



Somos más

CONTRA EL ODIO Y EL RADICALISMO, SOMOS MÁS

GUÍA PARA CHICAS Y CHICOS QUE VIAJAN POR LA GALAXIA DEL CIBERESPACIO

6. LA NO VIOLENCIA. CONSTRUYENDO NUEVAS FORMAS DE CONVIVENCIA

Autoras: Luz Martínez Ten y Eva Martínez Ambite

El nombre de Korko quiere decir emisario de paz. Como la gran mayoría de su pueblo tiene un fuerte sentimiento de pertenencia y respeto a su cultura, que se basa en los valores de respeto mutuo y protección. Sin embargo, una secta fanática comenzó una guerra que no tiene fin, y que intenta justificar la interpretación errónea de sus creencias. El clan de Korko, como otros muchos que defienden la paz, y no la guerra, ha sufrido la ira de los radicales, teniendo que buscar refugio en la Alianza.

Korko quiere ser mediador de paz para poder invertir el destino de su pueblo y demostrar que su cultura es civilizada. Combina su visión pacífica con su habilidad para arreglar todo. Tal vez un día pueda poner un parche que arregle las heridas que han dejado la ira y el odio.

OBJETIVOS DE LA MISIÓN

1. Comprender la importancia de la resolución de conflictos de forma pacífica.
2. Contribuir a la toma de conciencia pública sobre el alcance del problema del discurso del odio en las redes sociales, prestando especial atención a su impacto en las personas y los colectivos.
3. Aprender a analizar de forma crítica los mensajes que incitan al odio y la intolerancia.
4. Aprender a gestionar los conflictos desde el respeto.



PARÁMETROS DE LA MISIÓN

Me preocupa Korko. Últimamente le veo muy cabizbajo. Ni siquiera se ríe con los chistes de Rom, que parece su compañero del alma. Se siente culpable y desorientado. Y lo peor ha ocurrido estos días. A los terminales del alumnado, a través del canal de comunicación interno, han llegado mensajes de odio racistas, homófobos y machistas. Lo que ha enrarecido el ambiente creando un estado de alerta. Todo el mundo en la escuela es diferente. Así que todas las alumnas y alumnos se han sentido aludidos. Nunca nos ha ocurrido que tuviéramos que abrir un expediente por mala conducta, y menos echar a una alumna o alumno. Pero esta vez, el problema es tan serio que hemos abierto una investigación. Y mucho me temo que tendremos que tomar medidas radicales. Para animar un poco el ambiente he invitado al profesor Axlos Rauff para que les hable sobre la importancia de la mediación en las redes sociales y la resolución de los conflictos de forma pacífica. Como mediador de paz, viaja por toda la constelación de Internet con el objetivo de lograr un compromiso contra los delitos de odio el radicalismo.

DIRECCIÓN DE LA MISIÓN

Axlon Rauff, reconocido por su capacidad de mediación, habla 635 idiomas con sus dialectos y es un gran traductor de las costumbres y valores de los distintos habitantes del espacio exterior. Su carácter tranquilo no deja indiferente por su capacidad dialéctica, sentido de la justicia y determinación. Vivió la tragedia de una guerra cuando era muy pequeño, lo que le marcó el sueño de lograr un entendimiento universal.

Afirma que no hay mayor cobardía que esconderse en el anonimato para hacer daño. Ni mayor indignidad que hacer daño desde la intolerancia.

IDEAS PARA REFLEXIONAR

—Director Berhan. Los últimos días han sido muy tensos, y entiendo que os encontréis mal. Pero quiero subrayar que daremos con el autor o autora de los mensajes y tomaremos las medidas oportunas. Y quiero pedirle especialmente disculpas a Korko. Ya sé que pensamos que tiene que ser un simpatizante de los karkum que se haya radicalizado, pero Korko no tiene la culpa. Y esto lo quiero dejar claro. Por favor, protejan a su compañero. Demuestren que en los momentos malos estamos unidos.

Korko bajó la mirada hacia el suelo, mientras Polar le ponía el brazo sobre su corpacho y le daba golpecitos.

Raxa se acercó y le susurró: —No te preocupes, nadie te va a acusar de algo que no has hecho.

El resto del grupo comenzó a aplaudir.

—Bien, bien —dijo alzando la voz el director Belmor—. Ahora quiero presentarles a un invitado muy especial: al mediador Axlon Rauff, especialista en comunicación. Dada la importancia de esta clase, y más teniendo en cuenta los últimos acontecimientos, la misión va a ser transmitida a todas las aulas de la escuela.

—Buenos días —comenzó Axlon Rauff—. En primer lugar, agradezco la invitación de la escuela. Voy a intentar transmitir mi experiencia en mi planeta y el curso que ofrecí recientemente a los y las jóvenes terrestres sobre radicalismo y discursos de odio en las redes.

Cuando comenzaron a radicalizarse las posiciones en mi planeta no fuimos conscientes del daño que podían producir. Muchos de los habitantes pensaron que el hecho de no hacer nada les mantendría lejos del conflicto. Pero la realidad fue muy diferente, los karkum aumentaron sus mensajes de odio en las líneas de comunicación logrando cada vez más adeptos. Y aunque sus argumentos se basaban en estereotipos y en prejuicios infundados, el conflicto se convirtió en un gran monstruo que no pudimos controlar. Cuando mi mundo quedó destruido, tuvimos que huir. Yo me fui solo, no me quedaba nadie. Y me prometí que enseñaría a las nuevas generaciones a dialogar y resolver los conflictos de forma pacífica. En estos años, como mediador de paz he podido comprobar, que para frenar situaciones como las que vivió mi pueblo es fundamental educar para la paz.

Para la juventud de la Tierra, Internet se ha convertido en un nuevo continente con sus propias vías de comunicación y contacto. Al igual que en el espacio presencial, en el ciberespacio se producen discrepancias de opinión y conflictos. Lo que hoy sabemos, es que el discurso del odio no debe ser nunca una opción ante el rechazo o la oposición, menos ante las diferencias. Nuestra misión es proteger la dignidad humana en Internet y reivindicar la Red como espacio de Derechos Humanos.

¿Quiere decir esto que no podemos discrepar o que debemos evitar como sea los conflictos? No. Los conflictos existen y es necesario aceptar que son inevitables, de la misma forma que tenemos que tener capacidad para aceptar la frustración. Pero de la inevitabilidad del conflicto no debe derivarse violencia. Tampoco deberían generarse enfrentamientos irreconciliables. En un mundo caracterizado por la diversidad, hay que aceptar que puede haber distintos puntos de vista sobre la realidad¹⁶. Y más en las redes sociales, donde vamos a encontrarnos con diferentes opiniones y posiciones con las que deberemos dialogar, siempre considerando a la otra persona como "igual". Porque el discurso del odio alimenta la superioridad de determinados grupos sobre otros, basándose en estereotipos o prejuicios que denigran la dignidad de las personas.

Contrariamente a lo que piensan los radicales, la fuerza no está en la confrontación y en el desprecio, sino en la capacidad de dialogar y negociar. Esta es una de las lecciones más importantes que he aprendido en estos años. La seguridad de una persona no reside en el hecho de imponerse, sino que se encuentra en el desarrollo de sus capacidades cognitivas y emocionales. No es más fuerte quien ejerce el poder sin pensar en el otro, sino quien es capaz de dialogar poniéndose en el lugar de la otra persona. Y es en la escucha donde crecemos.

Si somos capaces de percibir nuestras emociones, y como decía una amiga mía "poner razones a las emociones", habremos logrado una parte muy importante de nuestro crecimiento personal. Si antes de emitir o reenviar un mensaje, nos paramos por un segundo a intentar sentir lo que van a ocasionar las palabras, habremos deshecho una parte muy importante de la cadena del odio. Si leemos de forma crítica los discursos llenos de ira y desprecio que emiten los radicales y los que promueven el odio, habremos desarmado el núcleo duro del desprecio en las redes.

¹⁶ Rafael Bisquerra Alzina, Psicopedagogía de las emociones (Educar, instruir) (Spanish Edition), Síntesis, Edición de Kindle, p. 218.

PREGUNTAS PARA PENSAR

La primera en romper el hielo fue Yina.

—Yina.

Usted afirma que el discurso del odio es muy dañino en las redes, ¿puede explicarme por qué?

—Axlon Rauff.

- Sí, y lo haré con seis razones que creo que son muy clarificadoras¹⁷:
- Las redes tienen una característica maravillosa: la comunicación es masiva y descentralizada. Pero por desgracia, no siempre se utilizan de forma correcta.
 - Las redes tienen un enorme potencial multiplicador.
 - Los contenidos permanecen indefinidamente si no son borrados.
 - Los contenidos pueden saltar de una plataforma otra.
 - Son un medio de comunicación "sin fronteras".
 - La sensación de "virtualidad" puede deshinibir.

—Raxa.

Cuando leo mensajes sobre personas que han inmigrado me siento fatal, mis padres emigraron hace muchos años. Pero no encuentro palabras para explicar lo que me produce este tipo de discursos.

—Axlon Rauff.

Gracias por hablar de ti, Raxa. El discurso del odio tiene consecuencias muy dolorosas para las personas que lo reciben. Los discursos del odio provocan daños emocionales y psicológicos como la sensación de no tener derechos, ser inferior o el peligro de estar expuestos y acosados, a la ira o ser perseguidos. Es terrible la sensación de que tu dignidad puede ser pisoteada por alguien que no

te conoce en absoluto y que ha creado un juicio de valor basándose en ideas preconcebidas.

—Raxa.

Pero si piensas que no se refieren a ti...

—Axlon Rauff.

Raxa, esto no va a ayudar porque si miras para otro lado, estarás contribuyendo a que se perpetúen los estereotipos de discriminación que deshumanizan y estigmatizan a muchas personas. Parar los delitos del odio es una responsabilidad democrática.

—Yim.

A mí me duele especialmente cuando leo mensajes contra la homosexualidad porque no entiendo qué daño les estoy haciendo. Mi forma de amar no debería molestarles.

Polar se volvió sorprendido hacia Yim, nunca había pensado que su amigo era homosexual, pensó que debían hablar más de afectos y cosas así... se rascó la oreja mientras pensaba que los chicos no suelen tener conversaciones de este tipo, y tal vez fuera positivo sincerarse...

—Axlon Rauff.

Recuerda lo que dice el primer artículo de la Declaración de Derechos Humanos: "Todas las personas nacen libres e iguales en dignidad y derechos". Y la Alianza lo recoge afirmando que todos los seres son libres e iguales en dignidad y derechos. Y yo añadiría, todas las personas somos diferentes e iguales a la vez. Sin embargo, los autores del discurso del odio se creen superiores porque pueden insultar a personas o colectivos. Una medida fundamental para pararles es educar en el respeto y la tolerancia. Yim nunca te escondas, ni niegues quién eres o lo que sientes.

¹⁷ www.scoop.it/.../controlate-en-las-redes-informe-del-discurso-del-odio-en-las-redes-s

—Polar.

¿Pero solo se dirigen a las personas con distinta orientación o identidad sexual?

—Axlon Rauff.

No. A través de los mensajes ofensivos e hirientes que pueden incitar a la violencia, se dirigen a personas o grupos por motivos de su pertenencia a un colectivo étnico o “racial”, género, nacionalidad, religión, orientación sexual, identidad de género, edad, distintas capacidades, lengua, opiniones políticas o morales, estatus socioeconómico, ocupación o apariencia (como el peso, el color de pelo), capacidades y cualquier otro elemento de consideración. Es decir, todas las personas podemos ser objetivo del discurso del odio.

—Amaal.

El curso pasado una amiga mía sufrió mucho por mensajes que le enviaban a su cuenta privada. Además la insultaban públicamente por su aspecto. Le hizo tanto daño que se cambió de ciudad. Pero los mensajes no pararon...

—Axlon Rauff.

Es una historia muy triste, Amaal. Piensa que detrás de los discursos del odio suele haber grupos radicales, pero también hay mensajes que emiten personas de nuestro entorno que pueden hacer muchísimo daño. En este, como en tantos casos es muy importante que nos revelemos contra la injusticia y nos coloquemos junto a la persona que recibe el daño.

—Amaal.

Entonces si en lugar de emitir mensajes de odio pudiéramos resolver los conflictos, todo sería mejor.

—Axlon Rauff.

Así es, aunque no siempre hay una correlación directa entre discurso de odio y conflicto. Muchas veces detrás de los mensajes hay una actitud de intolerancia. Hay grupos que odian a ciertos colectivos sin haber conocido a ninguno de sus miembros o que extienden a todos los colectivos ideas preconcebidas que no tienen nada que ver con la realidad. Por lo que no ha existido un conflicto que haya provocado un problema específico, sino que utilizan el discurso para encauzar sus frustraciones o incapacidad para encontrar una salida a sus problemas. Es así de triste.

Pero hay algo en lo que me ha hecho pensar tu pregunta. Y es cómo encaramos el discurso del odio. Carolin Emcke, en su libro *Contra el odio*¹⁸ nos explica: “El odio solo se combate rechazando su invitación al contagio. Quien pretenda hacerle frente con más odio ya se ha dejado manipular, aproximándose a eso en lo que quienes odian quieren que nos convirtamos... Bastaría con que quienes apoyan y aplauden los actos de odio dudasen de sí mismos. Bastaría con que quienes lo incuban, imponiendo sus patrones de pensamiento y su tipo de mirada, se viesan desprovistos de la ingenuidad imprudente y del cinismo que los caracteriza. Bastaría con que quienes muestran un compromiso pacífico y discreto ya no tuvieran que justificarse, y sí debieran hacerlo quienes los desprecian”.

—Yina.

¿Pero cómo podemos hacer para no contestar desde la rabia? Me siento impotente cuando no puedo reaccionar ante un insulto en las redes...

—Axlon Rauff.

Te comprendo perfectamente. No se trata de ser pasivos, sino de resolver el conflicto que te provocan de forma no violenta. Piensa que lo que quieren los radicales es provocarte una emoción de inferioridad e indefensión. Lo normal es que en un primer momento sientas ira y rabia porque te están diciendo “Yo soy más que tú” y en

¹⁸Carolin Emcke, *Contra el odio: un alegato en defensa de la pluralidad de pensamiento, la tolerancia y la libertad* (Spanish Edition), Penguin Random House, Grupo Editorial España. Edición de Kindle.

muchos casos, después del enfado aparecen emociones de rechazo, culpa o vergüenza. Al final provocan que el conflicto sea tuyo porque han conseguido atraparte en su discurso, colocándote en una situación de indefensión. ¿Cómo podemos reaccionar? Básicamente de tres formas:

- Pasiva. Evitando el conflicto. Con lo que te sentirás mal porque no has hecho respetar tus derechos o los de otras personas.
- Agresiva. Respondiendo con hostilidad y, por lo tanto, formando parte de lo que queremos evitar.
- Y, por último, de forma asertiva. Con autoconfianza. Reconociendo tus sentimientos y tus ideas. Sin dejar que te hagan dudar sobre tu dignidad y valor como ser humano. Y creando redes de solidaridad para defender a otras personas de los ataques que puedan producirse en la Red.

—Korko.

Pero entonces, ¿los conflictos no son buenos?

—Axlon Rauff.

Pueden ser buenos o malos. Depende de la capacidad para resolverlos. Piensa que la existencia del conflicto es prueba de la diversidad de posibilidades del ser humano y, por lo tanto, generador de cambio personal y social. Pero para que un conflicto sea una oportunidad objetiva posible, hay que buscar las soluciones de forma conjunta, analizar sus implicaciones para las personas y ver cómo evoluciona¹⁹.

Lo que sí te puedo asegurar, es que los conflictos hay afrontarlos desde el diálogo, analizar las causas y las maneras de actuar y tratar de ponernos en la piel de los demás. También es preciso que no confundamos agresividad con violencia. La agresividad forma parte del comportamiento humano. No es negativa en sí, sino necesaria para la autoafirmación física y psíquica del individuo. Sin embargo, si la agresividad es inevitable, la violencia no lo es²⁰.

SABÍAS QUE...

Axlon Rauff como experto en mediación quiere recordar algunos datos e ideas importantes al grupo de estudiantes que han acudido a su clase...

El discurso del odio puede tener dos objetivos. Por una parte, intentar la dignidad de una persona concreta, a través del insulto, la difamación o la humillación. Por otra, instigar a “otros” que lean sus manifestaciones para que se hagan partícipes de la difusión de las ideas de odio. Combinando estas dos acciones, la que insulta y la que instiga, consiguen aumentar la discriminación, construyendo una realidad donde impera la intolerancia²¹.

Según el informe “Prevenir, reparar e inhibir el discurso del odio en los medios digitales” (PRISM), la consecuencia más grave que pueden tener los mensajes de odio en las redes sociales es que las víctimas consideren que las descalificaciones son algo normal.

De acuerdo con el Conapred, a diario se difunden en las redes sociales entre 15.000

y 20.000 mensajes de odio por razones de género, racismo y orientación sexual.

A raíz de una serie de entrevistas con 150 usuarios jóvenes y profesionales de la justicia, educación y fuerzas de seguridad de distintos países europeos, entre ellos, España, el PRISM concluye que la pasividad es la respuesta más común entre las víctimas de los discursos de odio en Internet. Pasividad, aclaran, que puede deberse a tener una actitud permisiva con respecto a los contenidos que se difunden o al miedo ante las posibles reacciones que pueden surgir cuando se responde a estos comentarios a base de respeto.

El discurso de reconocimiento de la otredad, en el desprecio hacia la diferencia, donde se genera odio es un fenómeno que se esconde detrás del anonimato, la impunidad o la mala comprensión de la sensación de libertad de expresión.

En medio de la crisis más grande de los derechos civiles en la historia de Estados Unidos,

Martin Luther King, Jr. pronunció, el 28 de agosto de 1963, un discurso memorable.

A los pies del monumento a Abraham Lincoln en Washington, DC, ante más de 200.000 personas, sentenció: “Debemos evitar cometer actos injustos en el proceso de obtener el lugar que por derecho nos corresponde. No busquemos satisfacer nuestra sed de libertad bebiendo de la copa de la amargura y el odio”.

Nelson Mandela, Premio Nobel de la Paz, combatió el apartheid en Sudáfrica luchando contra el racismo, la pobreza y la desigualdad social. De su gran obra rescatamos tres frases que nos hablan de la resolución pacífica de conflictos: “Aprendí que el coraje no era la ausencia de miedo, sino el triunfo sobre él. El valiente no es quien no siente miedo, sino aquel que conquista ese miedo. Nadie nace odiando a otra persona por el color de su piel, o su origen, o su religión”.

²¹ Marco Aurelio Moura, El Discurso del Odio en Redes Sociales (Posición en Kindle129-131). Lura Editorial.

CONCEPTOS IMPORTANTES

Me gustaría que en esta clase no olvidáramos algunos conceptos importantes.

Discurso del odio.

Es aquel discurso, palabras, gestos o conductas que atacan a una persona o grupo por motivo de racismo, xenofobia o de cualquier otra manifestación de intolerancia. Pretende degradar, intimidar, menospreciar, promover prejuicios, humillar, discriminar, realizar hostilidad o incitar a la violencia contra personas por motivos de su pertenencia a un colectivo étnico o "racial", género, nacionalidad, religión, orientación sexual, identidad de género, edad, discapacidad, lengua, opiniones políticas o morales, estatus socioeconómico, ocupación o apariencia (como el peso, el color de pelo), capacidad mental y cualquier otro elemento de consideración. El concepto se refiere al discurso difundido de manera oral, escrita, en soporte visual, en los medios de comunicación, Internet u otros medios de difusión social²².

Violencia.

Es una agresión física contra la integridad de una persona o varias. Los efectos pueden variar desde el dolor (físico o emocional) hasta la muerte. De la agresividad humana no tiene por qué derivarse violencia. Para ello se requiere autocontrol y regulación emocional. Entre los factores de riesgo de la violencia destacan la impulsividad, la falta de empatía, el locus de control externo, la implicación en comportamientos de riesgo, el consumo de drogas, sufrir agresiones físicas, la incapacidad para regular la ira, etc. Estos factores son susceptibles de intervención, de tal forma que, a través de procesos educativos, se pueden desarrollar competencias que los reconviertan en factores protectores.

Paz.

Es un espacio de encuentro y un tiempo de relaciones humanas. Ni es solo ausencia de guerra, ni significa ausencia de conflictos. Convivir en tolerancia y armonía puede suponer un conflicto continuo, pero es positivo en el sentido de que es una derrota continuada de la violencia. Las relaciones humanas son siempre conflictivas y la superación pacífica y positiva de estas situaciones es precisamente la forma de convivencia armónica de las distintas culturas, pueblos, religiones, sexos, razas y demás diferencias que puedan servir de excusa para la división, el antagonismo, el odio o la incompreensión²³.

Trolls.

Buscan notoriedad a base de incordiar y, por lo general, no suelen ser demasiado peligrosos. Se ocultan con perfiles falsos y pueden resultar fáciles de detectar. Su modus operandi consiste en comentar en foros, blogs y redes sociales con la intención de generar polémica y buscar la confrontación.

Haters.

Pueden llevar el odio online al entorno offline. Hay distintos perfiles, desde el meticuloso que espera a que cometas un error para destacarlo, hasta el que responde con malas palabras e insultos pasando por el incongruente que escribe comentarios sin seguir ningún tipo de lógica.

²²<http://www.mecd.gob.es/educacion-mecd/ca/dms/mecd/educacion-mecd/mc/convivencia-escolar/recursos/publicaciones/Mat-Did-n-4-Inmigraci-n.pdf>

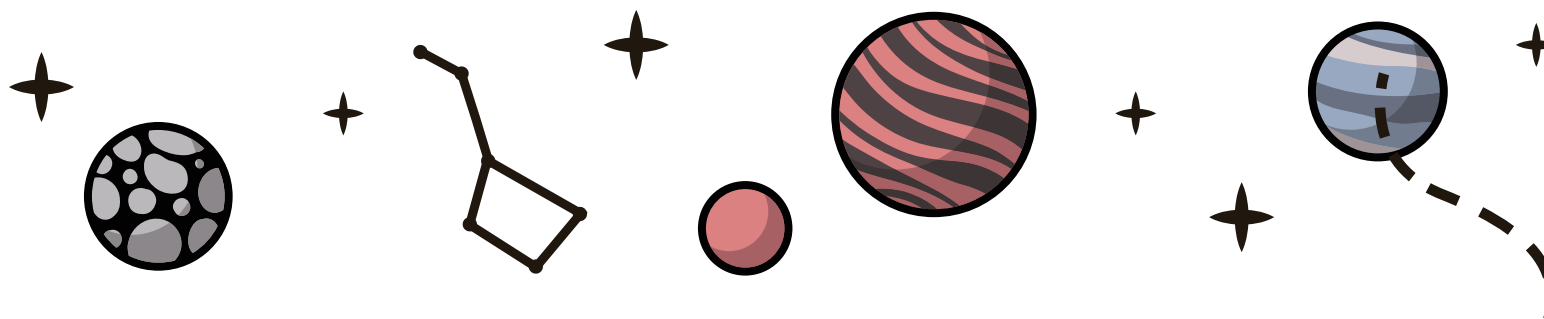
²³<http://www.cnice.mecd.es/recursos/secundaria/transversales/paz1.htm>



¿CUÁLES SON TUS PREGUNTAS?

- ¿De qué nos quieren convencer los que emiten el discurso del odio?
- ¿Quién se esconde tras el discurso del odio?
- ¿Pueden los mensajes convencer a una multitud o un número hipotéticamente ilimitado de personas a sentir odio?
- ¿Qué conflicto fundamenta el odio?
- ¿Qué responsabilidad tenemos en los mensajes de odio en las redes?
- Si aprendemos a resolver conflictos de forma pacífica, ¿podremos evitar el discurso del odio?
- ¿Cómo contestar a quien difunde discursos del odio sin crear más agresividad?
- ¿A qué personas y colectivos daña el discurso del odio?
- ¿El discurso del odio en las redes se traslada al espacio presencial?
- ¿Qué papel tiene la educación en la construcción de relaciones de paz?

Y SI INTERNET FUERA UNA GALAXIA DE PLANETAS ...



VALORES A TRABAJAR

PROTECCIÓN DE LOS DEMÁS. LA PAZ.

NO VIOLENCIA

RESPONSABILIDAD

IGUALDAD Y NO DISCRIMINACIÓN

COMPROMISO EN LAS INSTITUCIONES

La circulación en las redes de comunicación es la base de la comunicación interplanetaria. Miles de vips circulan por las redes desde todos los puntos de la galaxia, haciendo que el conocimiento se extienda y la información conecte a seres en puntos alejados por millones de kilómetros. Significa un potencial enorme para favorecer el conocimiento mutuo y el aprendizaje en la diversidad.

Sin embargo, hay quénes hacen del discurso del odio una forma de irrumpir en las redes. La Confederación se plantea crear mecanismos para frenar este tipo de mensajes y garantizar la convivencia pacífica, para evitar el daño que están sufriendo no solo seres a nivel individual sino a grupos y mundos de las distintas galaxias.

¿Qué tipo de medidas deben adoptar?

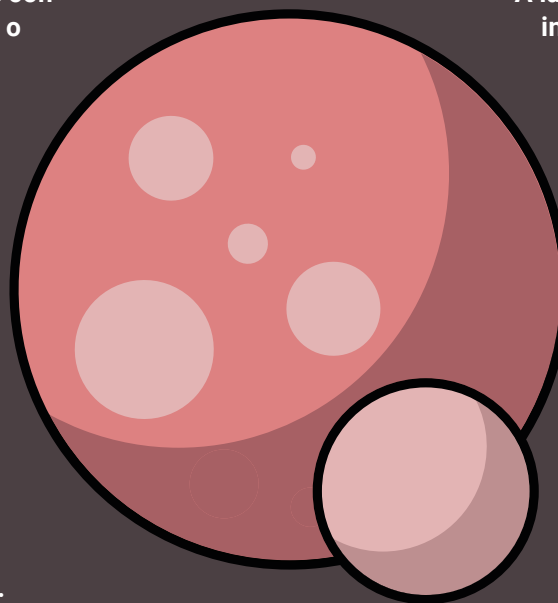
¿Cómo ayudar a generar una conciencia del cuidado entre todos?

RECUERDA QUE...

- El conflicto es inevitable y existen indicadores de conflicto que pueden ser reconocidos en las personas o en los grupos. Pero también es cierto que existen estrategias disponibles para la resolución de conflictos y está comprobado que funcionan. Aunque el conflicto es inevitable, puede ser minimizado, recanalizado y/o resuelto.

- La existencia del conflicto es prueba de la diversidad de posibilidades del ser humano y, por lo tanto, generador de cambio personal y social.

- Es preciso insistir en que en los delitos de odio, las víctimas son intencionalmente seleccionadas al portar una característica específica. Característica que no pueden (ejemplo: ser negro) o no quieren (ejemplo: su religión) modificar.



- A las víctimas se les inflige un daño físico y emocional incalculable; además se atemoriza a todo el colectivo y se amenaza la seguridad de toda la ciudadanía.

- Un delito de odio no solo afecta directamente a la víctima, sino también a su familia, sus amigos, su colectivo de pertenencia, su realidad asociada como a las entidades que los apoyan y a toda la sociedad democrática que ve degradada la convivencia generando graves riesgos futuros para la paz²⁴.

- Tenemos la responsabilidad de sensibilizar, educar y movilizar a todos nuestros contactos para crear otros consensos que protejan la dignidad humana y que reivindiquen tanto su territorio físico como la Red como espacio de Derechos Humanos.

²⁴<http://www.cnice.mecd.es/recursos/secundaria/transversales/paz1.htm>

PARA SEGUIR REFLEXIONANDO EN GRUPO. CUADERNO DE BITÁCORA

ACTIVIDAD 1

Palabras y diccionario

ORIENTACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Las palabras ponen sentido a lo que sentimos, vivimos y pensamos. La convivencia entre seres de distintos planetas nos plantea el reto de traducir los conceptos para que podamos comprenderlos y compartir su significado.

Objetivo.

Comprender el significado de conceptos que nombran las emociones y las relaciones que establecemos.

Metodología. Grupal.

Tiempo. Una hora.

Materiales. Cartulinas, rotuladores, fotocopias con los términos elegidos.

Desarrollo de la actividad.

1. Se explica que se va a trabajar con los distintos significados de palabras muy usuales.
2. Se organizan los grupos de seis o siete participantes. Cada grupo procederá de un planeta diferente. Elegiremos los nombres y las características del planeta. Incluimos la Tierra.
3. Se reparte el listado de palabras, cartulinas y rotuladores.
4. Se deja tiempo para que el grupo decida los significados que va a recoger.

Instrucciones para el grupo.

- 1) Tenéis que trabajar con estas palabras.
- 2) En la primera columna colocáis la palabra, en la segunda su significado y en la tercera la valoración positiva o negativa. No podéis recoger las dos valoraciones.
- 3) Si no llegáis a un acuerdo, podéis elegir cada uno una palabra y dar vuestra valoración explicando por qué.
- 4) Un/a portavoz del grupo explicará al resto de la clase el proceso y las conclusiones comparando el significado de los diferentes términos.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	VALORACIÓN
Paz		
Conflicto		
...		

Listado de palabras:

Paz, conflicto, odio, discurso del odio, conciliación, rabia, agresión, perdón, radicalismo, acoso, encuentro, cooperación, solidaridad, violencia, agresión, rencor, amistad, ayuda, apoyo, empatía, enfrentamiento, colaboración.

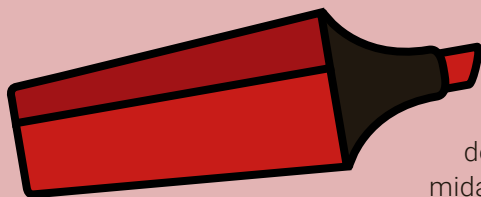
Preguntas para la reflexión.

¿La agresividad es una palabra negativa? ¿Y la violencia? ¿Qué diferencia hay entre estas dos palabras? ¿El conflicto puede aportarnos algo positivo? ¿En qué situaciones? ¿Qué entendernos por radicalismo? ¿Es lo mismo el radicalismo que ser radical? ¿Es posible la convivencia desde el enfrentamiento? ¿Para colaborar es necesaria la empatía? ¿Para reconocer a los otros/as es necesaria la empatía?

ACTIVIDAD 2

Dentro y fuera

ORIENTACIÓN DE LA ACTIVIDAD



El “**discurso de odio**” es aquel discurso, palabras, gestos o conductas que atacan a una persona o grupos por motivo de racismo, xenofobia o de cualquier otra manifestación de intolerancia. Pretende degradar, intimidar, menospreciar, promover prejuicios,

humillar, discriminar, realizar hostilidad o incitar a la

violencia contra personas. El concepto se refiere al discurso difundido de manera oral, escrita, en soporte visual, en los medios de comunicación, Internet u otros medios de difusión social.

En el centro de la galaxia conviven seres procedentes de Plutonio, Marte, Venus y originarios de la estrella Keer desde hace ciento veinte años. Los terráneos son una minoría que sigue siendo considerada extraña porque fueron los últimos en llegar, lo que provoca cierto rechazo por una parte radicalizada de los colonos que intentan excluirlos con discursos racistas.

Objetivos.

- **Reconocer e identificar el fenómeno de la exclusión que provocan los discursos del odio.**
- **Sentir el aislamiento, la soledad y la sensación de estar excluido del grupo.**
- **Comprender el daño de los estereotipos que provocan los discursos de odio.**

Metodología. Grupal.

Tiempo. Treinta minutos.

Material. Ninguno en especial.

Desarrollo de la actividad.

1. Se explica a la clase por qué se llama “minoría” a un determinado colectivo. Y que los terráneos son el grupo minoritario.
2. Se explica cómo se va a proceder durante la actividad: los colectivos mayoritarios formarán el círculo y los terráneos serán el grupo excluido.
3. Se nombran personas observadoras que recojan las reacciones del grupo y de la persona “excluida”.
4. Se produce el debate.
5. Si se considera oportuno, se ponen en común los comentarios de quienes hayan actuado de observadores.

Instrucciones para el grupo.

- 1) La mayoría del grupo se coloca en el centro de la sala, mirando hacia dentro y entrelazando sus brazos con fuerza.
- 2) Los terráneos (un total de tres participantes) intentarán penetrar en el círculo de los otros como sea, mientras que los del círculo intentan que no lo logren. La persona excluida debe emplear todos los elementos persuasivos (diálogo, fuerza) para hacerse un lugar en el círculo y convertirse en un miembro más.
- 3) Se realiza un debate en el que expresen lo que han sentido al formar parte del grupo mayoritario y al sentirse excluidos²⁵.

Preguntas para la reflexión.

¿Cómo os habéis sentido?
¿Cuándo usáis la palabra “minoría”? ¿Y colectivo?
¿Os parece bueno o malo formar parte de un colectivo? ¿Por qué?
Y formar parte de la mayoría, ¿qué os parece?
¿Qué efectos producen los discursos del odio en los colectivos?
¿Cómo se pueden frenar los discursos de odio?

²⁵Silvino José Fritzen, Ejercicios prácticos. Salterae. Santander, 1998.



ACTIVIDAD 3

Conflictos y emociones

Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno. Hay una interacción entre conflicto y emoción. Los conflictos generan

emociones que pueden agravarlos. Las emociones pueden generar conflictos de difícil solución. El clima emocional puede

facilitar o dificultar (incluso imposibilitar) la solución de un conflicto, por eso es tan importante aprender a manejar las emociones negativas. La regulación emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Tomando conciencia entre lo que sentimos (emoción), lo que pensamos (cognición) y cómo actuamos (comportamiento.) Si aprendemos a regular nuestras emociones tendremos más garantías de resolver de forma positiva los conflictos.

Objetivos.

- **Tomar conciencia de nuestras emociones.**
- **Comprender cómo las emociones interfieren en la resolución de conflictos.**
- **Aprender a pensar antes de emitir un mensaje.**
- **Comprender las consecuencias de nuestras respuestas en los demás.**

Metodología. Grupal.

Tiempo. Treinta minutos.

Material. Ninguno en especial.

Desarrollo de la actividad.

1. Se pide al grupo que se siente en círculo.
2. Se explica que las emociones son como un virus que se transmite en la vida real y en la virtual. Vamos a realizar un circuito por el que tiene que pasar el mensaje y la emoción. En círculo formaremos una red de transmisión interespecial que debe llegar del planeta Marte a la Tierra. Y será transmitido por cada persona del círculo, repitiendo la frase y acompañado del estado de ánimo que ha percibido.
3. Pedimos a A del planeta Marte que envíe un mensaje a B de la Tierra. Y a B que conteste a A (inicio y final del círculo).

—**Primer mensaje. Emite A.** Necesitamos ayuda. Estamos sufriendo una catástrofe terrible. (Estado de ánimo alarmado).

—**Emite B.** No se preocupe iremos a la mayor brevedad posible. (Estado de ánimo pasivo).

—**Segundo mensaje. Emite A.** No nos queda prácticamente oxígeno para sobrevivir. (Estado de ánimo de pánico).

—**Emite B.** No tenemos capacidad de actuación hasta que no nos den permiso de auxilio. (Estado de ánimo furioso).

—**Tercer mensaje. Emite A.** Se lo suplicamos. (Estado de ánimo de derrota).

—**Emite B.** Estoy haciendo lo posible. (Estado de ánimo enfadado).

—**Cuarto mensaje. Emite A.** Necesitamos ayuda. Estamos sufriendo una catástrofe terrible. (Estado de ánimo alarmado).

—**Emite B.** No se preocupe iremos a la mayor brevedad posible... (Estado de ánimo compasivo).

Preguntas para la reflexión.

¿Cómo os habéis sentido?

¿Qué efecto os produce el mensaje cuando la emoción no está acorde?

¿Cómo se ha sentido A? ¿Cómo se ha sentido B?

ACTIVIDAD 4

Conflictos y soluciones

ORIENTACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Hablar de que los conflictos son inevitables y necesarios. El objetivo no es eliminarlos o evitarlos sistemáticamente, sino saber encauzarlos. Hay que aclarar que tampoco hay que buscarlos, ni crear ocasiones en que se den. Lo importante es saber que para que haya crecimiento y maduración de las personas y grupos son necesarios los conflictos. Por ello hay que verlos

de forma positiva, como ocasión de toma de conciencia y cambio a mejor. El objetivo es resolver los conflictos obteniendo mejoras para cada una de las partes. Pero esto no siempre es posible, ya que hay conflictos que no tienen solución inmediata. En este caso, el objetivo no es la resolución, sino la regulación, que permite vivirlos de forma lo más constructiva posible.



Objetivos.

- Tomar conciencia de que la resolución de conflictos requiere la colaboración de todas las partes.
- Aprender a convivir respetando la diversidad.
- Empalmar con las necesidades de los demás.

Metodología. Grupal.

Tiempo. Cincuenta minutos.

Material. 10 canicas rojas/10 azules/10 verdes/10 naranjas/10 moradas.

Desarrollo de la actividad.

1. Nos dividimos en grupos. Cada grupo representara a los seres de un planeta.

Marte. Se comunican con gestos. No emiten sonidos.

Venus. No pueden ver. Se guían por el tacto.

Plutón. No oye. Ni habla.

2. La comunicación entre los seres de cada planeta, así como la comunicación grupal debe responder a las reglas del juego.

3. Cada planeta tiene que lograr obtener las cinco canicas de colores expresándose con sus características. Pero tienen que obtener las canicas de todos y todas las integrantes del planeta para ganar. Recordar que no hay canicas para todos los planetas.

Preguntas para la reflexión.

¿Cómo habéis actuado para intentar ganar?

¿Cómo ha sido la comunicación?

¿Cómo os habéis sentido?

¿Ha habido conflictos en cada planeta?

¿Cómo reguláis la frustración?

¿Hay una forma para que todo el mundo gane?

Somos más

CONTRA EL ODIO Y EL RADICALISMO, SOMOS MÁS

GUÍA PARA CHICAS Y CHICOS QUE VIAJAN POR LA GALAXIA DEL CIBERESPACIO

Autoras. Luz Martínez Ten y Eva Martínez Ambite

