

# 1 Preparar la tierra

## Educación para desterrar la cultura de guerra y violencia

Siendo la violencia parte del aprendizaje social y cultural que cargan los pueblos, el primer paso para dismantelar la cultura de guerra es modificar la creencia de que la guerra es inevitable. Hay que revisar todas aquellas conductas y conceptos que promueven la legitimación y glorificación de la guerra y que la identifica como única forma de responder ante un conflicto. Las personas que viven dentro de comunidades en conflicto son quienes están llamadas a crear oportunidades para el manejo pacífico de los conflictos, la reconciliación y la transformación.

Cosechar

Preparar  
la tierra

Sembrar

Vigilar

**El primer paso**, tiene que ver con remover lo que se ha endurecido. Hay corazones que han dejado de sentir lo que anteriormente les afectaba. Por eso es tan fácil que ante cualquier conflicto o diferencia la solución sea rápida y tajante, como sabe hacerlo muy bien la violencia. Es algo que se alimenta de lo que ella misma produce, hasta finalmente desencadenar las guerras. Preparar la tierra es arar, es constreñir y dar un revolcón sobre lo acostumbrado, es remover hacia lo profundo con preguntas y con nuevas alternativas. Aquí te mostramos tres caminos para comenzar en este camino.

Abonar

Regar



## Dilema Ético "Decisión filial"

## Objetivo que Cumple

Evidenciar que la toma de decisiones éticas es compleja y que las personas juzgamos y atacamos sin ponernos en el lugar del otro.

## Instrucciones

Elegir un espacio físico libre de sillas y mesas, por lo menos de 6 mts. de largo por 4 mts. de ancho. Puede ser una cancha, patio o salón.

1. Señalar con una cinta de enmascarar o una tiza el punto medio del espacio (dividir el espacio en dos)
2. Explicar al grupo que se les contará una situación en torno a la cual se les hará una serie de preguntas ante las cuales sólo hay dos posibles respuestas. Esa respuesta la deben dar ubicándose en el espacio físico que está dividido por una línea. El lado derecho corresponde a una respuesta y el lado izquierdo corresponde a la otra respuesta según lo indique el facilitador. Entre más alejados se ubiquen de la línea que divide el espacio, será más contundente la posición, entre más cerca de la línea sea su ubicación, menos convencidos están de la respuesta. Las personas que deseen compartir la razón de su respuesta pueden hacerlo pidiendo la palabra y/o el facilitador puede preguntarle a algunos, las razones de su respuesta.
3. Abrir espacio para preguntas y/o verificar si todos han entendido la indicación. Si hay alguna duda, resolverla.
4. Contar la situación de la manera más exacta a esta descripción: Hay un joven que hace poco cumplió 18 años, hijo de una madre cabeza de familia, en él la madre tiene puestas sus esperanzas. Terminó el colegio y sacó buen puntaje en el icfes, pero no puede estudiar. Es el mayor de 4 hermanos, vive en un barrio deprimido de la ciudad, pertenece a una pandilla y es acusado de homicidio, porque algunas personas del barrio vecino, lo señalan de haber sido supuestamente, el que disparó el arma que mató a un tendero en una riña entre pandillas. La policía lo está persiguiendo, ya está a punto de capturarlo

pero él se escabulle entre los techos y llega a su casa donde está su mamá con sus otros hijos. El joven le pide a su madre que lo esconda que él no hizo nada pero que no tiene como probarlo. La policía está golpeando la puerta de la casa.

5. Pregunta: ¿Qué debe hacer la mamá?: entregarlo a la policía o no entregarlo
6. Se le pide a las personas que decidan su respuesta y se ubiquen en el espacio: a la derecha de la línea, los que dicen que la mamá debe entregarlo y a la izquierda, los que dicen que no debe entregarlo.
7. Se invita a que algunas personas justifiquen su respuesta y si no hay voluntarios, el facilitador puede preguntarle a algunos: por ejemplo a los que inicialmente se han ubicado más lejos de la línea en cualquiera de los dos lados o a los que están más cerca de la línea, incluso sobre la línea (lo cual es posible)
8. Decírcle al grupo que si alguien, después de escuchar a sus compañeros, quiere cambiar de posición. Y si alguien cambia de posición, preguntarle por qué se movió de posición. O Por qué no se mueven de su posición.
9. Reflexionar con el grupo las siguientes preguntas: ¿Qué tan difícil es tomar una decisión? ¿Qué factores o variables influyen cuando se toma una decisión? ¿Qué tan fácil o difícil es hacer lo correcto? ¿Una decisión que tomemos puede evitar o suscitar más violencia? ¿Sí o no y por qué?

Evidenciar ante el grupo que lo más difícil en la vida es tomar una serie de decisiones donde el bien y el mal personal y/o colectivo están en juego.

## Público al que va dirigida

Jóvenes mayores de 14 años y adultos.

## Tiempo de Duración

Entre 45 min. Y una hora, dependiendo del número de personas, de las intervenciones y de la capacidad reflexiva del grupo.

## Materiales

Una tiza o cinta de enmascarar.

## Dueño-a de mis emociones

## Objetivo que Cumple

Identificar que la acumulación de rabia es uno de los principales generadores de violencia y descubrir que existen diversas maneras de canalizarla y transformarla para evitar el deseo de venganza.

## Instrucciones

Elegir un espacio físico con sillas y mesas o un patio.

1. **Motivación:** La rabia es una emoción auténtica la cual tengo derecho a experimentar y no tiene valoración moral, no es buena ni mala, simplemente es y surge en mí. Lo que tienen valoración moral (bueno o malo) y tiene consecuencias es lo que yo hago con esa rabia, cómo la actúo y los comportamientos que la acompañan.
2. Las respuestas a las preguntas pueden ser individuales o conversadas en parejas o tríos:
  - **Causas de la rabia:** Preguntarle al grupo y anotar las respuestas en un tablero u hoja: ¿Qué me genera rabia? o ¿En qué momentos me da rabia? ¿Qué o quién me genera rabia?
  - **Vivencia de la rabia:** Preguntarle al grupo y anotar las respuestas en un tablero u hoja: ¿Qué comportamientos acompañan mi rabia? (lloro, grito, me callo, huyo, me escondo, me encierro, nada, me la como, golpeo o tiro cosas, hago mala cara, etc.)
  - **Sensaciones posteriores:** Preguntarle al grupo y anotar las respuestas en un tablero u hoja: ¿Qué siento cuando ya me ha pasado la rabia, pataleta o berrinche? (vergüenza, nada, no me pasa, sigo bravo(a), sigo dándole vueltas en la cabeza, le echo la culpa a otros, reconozco y ofrezco disculpas, etc.)
3. Cuando acumulamos los sentimientos de rabia y no sabemos o no somos capaces de canalizarla, esa rabia se convierte en deseos de venganza que a veces hacemos realidad: me desquito con el otro, lo hago quedar mal, le hago una maldad. Por eso es necesario que yo aprenda que tengo derecho a experimentar rabia y que existen muchas maneras de canalizarla adecuadamente sin hacerme daño y sin hacerle daño a otro-s. Vamos a explicar algunos:
  - **Escribir:** poner por escrito todo aquello que me está generando rabia, los sentimientos hacia los otros, lo que desearía hacer, los derechos que yo tenía (a que me preguntaran antes, a que no me pegaran, etc.)
  - **Dibujar en una hoja** a la persona que me hizo daño, pegar la hoja a una almohada o un colchón y golpear el dibujo (así no me hago daño yo) acompañándolo con palabras que expresen lo que más me molesta.

- Tomar una pelota (de goma, de micro o de futbol) y darle patadas contra una pared, acompañando cada patada con una palabra que exprese mis sentimientos y pensamientos.

4. Vamos a recordar un momento de mucha rabia que hayamos tenido en la última semana o mes. Y vamos a escoger una hoja de papel y esfero. Recordamos, en lo posible revivimos ese momento y todo lo que me generó rabia, y escribo lo que recuerdo del porqué de la rabia, los sentimientos y pensamientos que la acompañaron y si aún me molesta el hecho o situación cuando lo recuerdo. Les damos 10 minutos para que escriban todo lo que se les venga a la cabeza. Luego se les pide a las personas del grupo, que escriban o expresen ¿cómo me siento ahora después de haber sacado y expresado todo lo que me generaba rabia? Lo más probable es que el sentimiento de rabia haya bajado o desaparecido.

5. **Canalizarla y transformarla.** Todos sabemos que no es suficiente expresar la rabia de manera adecuada, pero ayuda mucho y descarga. Ahora debemos transformarla para tomar decisiones y saber actuarla de manera adecuada. Siguiendo con la situación que recordé y escribí en la hoja, respondo estas preguntas:

- ¿En qué cosas el otro tenía o sigue teniendo la razón? ¿En qué cosas yo tenía o sigo teniendo la razón?
- Aún el otro teniendo la razón, no ha debido decirme o hacerme... (Pedirles que escriban qué), porque yo tenía derecho a... (Pedirles que expliquen a qué tenían derecho)
- Aún yo, teniendo la razón, no debía hacer o decir... (qué cosas hice o dije que no debía)
- En medio de toda la situación hay algo positivo que pueda rescatar. ¿Qué?
- ¿Qué he podido aprender de esta experiencia de rabia que tuve?
- ¿Qué puede enseñarme este ejercicio para manejar futuras emociones de rabia?

## Público al que va dirigida

Adultos. Se pueden ajustar las instrucciones y el lenguaje de acuerdo al tamaño del grupo. Se puede hacer con niños mayores de 8 años haciendo cambios o ajustes al lenguaje y a las preguntas. Adicionalmente, se pueden hacer barquitos de papel con la hoja y ponerlos en una corriente de agua, simbolizando el dejar ir las emociones de rabia.

## Tiempo de Duración

Entre 45 min. y una hora, dependiendo del número de personas, de las intervenciones y de la capacidad reflexiva del grupo.

## Materiales

Hojas de papel (bond, cartulina, periódico) tamaño carta u oficio. Tablero o papel papelógrafo. Marcadores para tablero o permanentes. Esferos o lápices.

## Preguntar, no suponer

## Objetivo que Cumple

Evidenciar que muchos conflictos tienen su origen en las suposiciones, que si nos damos la oportunidad de preguntar para verificar y/o de abrir conversaciones oportunas, podemos solucionar dificultades y malos entendidos a tiempo.

## Instrucciones

Disponer de sillas, ubicándolas en círculo, donde todas las personas se vean.

Motivar al grupo invitándolos a conversar sobre las suposiciones ¿Qué es una suposición? (es una conjetura sobre un hecho o situación que una persona saca sin verificar, cuando relaciona varios datos que pueden o no, estar relacionados.) ¿Cuándo suponemos? generalmente suponemos cuando no preguntamos. Ejemplos: el día está soleado y el niño llega del colegio... suponemos que tiene sed y hambre y le servimos el almuerzo. Una mujer ha estado todo el día en la casa porque está desempleada y suponemos que está descansando o en vacaciones.

1. Se le entrega al grupo una pita unida por sus extremos. Se les pide a las personas que se pongan de pie y tomen la pita con sus dos manos.
2. Instrucciones para el grupo: Cada persona debe sujetar la pita con sus dos manos, y no la puede soltar hasta que el facilitador les indique que lo hagan. (Esto requiere que la pita sea suficiente para todos. El largo de la pita depende del número de personas. Se calcula 1 mt. por persona. Se aconseja que se corte y se una cuando ya estén todos los participantes presentes para saber cuántos participan en el ejercicio)

Se le dice al grupo que con la pita deben hacer la figura geométrica que se les indique y soltarla en el piso sin arreglarla. Sólo podrán soltar la pita en el piso al mismo tiempo y cuando ya todos estén de acuerdo que la figura geométrica solicitada está lista. Adicionalmente, se les indica que dos personas del grupo tendrán los ojos vendados (pueden ser elegidas al azar o pedir voluntarios).

La figura a armar es un polígono regular. Se pide que una persona del grupo repita las indicaciones de la actividad. Si es necesario se repiten. No se da límite de tiempo, pero es importante calcular el tiempo.

3. Cuando lleven 10 min. el facilitador debe decirle al grupo que quedan 5 min. (aunque no se les haya dado límite de tiempo inicialmente). Se pregunta durante la actividad 2 ó 3 veces, si ya están listos para soltar la pita. Si durante la actividad alguna persona suelta la pita de una o ambas manos, sin darle explicaciones a ella o al grupo, se le vendan los ojos (es importante tener varias vendas disponibles) si preguntan se les responde con una pregunta ¿Por qué supones que los vendo? o ¿por qué suponen que se los vendé? Y se les pide que no respondan en ese momento.

4. Cuando cumplan los 15 min. de actividad se les dice: acabó el tiempo, deben soltar la pita.

5. Reflexión con el grupo (el facilitador debe tener claro que el objetivo de esta actividad es que las personas identifiquen y comprendan que los conflictos o la imposibilidad de lograr objetivos se debe a que todos suponemos muchas cosas y no verificamos; por lo tanto, las preguntas que se hagan deben estar orientadas al objetivo). Posibles preguntas:

¿Lograron el objetivo? ¿Qué pasó durante el ejercicio? ¿Alguien no sabía que es un polígono regular? ¿Tuvimos en cuenta a las personas que no podían ver? ¿Por qué se le vendaron los ojos a otras personas? ¿Cuándo alguien daba una orientación todos entendíamos o alguien no sabía lo que debía hacer?

6. ¿Qué suposiciones surgieron durante el ejercicio? Es importante tener en cuenta que las suposiciones determinan los comportamientos.

7. Suponemos que no pasa nada si rompo las reglas de juego o infrinjo las normas. Suponemos que al no poner límites de tiempo, podemos quedarnos eternamente haciendo algo. Suponemos que los invidentes nos entienden perfectamente

## Público al que va dirigida

Mayores de 14 años.

## Tiempo de Duración

Entre 45 min. y una hora, dependiendo del número de personas, de las intervenciones y de la capacidad reflexiva del grupo.

## Materiales

Pita suficiente, dependiendo del tamaño del grupo (40 ó 50 mts.) y vendas para los ojos, unas 15.