoná ku skol por ta un oportunitat pa pasa Tempu ku bo yu i por motivá muchanan den nan trabou di skol.
- Pa muchanan chikí, vokabulario nobo ku ta usa durante tempu huntú ku nan por ta un oportunitat pa siña palabranan nobo.

TUMA NOTA! E lista ariba ta djis un sugerensia. Purba di identifiká mayoria di e benefisionan akí huntú. Mayornan por duna otro motibunán tambe tokante dikón Pasa tempu abo ku bo yu por ta un eksperensia positivo pa mayornan i yunan. Esaki ta maravioso!!



DISKUSHON: AKTIVIDATNAN PA HASI DURANTE TEMPU ABO KU BO YU

Guia partisipantenan den un diskushon di grupo pa identifiká posibel aktividatnan ku nan por hasi durante Tempù ku nan yu.

E por ta un reto pa e partisipantenan sa kiko pa hasi ku nan yunan – spesialmente si tin solamente un tiki tempù pa pasa huntù i/òf nan no tin un bon relashon entre nan.

Pidi e partisipantenan pa pensa riba aktividatnan ku nan por hasi huntù. Lo ideal lo ta pa e aktividatnan akí no enserá un pantaya, manera un telefòn, tèblet òf televishon. E aktividatnan akí por ta kosnan ku e mucha gusta hasi, òf un tarea ku mayor i yu por hasi huntù (en bes di mayornan pone nan yu hasi e tarea nan so).

E por ta asta un kombersashon tokante e dia – loke ku e mucha ke den e límitenan aseptabel! Ta importante pa e aktividat ta algu ku ta GRÁTIS i REALISTIKO!

Skibi e sugerensianan riba e 'flipchart'.

Posibel aktividatnan:

- Papia tokante e dia
- Papia tokante algu ku bo yu gusta, manera deporte, programa di televishon, amigunan
- Hasi un tarea huntù
- Traha i/òf kome un kuminda huntù
- Konta un kuenta
- Bai un kaminata den e parke
- Wak òf lesa un buki di kuenta huntù
- Hunga un wega òf traha un pùzel huntù
- Hunga ku ko'i hunga huntù

PRAKTIKÁ ABILIDATNAN DEN PAREHA: TEMPU HUNTU

Praktiká abilidatnan den pareha ta permití partisipantenan purba nan aktividatnan pa hasi na kas den e ambiente seif di e grupo. Tambe nan tin e oportunidat pa eksperensiá un senario for di e perspektiva di nan yu.

Formato pa praktiká den pareha:

A. Introdukshon

- Introdusí ku e partisipantenan awor ta bai praktiká pasa Tempü huntü ku nan yu, huntü den pareha usando abilidatnan di Skuchamentu Aktivo.
- Splika ku praktikando awor lo hasié mas fásil pa hasi e aktividatnan na kas, spesialmente pasobra esaki por ta algu nobo.
- Splika ku tur hende lo haña chèns di praktiká abilidatnan nobo promé ku usa nan na kas.

B. Praktiká den pareha

- Pidi mayornan pa pensa riba ki aktividat nan lo ke hasi huntü ku nan yu ku lo permití nan pasa Tempü huntü ku nan yu. Nan por skohe for di e lista of bini ku unu nobo.
- E ora ei mayornan mester buska un pareha den e sala.
- Kada pareha mester tuma turno pa praktiká kon nan lo pasa tempü huntü ku nan yu. Kada persona lo hunga un ròl di mayor hasiendo e aktividat ku nan a skohe i tambe un ròl di mucha hasiendo loke e otro mayor a skohe komo su aktividat.
- E práktika mester ta kòrtiku, ku solamente algun minüt pa turno!
- E fasilitadó mester kana rònt di e grupo i duna sosten ora ta nesesario.



C. Diskushon

- Si bo tin suficiente tempu, pidi komentario di kada pareha den un diskushon di grupo tokante kon e práktika a bai. Si bo tin tempu kòrtiku, pidi 2-3 pareha boluntario pa kompartí nan eksperensianan.
- OPSHONAL: Si bo tin tempu, bo por hunga un wega di grupo. Pidi un pareha pa mustra e grupo ki aktivitat nan a skohe pa pasa Tempu huntú ku nan yu. Nan mester hasi esaki den silencio, miéntras ku otronan den e grupo mester rei ki aktivitat a ku nan a skohe.

REVISHON: TEPNAN PA PASA TEMPÚ ABO KU BO YU

Diskutí e tepnan di **pasa Tempú abo ku bo yu** den e grupo grandi. Pasa dor di kada punto huntú. Bo ko-fasilitadó òf e Boluntario di Salú di Pueblo ku ta yuda bo, por skibi nan riba e 'flip chart' pa tur hende por mira.

10. Pone un tempu spesífiko un banda pa pasa **Tempu huntú** ku bo yu tur dia.

Skohe un momentu ku e chèns ku ta interumpí abo i bo yu ta chikí i tambe un ora ku bo yu no tin algu otro ku e ke hasi, manera wak televishon. ***Paga e televishon i pone tèblet i telefòn un banda.***

11. Bisa bo yu ku lo bo ke pasa algun tempu kuné i ku e por skohe kiko e ke hasi òf papia di dje. Si bo tin solamente 5 minüt disponibel, spesifiká esaki for di kuminsamentu.

Bo yu por pensa ku esaki ta straño na promé instante pero gradualmente lo kuminsá disfrutá di tin e tempu dediká akí ku bo!

12. **Duna bo yu tur bo atenshon.**



Sòru pa otro hende òf otro responsabilidatnan no distraí bo, ya asina bo por duna tur bo atenshon na bo yu.

13. **Rekonosé físikamente i verbalmente** ku bo ta skuchando bo yu.

Usa hopi kontakto visual i usa nòmber di bo yu. Sakudí kabes òf bisa “Mi ta komprondé” ta must’é ku bo ta paga tinu di bèrdat. **Aseptá** loke bo yu ta bisando sin husga òf purba dun’é un lès.

14. Duna mas tiki **instrukshon** òf direkshon posibel.

Ora bo ta pasando Tempù abo ku bo yu, e mester skohe i guia e aktividat. Si bo yu hasi un pregunta, bo por kontestá, pero purba di evitá di bis’é kiko pa hasi òf husg’é. Pone e eskoho bèk serka e yu: “Esei ta un pregunta interesante, kiko abo ta pensa?”

15. **Ripití loke bo yu ta bisa ora e ta papia ku bo.** Bo por usa diferente palabra pa mostra ku di bèrdat bo ta skucha bo yu. Por ehèmpel, si bo yu bisa, “E pùzel akí ta realmente difísil,” bo por kontestá, “Sí, mi ta mira ku bo ta hañando esaki difísil.”

16. Purba di hasi algu diferente ku djis wak pantaya (p.e., televishon, telefòn, tèblet).

Esaki ta hopi mas útil i agradabel pa bo yu ku djis sinta huntù dilanti televishon òf hunga ku un telefòn. Na promé instante, si bo yu ta resistente pa hasi algu otro, bo por kuminsá dor di wak e programa di televishon favorito di bo yu kuné òf wak vidionan prèt huntù riba YouTube. Ku tempù nan por sinti su mes kómodo hasiendo otro aktividatnan.

17. Duna solamente **komentarionan positivo** i evitá komentarionan krítiko.



Kòrda ku esaki ta aktivitat di bo yu i e ta un oportunitat pa fortalésé bo relashon ku bo yu. Bo por pensa kon bo a sinti resientemente ora un hende a kritiká bo? No tin nada korekto òf inkorekto durante pasa Tempü abo ku bo yu. E mayornan su trabou ta pa mustra un interes i bisa algu alentador i bunita.

18. Ora bo bira mihó den paga tinu na bo yu durante Tempü abo ku bo yu, kuminsá **hasié na otro momentunan**.

Ora bo ta sinti bo sigur pa loke ta trata paga tinu na bo yu durante Tempü abo ku bo yu, bo por enbolbí bo mes den otro aktivitatnan ku bo yu.