



## Preguntas Circulares

### Preguntas Circulares

Las preguntas circulares, también llamadas Preguntas sistémicas, permiten obtener información respecto de relaciones, diferencias o cambios.

Mediante estas preguntas creamos conexiones entre las personas, conexiones en el tiempo, o entre hechos y circunstancias, permitiendo una reflexión profunda respecto de los diferentes aspectos del conflicto.

Sirven para observar el punto de vista, actitudes y sentimientos de los demás, y descubrir coaliciones con otras personas directa o indirectamente implicadas en el problema. Pueden servir para realizar clasificaciones, abrir alternativas y reflexionar sobre opiniones mutuas.

A través de las preguntas circulares cada parte puede observar el problema desde distintas perspectivas, lo que tiende a la desafección respecto de las propias posiciones y por tanto a la despolarización del conflicto.

A través de estas preguntas la persona mediadora genera “diferencias”, y lleva a las partes a pensar en otros tiempos o en otras personas, induciendo a las partes a la reflexión. Serán estas nuevas reflexiones las que irán desarticulando las narrativas polarizadas iniciales permitiendo reestructurar su percepción de la realidad. A través de este cambio de narrativas se fomenta un cambio en sus patrones de interacción.

#### *-Tipos de preguntas circulares y ejemplos-*

Para invitar a la reflexión respecto de sentimientos y preocupaciones de la otra parte (por la situación, futuro...)

- ✓ *¿Cómo creéis que se ha sentido ... ante esta situación.?*
- ✓ *¿Qué es lo que crees que le preocupa a .... De esta situación.?*

De inversión de roles entre las partes

- ✓ *¿Cómo te hubieras sentido si en vez de él fueses tú el que...?*
- ✓ *¿Cómo reaccionarías tu si...?; ¿Cómo hubieras actuado tu si...?*

- [www.comoafrontarlosconflictos.com](http://www.comoafrontarlosconflictos.com) -





## Preguntas Circulares

Para invitar a la reflexión respecto sentimientos y actitudes de otros afectados por el conflicto no participantes del proceso (amigos, la clase, otros profesores, las familias, etc...)

- ✓ ¿De qué manera crees que está afectando esta situación a...?
- ✓ ¿Si les preguntásemos a... cuál es la mejor solución, cual creéis que dirían?

Para relacionar pasado con el momento actual: (Permiten por ejemplo reflexionar sobre el coste de actos cometidos en el pasado, momentos en que la relación entre las partes era positiva, etc.).

- ✓ Antes de que surgiera esta situación, ¿cuál era la relación entre vosotros?
- ✓ ¿Cuál sería la situación ahora si al principio de curso hubieseis...?
- ✓ ¿En qué sería diferente la situación ahora si hubieses decidido...?

Para relacionar momento actual con futuro (hipótesis de qué pasaría,...)

- ✓ ¿De qué manera cambiaría vuestra relación si hoy consiguierais...?
- ✓ ¿Qué consecuencias tendría no llegar a un acuerdo....?
- ✓ ¿Qué beneficios podrían obtenerse de...?
- ✓ ¿De qué manera podría afectar esta situación en el futuro si hoy...?

