

Manual de métodos

Para las personas de la escuela y de la educación extracurricular, los jóvenes y el trabajo social, así como para los funcionarios del sistema penal juvenil abierto y cerrado.

Prevención de la violencia

fomentando la competencia social y emocional de los jóvenes



International Institute for Nonviolent Action

una publicación de



CRÉDITOS

EDITORES:

Elisabeth Nagy, Carolina Lebesmühlbacher,
Jennifer Rieder, Johannes Raher

TRADUCTORES:

ITAL: Andrea Antonelli
ENG: Elaine Christina Chen
ESP: Armando Galindo

AÑO Y LUGAR DE PUBLICACIÓN: 2019

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN: Armando Galindo

IMPRESIÓN: druck.at

RIZOMA CONTRA LA POLARIZACIÓN

Rizoma contra la polarización tiene como objetivo prevenir la polarización social y la radicalización violenta en Europa, especialmente en España, Italia y Austria, a través de un enfoque basado en los derechos humanos y la comunidad y el fortalecimiento de la sociedad civil. El rizoma contra la polarización, cuyo nombre es para recordar los plexos radiculares de las plantas, ampliamente ramificados y estabilizadores, se considera una buena base contra el extremismo violento. Los prejuicios y definiciones actuales de „extremismo violento“ se ponen en tela de juicio al considerar todas las formas de extremismo y evitar el riesgo de estigmatizar a un colectivo en particular.



This handbook is funded by the “Internal Security Fund – Police” of the European Union. This publication reflects the views only of the author, and the European Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained.



International Institute
for Nonviolent Action



Índice



1.	Descripción del proyecto	4
	1.1. Manual para la prevención de la violencia	4
2.	Introducción al trabajo de prevención	5
	2.1. Enfoques preventivos	5
	2.2. Principios para el trabajo de prevención	6
	2.3 Doce consejos prácticos para el trabajo de prevención	7
3.	Definiciones	8
	3.1. Violencia	8
	3.2. Polarización	10
	3.3. Radicalismo vs. extremismo	12
	3.4. Extremismo violento	13
	3.5. Causas del extremismo violento	16
4.	Prevención de la violencia mediante la promoción de la competencia social y emocional	19
	4.1. Ejercicios de iniciación	19
	4.1.1. ¿Qué me hace diferente?	20
	4.1.2. “Visión de futuro”	21
	4.1.3. PoP - Escoge una imagen	21
	4.1.4. ¡Bingo!	22
	4.1.5. Barómetro violento	23
	4.1.6. Teatro de estatuas	24
	4.2. Comunicación	25
	4.2.1. Autocomprobación: ¿En qué oído recibe los mensajes?	27
	4.2.2. Pintura de cuadros	34
	4.2.3. Obra de arte con cuerdas	35
	4.2.4. Ejercicio de relajación: alfabeto de paz	36
	4.2.5. Ejercicio de relajación de 45 segundos	37
	4.3. Identidad y personalidad	37
	4.3.1. “¿Quién eres?”	39
	4.3.2. Poder de la flor	40
	4.3.1. Prueba de privilegios	42
	4.3.3. Pasado, presente y futuro	43
	4.3.4. Cofre del tesoro	45
	4.3.4. Método final: Fortalecer la espalda	45
	4.4. Dinámica de grupo y procesos de grupo	46
	4.4.1. Flores sobre flores	46
	4.4.2. Cruce de de pantanos	47
	4.4.3. Exclusión	48
	4.4.4. El huevo volador	49
5.	Materiales	51
6.	Fuentes	57



1. Descripción del proyecto

Rizoma contra la polarización (abreviado RaP en este manual) tiene como objetivo prevenir la polarización y la radicalización en tres países europeos (Austria, Italia y España) a través de medidas de prevención primaria como la promoción de la competencia social y emocional.

La palabra „rizoma“ en botánica es un sistema de raíces que crece bajo la superficie o justo encima del suelo. A través de una metodología participativa, expertos prácticos como profesores, jóvenes y trabajadores sociales, funcionarios judiciales, así como instituciones públicas y partidos políticos, reciben instrumentos para prevenir la polarización, la radicalización y posteriormente el extremismo. Se reforzará la resistencia de los jóvenes a las influencias extremistas.

La relación entre polarización y radicalización se entiende como un proceso. Mientras que la polarización se refiere al concepto de oponentes („nosotros“ y „ellos“), la radicalización se refiere a cuestiones políticas, sociales y religiosas. Ambos pueden conducir a la hostilidad, el distanciamiento y la intolerancia cuando el radicalismo se convierte en una forma de extremismo. Más recientemente, el extremismo violento se ha observado cada vez más en Europa. El racismo, la islamofobia o las ideologías de extrema derecha están representados institucionalmente. Teniendo en cuenta esta situación, el proyecto RaP recopilará las mejores prácticas para promover el desarrollo y la difusión de métodos prácticos y su aplicación a nivel europeo.

1.1 Manual para la prevención de la violencia

Cortometrajes

Además, puede utilizar los seis cortometrajes incluidos en el manual, que puede encontrar en el sitio web del proyecto, como introducción visual o complemento de los métodos o como estímulo para la discusión.

En el marco del proyecto RaP, Südwind elaboró este manual metodológico para las personas que trabajan en la educación escolar y extraescolar, la juventud y el trabajo social, así como para los funcionarios públicos en detención juvenil abierta o cerrada. Los métodos son adecuados para adolescentes y adultos jóvenes entre 12 y 24 años de edad.

Cómo utilizar el manual:

Por un lado, el manual da una idea de las bases pedagógicas de la prevención primaria de la violencia y por otro lado, se encuentran otros métodos y ejercicios que promueven la competencia social y emocional de los jóvenes. Un enfoque especial del manual es ayudar a los jóvenes a reconocer sus necesidades y a nombrar sus sentimientos, construyendo así empatía, reflexionando sobre sí mismos, promoviendo su identidad y autoestima, y creando un espacio para el intercambio y la discusión crítica.

En „Materiales“ encontrará todas las plantillas que necesita para realizar los ejercicios.

2. Introducción al trabajo de prevención

2.1. Enfoques preventivos

En el contexto pedagógico, se hace una distinción entre prevención primaria, secundaria y terciaria.

PREVENCIÓN PRIMARIA

La prevención primaria se basa en la comunicación de normas y valores. Para ello es fundamental el desarrollo de habilidades sociales y condiciones de vida que apoyen el desarrollo social positivo en el sentido de normas negociadas democráticamente para el bien común. No hay grupos objetivos especiales en la prevención primaria. Sirve para evitar que la gente tome acciones que contradigan las normas negociadas socialmente.

PREVENCIÓN SECUNDARIA

En la prevención secundaria, se trabaja con grupos de personas que ya han sido identificadas y están en situación de riesgo para asegurar que reciban apoyo en sus situaciones de vida, en su mayoría difíciles, con el fin de prevenir o mitigar las acciones problemáticas. En este caso, se presta especial atención a los menores que han sido condenados con anterioridad por motivos políticos o a las personas que tienen afinidad con la violencia.

PREVENCIÓN TERCIARIA

Las personas que ya han violado ciertas normas y valores sociales serán apoyadas en el curso de la prevención terciaria para encontrar una manera de reintegrarse a la sociedad¹.

VISIÓN CRÍTICA DE LA PREVENCIÓN

Para Michaela Glaser, que se dedica a la investigación de enfoques pedagógicos para la prevención del extremismo, la prevención es una intervención en las vidas de los afectados. Por esta razón, argumenta, esta forma de educación requiere justificaciones y legitimación especiales. Considera que la prevención es problemática si no se establece una línea divisoria suficientemente clara entre las expresiones de crítica política social, que están legalmente protegidas por la Constitución, y las declaraciones antihumanas o anticonstitucionales².

Esto nos lleva a una cuestión importante en el contexto del trabajo de prevención: el papel de los monitores de juventud. Con este fin, la siguiente parte trata de los principios y las mejores prácticas en la prevención de la violencia y el extremismo.

¹ Véase Comisión de Extremismo de Derecha, nº 64 y ss.

² Véase Glaser 2011: 17

2.2 Principios para el trabajo de prevención

TRABAJO DE IDENTIDAD

Un desafío central al que se enfrentan los jóvenes es la formación de su propia identidad, es decir, el desarrollo de una unidad interior de la persona experimentada como „yo“. Después de la disolución más profunda de los planes de vida preformados, la gente en el siglo XXI es básicamente libre de moldear sus propias vidas a su antojo. En esta situación social, que también se caracteriza por profundos trastornos económicos, las exigencias que se plantean a los jóvenes en particular son la de crear su propia identidad, su propia „buena vida“ a partir de todos los numerosos elementos de construcción posibles. Los jóvenes en particular, que tienen pocos recursos económicos, sociales y culturales, experimentan esta pluralización no tanto como una liberación, sino como una pérdida de seguridad y fiabilidad y, por lo tanto, sobre todo como una carga. Estos jóvenes se sienten abrumados por sus carencias, reales o externos, y pueden sucumbir a la tentación de buscar certezas inquebrantables y directrices morales. Los grupos extremistas abordan las necesidades de apoyo, orientación e identidad de los jóvenes³.

Acompañar a los jóvenes en esta fase de su desarrollo es una parte importante del trabajo de prevención. Esto no sólo representa la prevención de la violencia y el extremismo, sino que también ofrece apoyo en el trabajo de identidad posmoderno, en el que se pueden abordar las necesidades de estructura y seguridad.

ESPACIO DE INTERCAMBIO

La sociedad debe proporcionar un espacio seguro para que los jóvenes puedan debatir cuestiones delicadas como la orientación sexual, el racismo, las opiniones políticas, las diferencias culturales, la religión y la salud mental. Los tabúes y controversias que a veces se asocian con estos temas crean una sensación de inseguridad entre muchos padres y profesionales, lo que a menudo lleva a que estos temas no se discutan en profundidad. Pero la ignorancia no hace que los problemas desaparezcan y puede surgir un entorno extremista que ofrezca respuestas. Discutir los tabúes significa, sin duda, asumir riesgos, pero también asumir la responsabilidad del desarrollo psicológico de la próxima generación⁴.

³Véase Prinzjakowitsch, W. 2015

⁴Véase Documento temático de RAN 2018: 1

2.3 Doce consejos prácticos para el trabajo de prevención

1

Animar a los participantes a expresar sus propias opiniones e ideas y a compartir sus experiencias. ¡No clasifique las declaraciones como sin sentido, ridículas, irrelevantes o estúpidas!

2

Crear una cultura de respeto mutuo y una atmósfera en la que los participantes se sientan seguros. Esto puede crear una atmósfera en la que los jóvenes se atrevan a aportar sus opiniones al grupo. Asegúrese de que el grupo no excluya, ignore, condene o no respete a nadie. Introduzca las reglas desde el principio y asegúrese de que se cumplan.

3

¡**No des conferencias largas y evita generalizaciones**, el grupo no puede identificarse con ellas o sólo se pierde el interés de los participantes! Haga preguntas abiertas y anime al grupo a discutir y a hacer preguntas. Si se abordan y tematizan las incertidumbres, se crea una conexión con la realidad de la vida de los participantes.

4

Conocer el mundo de los jóvenes: El conocimiento explícito del entorno vital inmediato y de las condiciones sociales, económicas y culturales de los jóvenes es un requisito previo fundamental para la cooperación con ellos.

5

Adquirir conocimientos sobre cuestiones que son importantes para los jóvenes: En el debate, los monitores de juventud pueden temer conocer una religión o ideología en particular y, por lo tanto, pueden verse tentados a evitar estos temas en el debate. Sin embargo, a menudo no es necesario tener un conocimiento profundo de los antecedentes y basta con conocer algunos puntos clave para entablar una conversación con los jóvenes y conocer su visión de las cosas.

6

Si no sabes algo, no lo finjas. Anime a los participantes a buscar las respuestas ellos mismos o dígame al grupo que usted encontrará las respuestas. La honestidad en el liderazgo de grupo crea respeto.

7

Discuta con los participantes a la altura de sus ojos y permítales encontrar las respuestas por sí mismos. No intente forzar una solución en el grupo.

8

Un grupo se involucra cuando se lo toma en serio y puede participar activamente. **No siga estrictamente ningún programa**, sino que responda a los intereses del grupo.

9

La empatía es un componente central del trabajo de prevención. Pregunte a los participantes cómo se sienten o cómo se sentirían si XY ocurriera. Esté preparado para reacciones inesperadas y recoja diferentes perspectivas para el ejemplo concreto del grupo.

10

Reflexione sus propios puntos de vista sobre el tema por adelantado y exprese claramente su propio punto de vista. Permita el cuestionamiento crítico de las „Verdades aceptadas“ y hágalo usted mismo. No use su posición como líder de grupo para demorar una discusión.

11

Distinguir el comportamiento de una persona de si misma: una relación duradera sólo puede funcionar con el aprecio mutuo de las personas involucradas. En el caso de delitos verbales o físicos, la crítica debe centrarse en la mala conducta de la persona y no en la persona misma, especialmente cuando se trata de violencia, glorificación de la violencia o racismo.

12

La prevención requiere tiempo y continuidad: no espere soluciones rápidas. El trabajo de prevención sostenible requiere mucho tiempo y paciencia.

3. Definiciones

3.1 Violencia

Para abordar la definición de violencia, utilizamos el “Triángulo de la Violencia” del investigador de paz y sociólogo de renombre mundial Johan Galtung. Los tres tipos de violencia son interdependientes. Toda forma de violencia puede ser transferida e influir en las otras formas. Por ejemplo, si se institucionaliza la violencia estructural y aumenta la violencia cultural, existe el peligro de que aumente la violencia directa.

Según Johan Galtung, la violencia siempre ocurre cuando las personas están tan influenciadas que su desarrollo físico y mental está por debajo de su potencial real. Por lo tanto, la violencia es la causa de la diferencia entre el desarrollo potencial y el desarrollo real.

Galtung distingue entre tres tipos de violencia:

VIOLENCIA DIRECTA

Es ejercida directamente por un actor. Esta violencia es visible y de naturaleza física o psicológica. Hay un perpetrador y una víctima. La violencia directa es lo que normalmente se entiende por violencia (tortura, asesinato, abuso físico o psicológico, humillación, discriminación, intimidación,...).

VIOLENCIA ESTRUCTURAL:

Este tipo de violencia es similar a la injusticia social y a las estructuras que promueven esta injusticia social. Es una violencia bastante invisible, formada por las estructuras que impiden la satisfacción de las necesidades básicas. Es en su mayor parte indirecta y no tiene causantes directamente visibles. Según Galtung, siempre está presente cuando las personas son influenciadas de tal manera que no pueden realizarse de la manera que sería potencialmente posible (Apartheid “segregación racial”, leyes de segregación racial, disposiciones legales para subyugar a la población civil, en forma de condiciones sociales injustas, acceso desigual a la educación/formación, condiciones de vivienda degradantes, pobreza, etc.)⁵.

VIOLENCIA CULTURAL O SIMBÓLICA:

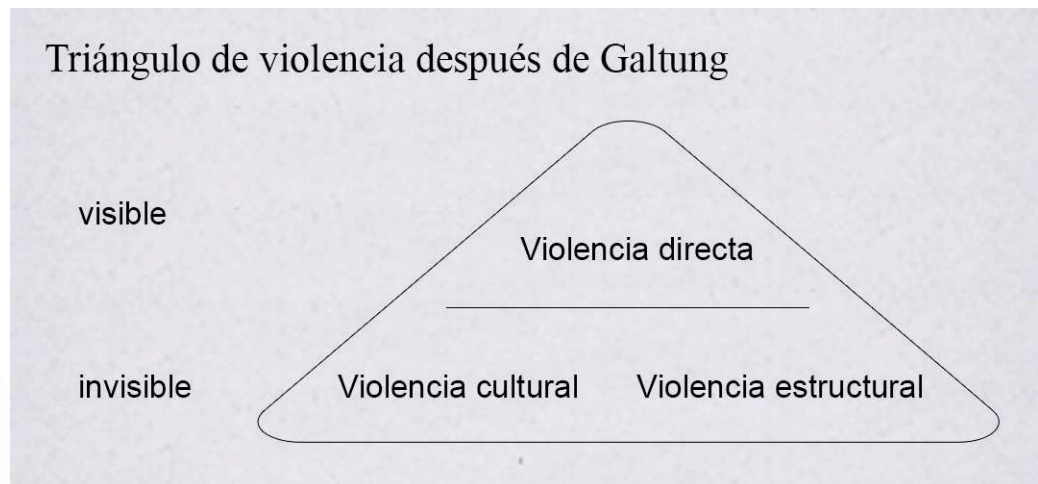
Aspectos de una cultura social que legitiman el uso de la violencia directa o estructural. La violencia cultural y simbólica se manifiesta a menudo en actitudes y prejuicios (racismo, sexismo, fascismo, islamofobia,...).

El nivel invisible se refiere al hecho de que la violencia estructural y cultural no implica la aparición de nadie que pueda ser responsabilizado. La violencia

⁵<https://www.lebenshaus-alb.de/magazin/010544.html>

estructural se construye en el sistema y se manifiesta en relaciones de poder desiguales y, en consecuencia, en oportunidades de vida desiguales.

Los tres tipos de violencia son interdependientes. Para prevenir uno, también hay que tratar con los otros dos y abordarlos en acciones⁶.



Una de las formas de reducir el riesgo de volverse violento en la infancia y la adolescencia es a través del uso de la violencia:

- Cuidado de los padres y relaciones positivas con los padres y otros adultos,
- bonos estables,
- competencia social,
- apoyo social y un entorno social estable,
- éxito y experiencias de éxito en la escuela,
- inteligencia media a alta,
- desarrollo pro-social y valores sociales,
- habilidades para resolver problemas,
- altas expectativas de autoeficacia⁷

⁶ Véase Galtung 1990: 291 y ss.

⁷ Véase MAHLE Natascha, SANDIKCI Murat: „Sung en la escuela - material didáctico para la prevención de la violencia“. 1ª edición 2010 <http://www.selbstsicherschuetzen.com/downloads/Achtung%20in%20der%20Schule.pdf>

3.2 Polarización

Para el filósofo holandés Bart Brandsma, no se necesita un conflicto real, sólo una imagen del enemigo para promover la polarización. Desarrolló un esquema para describir la polarización, que contiene tres mandamientos y cinco “roles” identificados.

Los tres mandamientos:

- La polarización es una mentalidad pura, una construcción del pensamiento.
- Necesita combustible nuevo todo el tiempo, nuevas demarcaciones.
- Es un presentimiento que no puede ser explicado racionalmente.

Los cinco roles: (Empujadores, otros, carpintero, chivo expiatorio, constructores de puente)

Siempre hay líderes de opinión, los llamados “empujadores”, que se movilizan contra “los otros”. “Los empujadores” son personas que despiertan emocionalmente a sus seguidores y, por lo tanto, provocan divisiones sociales y contramovimientos. Estos “empujadores” están convencidos de que su punto de vista es el único verdadero y sus seguidores “los carpinteros”- se dejan llevar por los „empujadores“, pero rechazan cualquier responsabilidad. Los medios de comunicación refuerzan esta dinámica a través de un reportaje unilateral y efectivo, de modo que el centro social (“el Silencio”), en el que la vida social real tiene lugar día a día, suele permanecer sin ser escuchado. “Los constructores de puentes” se posicionan visiblemente entre los dos grupos, actúan como mediadores entre los diferentes “empujadores” y tratan de mantener el espacio para los debates.

Con el aumento de la polarización social, el centro se hace más pequeño. Los procesos de negociación se paralizan y los partidarios se vuelven más importantes. Aquellos que no quieren asignarse a ningún bando y quieren permanecer en el centro independiente corren el riesgo de convertirse en el “chivo expiatorio” de los dos grupos polarizados⁸.

La polarización ocurre cuando una o ambas partes no se sienten escuchadas o entendidas o ignoradas. La polarización es un proceso de escalada de las interacciones, en el que una parte del conflicto se mantiene cada vez más firme en su posición y no es capaz de escuchar a la otra.

Cuando una situación amenaza con polarizarse, es importante recordar que la polarización es un proceso comunicativo. En el caso de la polarización, la comunicación se deteriora, y a medida que el conflicto crece, la comunicación se vuelve aún más difícil. Emociones como la desilusión, la desesperación, el dolor y la ira podrían ganar la mano y forzar a los actores a usar su poder y herir a otros. La polarización ocurre cuando una o ambas partes no se sienten escuchadas o entendidas o ignoradas. Un posible método de intervención es centrarse en la comunicación que tiene lugar en ese momento y animar a ambas partes a expresar no sólo sus posiciones sino también sus sentimientos, experiencias y necesidades. Esto facilita la creación de una atmósfera en la que el diálogo puede ralentizarse (¡la polarización, en cambio, acelera la situación!), en la que el propio poder y la posición relativa de cada uno pueden ser entendidos y utilizados en beneficio de toda la comunidad y no sólo de una parte de ella. La polarización es un proceso de intensificación de las interacciones, en el que una de las partes del conflicto se vincula cada vez más a su posición y es incapaz de escuchar a la otra. Esto puede crear fácilmente emociones aún más fuertes y una atmósfera de odio. ¿Cómo podemos prevenir esta escalada de conflictos y enriquecer la comunicación, no sólo con nuestras opiniones y puntos de vista, sino también con las emociones y experiencias asociadas a ellos?

Uno de los factores clave para prevenir la polarización es la capacidad de crear un diálogo sostenible en el que la escucha sea una parte activa del proceso. Un diálogo en el que no sólo escuchamos los hechos y las posiciones, sino que también estamos abiertos a la posibilidad de repensar nuestros prejuicios, revisar los estereotipos, ver la diversidad como una posibilidad y no como un obstáculo.

CONSEJOS PARA EVITAR LA POLARIZACIÓN

- Vea los signos de una escalada del conflicto a medida que se producen.
- Usar el poder en beneficio de todos; si lo usas en beneficio de una sola parte, existe el peligro de que se convierta en un poder abusivo.
- Entrena tus habilidades de comunicación, escucha con interés, trata de identificar las emociones escondidas detrás de las opiniones, explora las experiencias que estas emociones han producido.
- Esté preparado para cuestionar, repensar los prejuicios, romper estereotipos, ver la diversidad como una oportunidad, no como un obstáculo.

Es muy difícil intervenir cuando nos enfrentamos a una situación muy polarizada en la que ya se han cruzado los límites de la violencia. Sin embargo, hay algunas prácticas que podrían ser útiles para tratar de aliviar el conflicto. Si se trata de una situación en la que la polarización ha conducido a una violencia extrema y las dos partes no reaccionan, puede seguir estas instrucciones:

PASOS PARA REDUCIR LA ESCALADA

- Establecer reglas para poner fin al uso de la fuerza.
- Identificar a los miembros de ambos grupos que no estén satisfechos con la intensidad del conflicto y que estén abiertos a formas y soluciones alternativas.
- Construir un mínimo de relaciones entre las dos partes.
- En ambos grupos, identifique a las personas que tienen algún tipo de conexión o relación con las personas del otro grupo, es decir, dos o más personas que, aunque estén en conflicto entre sí, tengan interés en mantener una relación.

Como moderador puedes usar tu poder para decir „no“ a la violencia (psicológica y física) y „sí“ a la persona al mismo tiempo. „Eres fuerte y quiero apoyarte. Sin embargo, no permitiré que hagas daño a otros. Quiero que aprendas a usar tu poder sin herir ni dañar a nadie“⁹.

⁹ „Plan of Action“ von OPEV: Plan de acción de la sociedad Euromediterránea para prevenir todas las formas de Extremismo violento, 2017, del Observatorio para la Prevención del Extremismo Violento (OPEV): <http://opev.org/wp-content/uploads/2017/05/EuroMed-PVE-Plan-de-Accion-ESP.pdf> (February 2019)

3.3. Radicalismo vs. extremismo

“Los extremistas tienden a ser gobernantes estrechos de visión, mientras que los radicales suelen preferir visiones abiertas e igualitarias.”¹⁰

“RADICAL” puede entenderse como la posición que las personas toman cuando buscan una transformación profunda del sistema en el que viven para llegar a un sistema completamente diferente. El radicalismo como tal no pretende transformar los sistemas a expensas del “otro”, y no está intrínsecamente asociado a métodos violentos¹⁰.

“EL EXTREMISMO” se refiere a una agenda política o visión de la vida que busca la libertad a través de una transformación profunda a expensas de otros grupos sociales. El extremismo implica una idea de dónde estos grupos de “otros” están subordinados/subordinadas a ellos. Desde esta perspectiva, el extremismo se centra en la violencia, mientras que el radicalismo no.

Los términos “radicalismo” y “extremismo” se utilizan a menudo como sinónimos en el lenguaje cotidiano. Desde el punto de vista de las autoridades de seguridad, existe una definición clara: el radicalismo es el precursor del extremismo y no es en sí mismo susceptible de enjuiciamiento. Las autoridades de seguridad marcan el límite en el comportamiento criminal y hablan de extremismo cuando la violencia se considera un medio legítimo de afirmar los propios intereses políticos. Los grupos antifascistas se clasifican en este concepto de la misma manera que los grupos de extrema derecha. Sin embargo, no se perciben las diferencias entre los grupos extremistas y sus objetivos (ideologías de desigualdad - ideologías de igualdad) y se simplifican los complejos contextos sociales.

DALGAARD-NIELSEN postula la siguiente definición de extremismo y radicalismo:

Radicalismo significa defender algo solo o en grupo, – pero uno tiene en cuenta a los demás. Esto contrasta con el extremismo, en el que alguien defiende algo a expensas de otras personas. O bien se ataca directamente a determinados grupos sociales o bien éstos sufren daños a través de las acciones y métodos de los extremistas. Si ciertos grupos sociales son atacados directamente, esta forma se llama “Wxtremismo violento”

El extremismo violento existe cuando uno quiere dominar a otros con un acto de violencia directa junto con personas de ideas afine¹².

¹⁰ De acuerdo con el espíritu de la definición de Dalgaard-Nielsen (Anja Dalgaard-Nielsen, directora del Instituto de Estrategia del Royal Danish Defence College, una de las expertas en la prevención de la violencia extremista. (2010: 798)

¹¹ Extremismo violento y extremismo no violento, las dos caras de una moneda. Se refiere a Manus I. Midlarsky, Origins of Political Extremism: Violencia masiva en el siglo XX y más allá, (Cambridge: Prensa universitaria, 2011).

¹² Véase Dalgaard-Nielsen 2010: 798

3.4. Extremismo violento

“El extremismo violento es la ideología que busca ganar poder político utilizando métodos violentos en lugar de creencias. Las ideologías extremistas violentas se basan en estados totalitarios, fanáticos, intolerantes, patriarcales y antidemocráticos¹³”.

La violencia existe en muchas etapas y formas diferentes, todas las cuales deben ser prevenidas. Sin embargo, los siguientes elementos son cruciales para el extremismo violento:



- Una visión fundamental del futuro (*extremismo*),
- que no es inclusiva (excluye a ciertos grupos, los “disidentes”),
- y apoyada por un grupo de compañeros,
- que utiliza métodos violentos (incluida la violencia estructural y cultural).

Aunque las definiciones de extremismo violento son cada vez más similares, todavía no existe una caracterización universal. Las palabras “radical” y “extremista” se utilizan a menudo erróneamente como sinónimos de “extremismo violento” y “terrorismo”. Por lo tanto, el significado de los términos “radicalismo”, “extremismo” y “violencia” debe aclararse en primer lugar para definir qué es “extremismo violento” y para comprender los factores que lo alimentan.

Esta ecuación puede utilizarse para analizar la violencia extremista:

EXTREMISMO VIOLENTO = (SUBYUGACIÓN DE DISIDENTES + VIOLENCIA DIRECTA) X (CON PERSONAS DE IDEAS AFINES)

Hay dos elementos clave en esta ecuación. La idea de los “disidentes” y la idea de la violencia. Por un lado, están los “otros” que alguien trata de someter (es visto como un enemigo, inferior o un obstáculo), y por otro, están los “afines” con los que alguien se identifica y con los que se construye el extremismo.

CON PERSONAS DE IDEAS AFINES: El extremismo violento no es una expresión aislada de la violencia ejercida accidentalmente contra una persona. Es un tipo de violencia que reacciona a una identidad común, una ideología que identifica a un enemigo común y tiene una visión del mundo al que quiere llegar. Lo lleva a cabo un grupo que quiere suprimir “al otro” para cambiar el mundo. Ejemplo: Hay una gran diferencia si una persona comete múltiples asesinatos por razones personales, o dentro del marco de una ideología de una agrupación, incluso si la conexión con la agrupación simplemente existe a través de una identidad común. Una ideología particular no es la razón principal para unirse a movimientos o grupos violentos, sino la percepción de sufrir la misma injusticia que estos grupos (identidad común de las víctimas). En muchos casos, la ideología viene después de esto.

¹³ Diese Definition stammt aus dem „Plan of Action“ von OPEV: Plan de acción de la sociedad Euromediterránea para prevenir todas las formas de Extremismo violento, 2017, del Observatorio para la Prevención del Extremismo Violento (OPEV): <http://opev.org/wp-content/uploads/2017/05/EuroMed-PVE-Plan-de-Accion-ESP.pdf> (February 2019)

OPRIMIENDO A LOS DISIDENTES, para lograr su visión del mundo. Este tipo de violencia se utiliza contra los disidentes que han sido declarados imágenes enemigas que tratan de impedir que sus visiones sean alcanzadas. Los grupos que utilizan el extremismo violento a menudo tienen un enemigo común, y la existencia del grupo se justifica por la lucha contra los disidentes.

VIOLENCIA DIRECTA: Cualquier forma de extremismo implica violencia cultural en sí misma (ya que sus seguidores son dominantes y excluyen otras ideologías). Esta forma de extremismo también ejerce violencia directa si se quieren realizar las intenciones o si se quiere imponer la visión extremista del mundo.

	Con personas de ideas afines	Opresión de los opositores	Violencia directa	Extremismo violento
Terrorismo	Organizado por un grupo o un estado (terrorismo de estado). Hay una supremacía basada en la igualdad de los miembros.	Implica opresión por el terror	El terrorismo se comete a través del asesinato u otras formas de violencia directa, como la tortura de otros (que son considerados enemigos directos).	Corresponde a todos los elementos del extremismo violento.
Islamofobia	La islamofobia puede ser la idea central de una actividad de grupo. Entonces sería una ideología extremista.	Musulmanes (desde un punto de vista superior, un enemigo conocido)	La islamofobia ya contiene el elemento de la violencia cultural. Hay varios grupos que han actuado violentamente de acuerdo con este principio.	La islamofobia es una ideología extremista que implica violencia cultural. El límite entre la violencia extremista y la ideología extremista puede ser la existencia de un grupo que ejerce la violencia directa.
Segregación racial	un sistema organizado de discriminación y opresión de algunos grupos de otros grupos	en Sudáfrica la población negra; en Israel la población palestina	existe en varias formas (como medio para hacer cumplir su violencia estructural)	La segregación racial tiene su propia identidad y sus propias medidas internacionales, pero puede ser visto como un régimen totalitario con un extremismo violento en su centro.

	Con personas de ideas afines	Opresión de los opositores	Violencia directa	Extremismo violento
Fascismo	Una ideología que se construye en torno a un grupo y que oprime a los grupos disidentes.	El fascismo se basa en identificar a otro que debe ser sometido. (un chivo expiatorio o enemigo que da al grupo su identidad).	La violencia cultural está presente en todas sus expresiones, y la violencia directa es una de las formas en que se afirma o conserva el poder.	Corresponde a todos los elementos del extremismo violento
Ku-Klux-Klan	es un grupo claramente definido	la población afroamericana	Una de sus estrategias y tácticas	Corresponde a todos los elementos del extremismo violento
Amanecer Dorado	un grupo claramente definido con una ideología neonazi y fascista	Un ejemplo concreto de fascismo. Los otros que deben ser oprimidos son la población inmigrante y otras razas.	Aunque lo niegan, promueven la violencia, han sido juzgados en varias ocasiones y algunos de sus miembros han sido arrestados por diversos grados de violencia directa.	Corresponde a todos los elementos del extremismo violento
Guerras	Detrás de ellos se encuentra un grupo (generalmente un estado)	Suelen justificarse como medidas defensivas (preventivas o reactivas), y existe un enemigo común.	se basa en la violencia directa	Las guerras reciben un tratamiento legal e interconvencional especial y es difícil incluirlas en el extremismo violento.
Sexismo	Es una ideología extremista que crea una identidad común, aunque en muchos casos es una identidad inconsciente.	la población femenina	Abuso de mujeres, opresión, acoso, abuso,....	El sexismo es una ideología extremista que impregna a toda la sociedad. Por lo tanto, podría considerarse como extremismo, pero no necesariamente como extremismo violento. En el momento en que un grupo determinado lo utiliza para oprimir a otros por la fuerza, se convierte en extremismo violento.

Una forma de lograr este objetivo es satisfacer las necesidades humanas básicas de forma colectiva y, sobre todo, sin violencia.

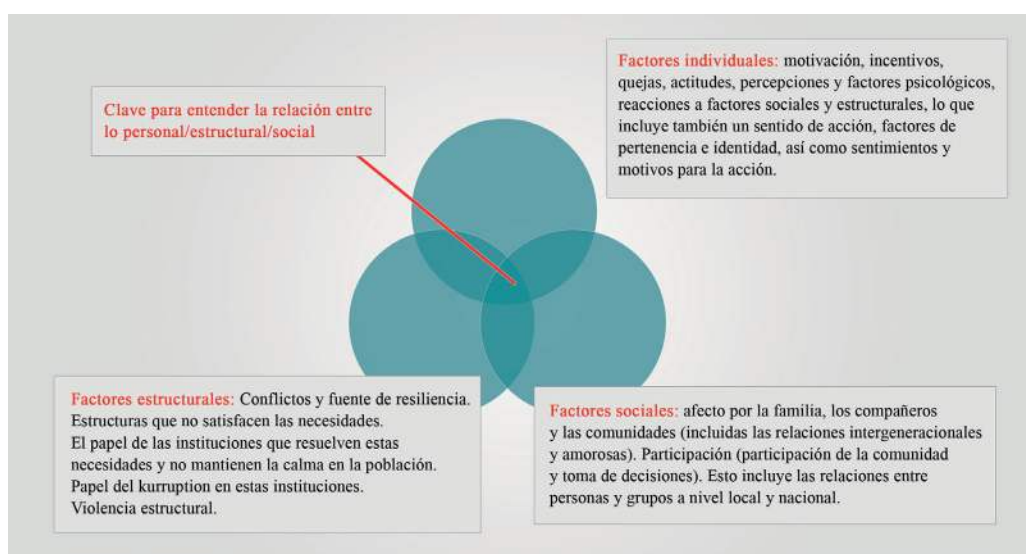
La subdivisión de la definición en diferentes prácticas e ideologías extremistas muestra que el límite del extremismo violento es a menudo vago, y que el límite parece más claro en cuanto a qué ideologías son extremistas y cuáles no¹⁴.

Si hay un grupo definido que quiere ganar poder político u oprimir a los disidentes para alcanzar su visión del mundo, el análisis se vuelve muy complejo si esta ideología también es difundida por otros actores y acciones y hay diferentes actitudes hacia ella. Este es el caso, por ejemplo, del capitalismo, la islamofobia y el sexismo. Esto no significa que no deba haber una respuesta a esta violencia, o que pueda haber grupos que, de acuerdo con estas ideologías, practiquen el extremismo violento, pero el hecho es que la clasificación del extremismo violento en su conjunto se está volviendo cada vez más compleja.

En cualquier caso, una sociedad debe esforzarse por evitar la aparición de ideologías extremistas que ejercen la violencia en grupos definidos (identidad y objetivos comunes) con el fin de dominar (alcanzar el poder mediante la opresión).

3.5 Causas del extremismo violento

Hay varias maneras de analizar los factores que pueden influir en la aparición del extremismo violento. Algunos se centran en el análisis del contexto (factores estructurales), otros en la influencia de los grupos sociales (factores sociales) y otros en el desarrollo de los individuos (factores individuales). Algunos expertos se centran en lo que lleva a las personas al extremismo violento y qué aspectos lo atraen (factores de empuje y atracción), mientras que otros analizan las condiciones de vulnerabilidad y resiliencia.



La tesis principal es que las personas que están expuestas a la violencia (directa, estructural y cultural) tienden a reaccionar con violencia. La violencia estructural debe entenderse como una situación en la que las “necesidades humanas básicas¹⁵” no están satisfechas o lo están negativamente. Si las personas y su entorno social están expuestos a la violencia y ésta se ejerce en un contexto de crisis, las posibilidades de reacciones violentas aumentan.

Según el concepto de Max-Neef, todas las necesidades son las mismas para todas las personas en el mundo y el gran objetivo es satisfacer todas las necesidades y así lograr la satisfacción.

EXISTEN DOS TIPOS DE “SATISFACCIÓN DE NECESIDADES”

1. SATISFACTORES SINÉRGICOS COLECTIVOS: son aquellos que satisfacen simultáneamente varias necesidades. Estos satisfactores están en desacuerdo con una lógica competitiva dominante o con la coerción.

2. SATISFACTORES NEGATIVOS: La forma en que se satisfacen las necesidades daña o impide que se satisfagan otras necesidades a medio y largo plazo. Esta satisfacción también significa que los demás no pueden satisfacer sus necesidades. Cuando se trata de satisfacer necesidades, tanto los medios de prevención de la violencia como los medios de extremismo violento funcionan por igual en las percepciones de las personas. Ambas formas ofrecen satisfacción para las mismas necesidades de diferentes maneras. Los satisfactores que ofrecen los grupos violentos de apoyo a los extremistas para satisfacer sus necesidades son a menudo “factores de atracción” de los satisfactores negativos. Llevan a la gente hacia el extremismo violento. Los factores de satisfacción negativa a menudo sirven como herramientas para que el extremismo violento cree inseguridad, frustración, decepción, pérdida de la identidad individual o falta de participación. Si la prevención de la violencia opta por métodos/marcadores de paz equivocados y la gente se siente repelida o amenazada por ellos, también puede empujar a las personas al extremismo propenso a la violencia - “factores de empuje”.

Las satisfacciones positivas o sinérgicas son útiles para fortalecer la resiliencia de una comunidad y comprender su capacidad para prevenir y transformar el extremismo violento. No está claro cuántas necesidades necesitan ser insatisfechas simultáneamente, o a qué nivel, para que un grupo o una persona se involucre en el extremismo violento, pero no cabe duda de la interdependencia entre las necesidades insatisfechas y el cambio al extremismo violento. Además, un alto grado de insatisfacción con una de las necesidades ciertamente conduce a la insatisfacción con otras necesidades¹⁶.

La siguiente lista muestra las necesidades básicas de las personas y algunos factores que son perjudiciales para su satisfacción.

¹⁵ Vease MAX-NEEF, Manfred, 1991

¹⁶ Extracto del „Plan de Acción“ de la OPEV - Observatorio para la prevención de la violencia extremista

Tipos de violencia	Necesidades	Factores dañinos	Satisfacción colectiva sinérgica de las necesidades	Satisfacción negativa de las necesidades
Violencia directa		Represión política, violación de los derechos humanos		
Violencia estructural	Base material de la vida	Falta de oportunidades económicas y de acceso a los bienes (vivienda, alimentos, agua,...)	Producción independiente	programas de suministro de alimentos
	Seguridad y protección	Inseguridad física o psíquica	Trabajo en red, apoyo mutuo, confianza, medicina preventiva	Construye muros, recoge armas, aísla las que te hacen sentir inseguro.
	Afecto y amor	Fracturas sociales, individualismo, aislamiento	Apoyo conjunto dentro de la comunidad (redes de apoyo en el sector social)	Sin compromiso, afecto por la obediencia, relaciones de dependencia
	Comprensión	Falta de habilidades críticas, poca reflexión e investigación, comunicación defectuosa, bajo nivel de educación.	Multi-perspectiva, empatía y capacidad de hacer preguntas	Una cobertura mediática unilateral; manipulación, mediación de una sola "verdad"
	Participación	Falta de democracia, sistemas jerárquicos o autoritarios	Democracia participativa, formatos sociocráticos	Participar activamente en un grupo marginado o excluido, o participar sin conocer a la gente; cooperar con ellos; expresar opiniones que no cambien significativamente la decisión.
	Identidad	Falta de autoestima, costumbres en peligro, lengua marginada	Identidad construida colectivamente que permite la diversidad	Identidad basada en un enemigo común
	Libertad	Incapacidad para discrepar o expresar la propia opinión, Autocracia	Fomento del respeto, la tolerancia y el apoyo mutuo	Creación de "espacios libres" de los que se expulsan "los otros" (construcción de muros)
	Creatividad	No abierto a nuevas ideas, poca curiosidad por cosas nuevas, posibilidades limitadas de expresión	Desarrollo democrático y participativo de soluciones a problemas	Participación sólo para grupos seleccionados; evaluación de las propuestas
Desocupación	Alto nivel de estrés, inquietud	Horario flexible	Aumento de las horas de trabajo legalmente reguladas	
Violencia cultural		Marginación y discriminación, justificación de la violencia		

La siguiente parte práctica introduce varios métodos que sirven para satisfacer algunas necesidades humanas esenciales: Atención y amor, comprensión, participación, identidad, libertad y desocupación.

4. Prevención de la violencia mediante la promoción de la competencia social y emocional

El informe NESET II „Cómo prevenir y abordar el acoso escolar y la violencia escolar „ de Paul Downes y Carmel Cefai¹⁷ muestra cuán esencial es el aprendizaje emocional y social para el trabajo de prevención.

El informe confirma que cuanto antes sea posible el aprendizaje social y emocional, mayor será el impacto en los niños y adolescentes durante la adolescencia. Para poder relacionarse, es necesario que los niños y adolescentes descubran y confíen en sí mismos y en sus propias capacidades. El reconocimiento y el nombramiento de los propios sentimientos, emociones, necesidades y sentimientos también juega un papel importante en la construcción de la empatía hacia otras personas. La promoción de la competencia social y emocional permite establecer relaciones fuertes entre personas y grupos de personas, así como una actitud de trabajo constructiva y un sentido positivo de autoeficacia, un enfoque constructivo de los problemas y el estrés emocional, así como un comportamiento socialmente beneficioso¹⁸.

En este capítulo encontrará métodos y ejercicios para la prevención de la violencia, que pueden utilizarse para trabajar con jóvenes y adolescentes en diversos contextos. Estos métodos pueden aplicarse tanto en el trabajo juvenil abierto como en la educación y la escuela. Los ejercicios pueden ser modificados y adaptados a las necesidades e intereses del grupo.

4.1 Ejercicios de iniciación

Los ejercicios de iniciación son adecuados como „rompehielos“ y para conocerse mutuamente. Aunque el grupo ya se conozca, es aconsejable utilizar los ejercicios para familiarizarse con los temas de identidad, personalidad, violencia y comunicación.

¹⁷ Véase NESET II, 2016: „Cómo prevenir y abordar la intimidación y la violencia escolar - Evidencia y prácticas para estrategias de escuelas inclusivas y seguras“, DOWNES Paul, CEFAl Carmel

¹⁸ Véase WALLNER, Florian. „Prevención de la Intimidación en el Hábitat Escolar“, 2018, p. 45.

4.1.1. ¿Qué me hace diferente?

Tamaño del Grupo: 10 personas o más

Tiempo: 10-20 min

Material: Lista con „Todas esas ...- Oraciones“

Preparación: Posiblemente preparar el círculo de sillas

OBJETIVOS:

- Los participantes se conocen mejor entre sí.
- Los puntos en común y las diferencias se hacen visibles
- Introducción al tema “Identidad”

PROCEDIMIENTO:

“Todos los que...” es un ejercicio sociométrico o un juego de posicionamiento en el que los participantes se reúnen en grupos de acuerdo a ciertas características e intereses. El ejercicio muestra las similitudes y diferencias en el grupo, hace visibles las diferentes biografías y mundos de vida.

El ejercicio también es adecuado como introducción a un tema específico si las preguntas se modifican con respecto al tema. También se puede utilizar para formar pequeños grupos.

EJEMPLOS:

Todos aquellos que...

- tienen el mismo color de ojos, se juntan.
- que tienen el mismo color de camiseta/de suéter, se ponen juntos
- tienen el mismo color de pelo, se ponen juntos
- están en este grupo, se ponen de pie de acuerdo a la longitud de su cabello.
- tienen el mismo número de hermanos y hermanas.
- se encuentran en este grupo, se posicionan según la edad
- que viven en el mismo país/ciudad/distrito, se organizan a sí mismos
- tienen el mismo tamaño de zapato, se ponen juntos
- tienen la misma marca de teléfonos inteligentes, se juntan
- ...

ROMPIENDO EL HIELO/VARIANTE DE INICIACIÓN

Todo el mundo está sentado en el círculo de sillas - excepto una persona de pie en el centro porque no hay suficiente silla en el círculo. Al que está en el medio se le ocurre una frase que comienza con “todos los que...” para coger una nueva silla.

4.1.2 “Visión de futuro”¹⁹

Tamaño del Grupo: a partir de 5 personas

Tiempo: 15-30 minutos dependiendo del número de participantes

Material: Conjunto de imágenes con 20-30 imágenes (fotos de situaciones, montañas, edificios, animales, industria, personas, actividades)

OBJETIVOS:

- Introducción al radicalismo
- Reconocimiento de las visiones personales del futuro

PROCEDIMIENTO:

Las diferentes imágenes se colocan en el centro de la sala para que los participantes puedan caminar alrededor de ellas y elegir una imagen. La imagen elegida debe mostrar el futuro que los participantes quieren para sí mismos. Una vez que se ha seleccionado una imagen, se sientan en el círculo. Si una foto ha sido seleccionada por dos personas, los dos participantes se sientan uno al lado del otro.

Si todos se sientan de nuevo en un círculo, todas las personas presentan su imagen elegida y su asociación con su visión del futuro.

Después de la ronda de presentaciones, se plantean las siguientes preguntas como transición al tema del “radicalismo y el extremismo”:

“¿Somos todos radicales cuando cada uno de nosotros desea un futuro totalmente diferente del presente, del estado actual? ¿Somos todos extremistas?”

4.1.3. PoP - Escoge una imagen

Tamaño del Grupo: a partir de 5 personas

Tiempo: de 10 a 20 minutos

Material: Conjunto de 20-30 fotos²⁰ (es importante asegurarse de que las fotos sean positivas y negativas, fotos de montañas, edificios, animales, industria, explosiones, personas, actividades, sangre).

OBJETIVOS:

- Autoconciencia y autorreflexión
- Crear confianza en el grupo a través de una “apertura mutua”.
- Crear un espacio para el intercambio sobre las sensibilidades personales

PREPARACIÓN:

- Imprimir imágenes
- Hacer espacio

¹⁹ Las imágenes adecuadas se encuentran en el capítulo 5. Materiales

²⁰ El juego de imágenes se puede obtener individualmente con fotos de su propio archivo o con imágenes de Internet.

PROCEDIMIENTO:

La tarea funciona de manera similar al ejercicio “Imágenes del futuro”. Sin embargo, los participantes deben elegir una imagen que se adapte personalmente a una pregunta concreta, por ejemplo, “¿Cómo estás hoy?”, “¿Qué tienes en mente en este momento?”, “¿Cómo te fue en tu último año?”, “¿Qué quieres para el futuro?”...

Las fotos se colocan claramente visibles en el centro de la sala para que los participantes puedan caminar y ver todas las fotos. Si no hay suficientes fotos, los participantes pueden elegir una y tomarla, de lo contrario la dejan por ahí tirada.

Ahora cada uno en el plenario dice brevemente qué asociaciones han llegado a la imagen respectiva y a la pregunta respectiva.

4.1.4. ¡Bingo!²¹

Tamaño del Grupo: 10-30 personas

Duración: 30-45 minutos

Material: 1 plantilla „Bingo“ por persona, bolígrafos, cinta adhesiva

OBJETIVO:

- Reconocer los rasgos de personalidad
- Reforzar la autorreflexión
- Promover la empatía y “ver y valorar al otro”.

PROCEDIMIENTO:

Cada participante recibe una plantilla de bingo para rellenar de forma anónima. Después las manos de Bingo llenadas son recogidas y distribuidas en secreto nuevamente. Si alguien tiene su propia hoja, la persona tiene que elegir otra. Ahora todos los participantes buscan a la persona que posee la hoja. Por ejemplo, se le puede preguntar: “¿Es usted la persona que ama...”. Una vez que encuentras a la persona que posee la hoja, la pegas a la pared.

²¹ La plantilla de Bingo se encuentra en la parte posterior en la parte material del manual

4.1.5. Barómetro de violencia²²

Tamaño del Grupo: a partir de 2 personas

Tiempo: 15 minutos

Material: Cinta de crepé

OBJETIVO:

- Establecer una referencia al tema de la “violencia
- Los alumnos reconocen que la violencia puede ser percibida de manera diferente.

PREPARACIÓN:

Se coloca una tira de cinta de crepé en el suelo para su identificación.

Derecha = Violencia física,
en la cinta adhesiva = sin violencia
Izquierda = violencia mental

PROCEDIMIENTO:

Los ejemplos se leen en voz alta y los alumnos van a la página que consideran apropiada (derecha = violencia física, izquierda = violencia mental, en medio = sin violencia).

- Un padre que saca a su hijo de la calle frente a un auto y lo lastima en el proceso.
- Un conductor con 215 km/h en la autopista
- Una madre que llama estúpido a su hijo.
- Una chica que hace de su novio un chupetón en su cuerpo.
- Un padre que nunca está en casa.
- Un boxeador profesional
- Stauffenberg, que intentó matar a Hitler.
- El jefe de una empresa que envía sus residuos tóxicos a países en vías de desarrollo.
- Un carnicero que transforma un ternero en salchicha.
- Un político que se precipita contra los extranjeros.
- Un policía que te compra 15 euros porque no tienes una luz de bicicleta.
- Una mujer que prohíbe a su marido reunirse con amigos. ...

²² Véase Brinkmann/Frech/Posselt 2008, p.172/173).

4.1.6. Teatro de estatuas²³

Tamaño del Grupo: a partir de 6 personas

Tiempo: 45 min

Preparación: Crear suficiente espacio para que todo el grupo se mueva.

OBJETIVO:

- Discusión creativa de temas relacionados con la polarización, la violencia, la paz y el extremismo.
- Expresión de emociones a través de procesos creativos

INSTRUCCIONES:

Los participantes forman equipos. Dentro del equipo se determinará quién es escultor y quién es estatua en la primera ronda.

A los escultores se les da ahora un tema después del cual deben dar forma a su estatua, por ejemplo, “violencia extremista”, “futuro pacífico”, “cohesión social”, “violencia mental”, “violencia física”, “coraje civil”,....

Los escultores forman la estatua sin palabras de tal manera que adopta una actitud temática que representa una situación, un sentimiento, un concepto. Cuando se forma la estatua, el escultor susurra una frase o declaración a la estatua que subraya la pose de la estatua y puede “darle vida”. Esta frase se susurra a los espectadores en el siguiente paso cuando las estatuas se miran a los ojos.

Cuando los escultores han terminado, se reúnen en el borde de la “Exposición de la estatua”.

Ahora todos los escultores deambulan por la exposición y examinan las estatuas. Si quieren escuchar la declaración de la estatua, tienen que mirarla a los ojos. Luego reflexionan juntos sobre lo que pasó con las estatuas y los escultores, y qué impresiones fueron formativas.

En la próxima ronda se intercambiarán los papeles en los equipos.

4.2 Comunicación

El lenguaje cambia rápido y constantemente, pero una cosa es siempre la misma: la comunicación juega un papel decisivo en las relaciones interpersonales. Como dijo Paul Watzlawick en 1985: “No se puede no comunicar”. Ya sea verbal o no verbal, dependiendo de la aplicación, la comunicación puede perjudicar gravemente el bienestar y la dignidad de la otra persona. Los mensajes exclusivos, ofensivos e hirientes pueden causar dolor duradero, agresión o entorpecimiento emocional. Los mensajes bien intencionados, respetuosos y apreciativos, por otro lado, promueven la interacción abierta y social.

El lenguaje populista es particularmente atractivo en tiempos en que el mundo parece opaco y los desafíos globales insuperables. Se sugieren simples explicaciones en blanco y negro de hechos complejos y se presentan a los culpables. “Nosotros y los demás”, “los nuestros y los extranjeros”, “los buenos y los malos”, “los amigos y los enemigos” son contraposiciones sin las cuales los populistas practicantes no pueden arreglárselas ya que polarizan y alientan. También es el lenguaje que utilizan los extremistas para reclutar y movilizar. Preparan a los populistas y los alimentan con metáforas de guerra y las demandas de violencia.

Se vuelve problemático cuando este uso del lenguaje (de nuevo) lo convierte en lenguaje cotidiano: “traidores al pueblo”, “basura”, “vida indigna” -en las redes sociales esto ya ocurre en gran número, pero también en los patios de las escuelas, en las mesas redondas, incluso en la política. Hay cambios en los límites de lo que se puede decir, en los que los principios democráticos básicos también amenazan con desmoronarse gradualmente: la igualdad de todas las personas y la no violencia en la convivencia interpersonal²⁴.

Al legitimar el lenguaje violento y polarizador en el discurso público y político, es aún más comprensible que éste influya también en el lenguaje de los jóvenes y que el tono de la conversación entre los jóvenes se vuelva más áspero. Porque el lenguaje de la juventud siempre ha intentado distanciarse del mundo de los adultos a través de una cierta dureza y brutalidad. Por lo tanto, los insultos verbales no siempre deben entenderse como señales de advertencia hoy en día. El contexto de la conversación también juega un papel importante - los jóvenes ciertamente usan un lenguaje diferente entre ellos que con las figuras de autoridad²⁵.

Sin embargo, el investigador cerebral y neurobiólogo Joachim Bauer opina que el lenguaje que utilizamos no sólo hace algo con los demás, sino que también determina nuestros pensamientos y acciones. Hablar y actuar están estrechamente conectados en el cerebro, el área neurológica del lenguaje en los humanos está integrada en las redes en las que se planifican las acciones. Un lenguaje violento prepara así el terreno para acciones violentas. Por el contrario, esto significa que el lenguaje no violento prepara un terreno fértil para la coexistencia pacífica.

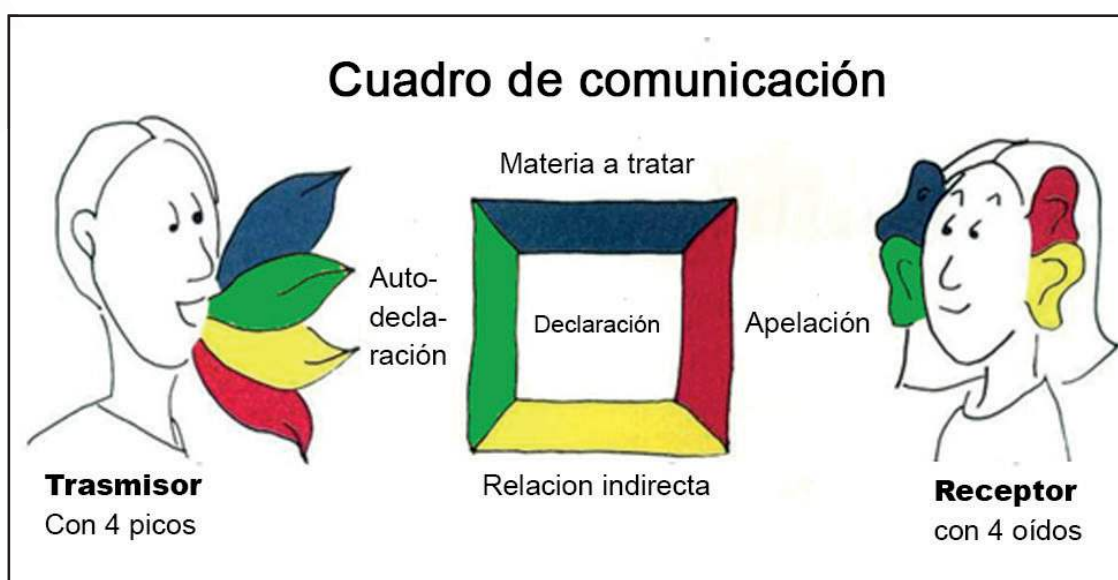
²⁴ <https://www.i-p-bm.com/blog/496-radikalisierung-der-sprache-wenn-das-extreme-in-unseren-alltag-dringt/> von Experto I:P:Bm Nils Böckler

²⁵ <https://www1.wdr.de/wissen/mensch/hass-sprache-wissenschaft-100.html>

Tampoco se debe ignorar lo que un lenguaje violento le hace a su contraparte. Si una persona experimenta rechazo social o rechazo a través del lenguaje verbal o no verbal, se activan centros de dolor en el cerebro que promueven la agresión o la depresión. Incluso cuando una tercera persona es rechazada en un diálogo, estos centros del dolor se vuelven activos en el cerebro.

El que una persona perciba algo como un rechazo y cuándo lo perciba depende del tipo y también tiene que ver con qué “oído receptor” se pronuncie fuertemente. Cada mensaje consta de cuatro aspectos, que juntos forman el llamado “cuadrado de la comunicación”²⁶:

- Contenidos (Sobre lo que informo)
- Contenido de la relación (lo que pienso de ti y cómo nos entendemos entre nosotros)
- Contenido de auto-rechazo (Lo que anuncio sobre mí mismo)
- Contenido de la apelación (Qué me gustaría que hicieras)



Cada mensaje contiene no sólo información sobre el contenido de la materia comunicada, sino también sobre la persona que comunica el contenido de la materia. Además, un mensaje muestra la relación del remitente con el destinatario y lo que piensa de él o ella. Esto puede verse a menudo en la formulación elegida, el tono de voz y otras señales acompañantes no verbales como la postura. Casi todos los mensajes también tienen la función de influir en el destinatario, lo que se refleja en el aspecto del atractivo. El mensaje también sirve para hacer que el destinatario haga o se abstenga de hacer, pensar o sentir ciertas cosas. Este intento de influencia puede ser más o menos abierto u oculto.

Pero no sólo cada mensaje puede consistir en varios niveles en los que puede ser entendido. En principio, el receptor también tiene la opción de elegir en cuál de las cuatro oídos recibe el mensaje: el oído tangible, el oído de relación, el oído de autorevelación o el oído de apelación.

4.2.1. Autocomprobación: ¿En qué oído recibe los mensajes?

Este autodiagnóstico se basa en el “modelo de 4 oídos” de Friedmann Schulz de Thun.

Con él se puede saber cuál de las cuatro orejas es la más pronunciada.

A continuación se describen diez situaciones, cada una con cuatro posibles respuestas.

Por favor, marque espontáneamente la respuesta que más se ajuste a su reacción.

No hay “verdadera” o “falsa”. A continuación, transfiera sus respuestas a la tabla de evaluación.

Estás haciendo cola en la panadería esperando un rato.
Finalmente es tu turno de decir rápidamente lo que quieres.

- A.** Usted está de acuerdo con ella en que hoy están pasando muchas cosas.
- B.** Te molesta que la vendedora te trate tan mal en vez de apresurarse.
- C.** Dile a la vendedora que no tienes tanta prisa.
- D.** Te imaginas que debe ser muy estresante estar en su lugar

- A.** Sospecha que probablemente está en otro lugar con sus pensamientos.
- B.** Piensas que es normal que no puedan recordarse después de un tiempo.
- C.** Te parece poco amistoso que tu compañero te ignore.
- D.** Sospecha que quiere que lo dejen en paz.

Tu amigo Stefan te invitó a una fiesta. Una persona del sexo opuesto, desconocida para ti y de la misma edad, te pregunta: “¿Y de dónde conoces a Stefan?”

- A.** Sospecha que es una persona sociable y le gusta acercarse a los demás.
- B.** Tienes la impresión de que él/ella está interesado/a en ti y disfruta conociéndote.
- C.** Sospecha que conoces a pocas personas aquí y conscientemente toma tiempo para él/ella.
- D.** Piensa en cuánto tiempo hace que conoces a Stefan, responde la pregunta y no pienses nada incesante.

Un compañero de clase, con quien tienes una relación bastante distanciada, viene a tu casa para trabajar en grupo y te dice: “Uí, esto está mal ventilado aquí.”

- A.** Te das cuenta: “Eso puede ser bueno. No he tenido la ventana abierta todavía.”
- B.** Usted piensa: El colega de la escuela obviamente quiere que yo abra la ventana.
- C.** Tienes la impresión de que tu compañero de clase le da mucha importancia al aire fresco.
- D.** Crees que puede volver a caminar si no le gusta estar aquí.

Llegas cansado en una cálida tarde de verano y cansado de un largo día.
Me voy a casa. Tu madre/padre te pregunta: “Bueno, ¿quieres ducharte primero? Quiere decir,”

- A.** Que mal hueles.
- B.** Que se preocupa por su bienestar y espera que la ducha le haga bien.
- C.** Que una ducha es refrescante después de un día duro.
- D.** Que deberías ducharte.

Recibes una llamada de tu madre/padre. Dice con inconfundible ironía: “Es increíble que todavía pueda hablar contigo hoy. Toda la mañana intenté comunicarme contigo y siempre estaba ocupado”. Tú contestas:

- A.** Irritado internamente: „¿De qué se trata?”
- B.** con sincera simpatía: „Es molesto que tan a menudo haya estado ocupado/a“.
- C.** con el intento de compensar la molestia: „Lo siento. ¿Qué querías? ¿Puedo hacer algo por ti?”
- D.** neutral: „¿De qué se trata?”

Estás viendo a tu novia en un café porque quieres decirle algo que te molesta. Cuando llegas, ella está escribiendo en

- A.** Esperas a que tu novia termine, porque no quieres interrumpirla mientras escribes mensajes.
- B.** Tienes la impresión de que tu novia parece estar bajo estrés y está tratando de hacer dos cosas a la vez.
- C.** Te parece una falta de respeto que tu novia siga escribiendo mientras tú quieres hablar con ella.
- D.** Empiezas a hablar y apenas te das cuenta de que sigue escribiendo.

Durante una discusión comprometida en un círculo de amigos, un amigo te dice en un tono agudo: “Ahora me has interrumpido por tercera vez.”

- A.** Puedes entender que tu amigo está enfadado porque fue interrumpido.
- B.** Usted considera si es cierto que ya lo ha interrumpido tres veces.
- C.** Estás tratando de no interrumpirlo ahora.
- D.** Te sientes atacado y expuesto.

Te sientas en la mesa del desayuno en casa y estás sumido en tu nuevo libro favorito. Después de un tiempo, la madre hace una pregunta: “¿Qué es tan interesante para leer?”

TÚ RESPONDES:

- A.** “Te molesta que lea, ¿no?”
- B.** Le explicas lo que está pasando en el libro ahora mismo.
- C.** “¡Probablemente todavía se me permitirá leer libros!”
- D.** “¡Terminaré el capítulo ahora mismo!”

SITUACIÓN 10

En una reunión para planear la tan esperada excursión de fin de semana con tus amigos, sugieres que montes en bicicleta donde quieras. Le gusta andar en bicicleta, pasar tiempo en la naturaleza y ahorrar en gastos de viaje. Un buen amigo está totalmente en contra de tu idea y dice: “No estoy de acuerdo con eso”.

- A.** Estás enfadado porque tu amigo/a está ahogando tu sugerencia y piensas: „Bueno, no vengas conmigo“.
- B.** Intentas cambiar la sugerencia para que tu amigo/a esté de acuerdo contigo y llegue a un acuerdo.
- C.** Le explicas las ventajas de tu sugerencia a tu amigo/a una vez más.
- D.** Te das cuenta de que tu amigo/a se siente inseguro/a de ir a algún lugar en la bicicleta y trata de entender sus preocupaciones.

Por favor, transfiera sus respuestas a la siguiente tabla. Luego agregue el número de Cruces en cada fila. Cuanto más alto es el número, más pronunciado es el respectivo „oído de comunicación“ con usted. A menudo también pueden ser dos oídos, que son igualmente pronunciadas.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Oído de comunicación	Cantidad
A	B	D	A	C	D	D	B	B	C	Oído tangibles	
B	C	B	D	A	A	C	D	C	A	Oído de relación	
C	D	C	B	B	C	A	C	D	B	Oído de apelación	
D	A	A	C	D	B	B	A	A	D	Oído de autorevelación	

DESCRIPCIÓN DE LAS CUATRO OÍDOS²⁷

OÍDO TANGIBLE:

La información factual de una conversación, una declaración o un texto es importante para usted y le gusta prestar atención a su precisión, exactitud e integridad. Está interesado en aclarar un hecho. Siempre te aferras al asunto en cuestión, sin grandes emociones. Eso puede ser muy agradable, también para su interlocutor.

Sin embargo, los sentimientos también juegan un papel importante en un mensaje, pero es difícil escucharlos. No te llevas muy bien con gente que reacciona muy emocionalmente, porque te resulta difícil entender el mensaje. Los problemas de relación son difíciles de resolver para usted, pero usted puede aclarar bien la situación.

Sin embargo, algunas situaciones no pueden resolverse con argumentos tangibles. Particularmente en las relaciones interpersonales puede causar problemas si los argumentos se basan exclusivamente en argumentos de hecho y se ignora el meta-nivel. Los frentes podrían fortalecerse y la conversación podría conducir a una fuerte confrontación.

Si usted oye principalmente con el oído tangible, se vuelve fatal si el problema real se encuentra en el área interpersonal. A menudo surgen situaciones en las que ambos miembros de la pareja se enfrentan a un problema de relación a nivel tangible. Por ejemplo, cuando ya no se trata de la cuestión en sí, sino de cuál de los dos tiene razón.

OÍDO DE RELACIÓN:

A menudo te preguntas qué piensa la otra persona de ti y eres demasiado crítico contigo mismo. Pertenecer es muy importante para ti, y todo está en equilibrio entre las personas. Las perturbaciones atmosféricas o las tensiones interpersonales no se soportan bien y se desea eliminarlas lo antes posible. Ustedes están muy abiertos a lo que los demás piensan de ustedes y a la clase de relación que tienen entre sí. La comunicación atenta es muy importante para ti porque te tomas muchas cosas en serio. A menudo también reaccionas muy emocionalmente. Te preocupas mucho de que todo el mundo esté contento contigo y de que la gente te quiera. Tu fortaleza es también que puedes cuestionarte a ti mismo y hablar abiertamente sobre problemas personales.

Sin embargo, usted también está siempre un poco inseguro y alerta, lo que rápidamente lo lleva a sentirse atacado. Cuando alguien se enoja, rápidamente

²⁷ La evaluación fue creada por el Dr. Thomas Hilsenbeck con la ayuda de la elaboración "Los 4 oídos se presentan". http://www.thomas-hilsenbeck.de/wp-content/uploads/Dr-Th-Hilsenbeck-Schulz-von-Tun-Die-4-Ohren-stellen-sich-vor-Vers-6_0.pdf

te preguntas: ¿Está la otra persona enojada conmigo? Cuando alguien se ríe, te preguntas: ¿Se está riendo de mí? Si no recibes suficiente retroalimentación del exterior, el „referirte a ti mismo“ se vuelve tan grande que no puedes calmarte en absoluto. Entonces te cuestionas a ti mismo siempre y en todas partes. A menudo escuchas de otros que estás agotado, aunque en realidad te gustaría escuchar que estás bien.

Recuerde, a veces los mensajes son para revelarse a sí mismos y no tienen nada que ver con usted.

OÍDO DE AUTORREVELACIÓN:

Puedes ponerte en el lugar de los demás e involucrarte en los sentimientos de tu contraparte. Constantemente preguntas o sientes cómo están tus semejantes y qué es lo que los ocupa. No es difícil para ti construir relaciones y estar cerca de los demás. Te gusta escuchar a los demás, eres comprensivo y empático. También puede pensar en las situaciones y entender cómo les va a los demás sin que digan mucho. La empatía es una gran fuerza tuya, puede ayudar a muchas personas porque se sienten comprendidas.

Sin embargo, si la forma en que usted recibe es demasiado unilateral, es posible que no pueda obtener la información que le concierne. En tales situaciones no se toma en serio a su interlocutor, sino que lo considera como un objeto a diagnosticar y no se aprecia suficientemente el lado tangible del mensaje. Aquí el método de la „escucha activa“ puede ayudar. La escucha activa es un intento de no colocarse en los sentimientos y pensamientos del emisor de una manera crítica.

A menudo estás mentalmente un poco demasiado con los demás y muy poco contigo mismo. Demasiada empatía por los demás a veces te hace olvidarte de ti mismo. No sientes si algo te molesta, si no estás seguro, si alguien te ha insultado u ofendido. Esto también significa que si alguien está realmente enojado contigo, puedes ver que la otra persona no lo está haciendo bien, pero no puedes ver que tiene algo que ver contigo. A veces interpretas demasiado a las personas que te rodean y te acercas demasiado a ellas.

OÍDO DE APELACIÓN:

Escuchas sobre todo las llamadas en los mensajes de tus semejantes. Escanea los mensajes en busca de lo que debe hacer. Te gustan los mensajes claros que te dicen exactamente qué hacer. Entonces puedes decidir claramente si seguir o no la invitación. Siempre tratas de complacer a todos y escuchar los deseos de los demás en todo lo que se dice. Si se vuelve demasiado para ti, reaccionas obstinadamente y te encierras y quieres tener tu paz. A veces ya ni siquiera sabes exactamente lo que quieres, porque estás muy ocupado con los deseos de los demás.

Debido a que usted escucha con mucha atención los llamamientos, esta es una gran oportunidad para trabajar en conjunto con otras personas. También puedes quitar el viento de las velas de otras personas que están enfadadas u ofendidas, porque no es difícil para ti preguntar por sus deseos. Es muy agradable para ti escuchar que eres importante e indispensable, porque te gusta cuando te ven en tus esfuerzos.

Para poder seguir trabajando con el modelo de 4 oídos, se pueden utilizar las siguientes preguntas de reflexión para el post-procesamiento:

- *¿En qué oído oigo particularmente bien?*
- *¿Qué oído es muy pequeño en mi caso? ¿Me gustaría que esta oído fuera más grande?*
- *¿Cómo podría el oído pequeño ayudarme en mi vida diaria? ¿Cómo podría hacerlo más grande?*

Los estudios muestran que las personas que pueden nombrar sus necesidades, percepciones y sentimientos para sí mismas y también comunicarlos a los demás pueden manejar mejor sus sentimientos y emociones. A través del contacto con las propias necesidades y sentimientos, también es más fácil para las personas desarrollar empatía y empatía hacia los demás.

Con el siguiente ejercicio puedes practicar el envío consciente y preciso de un mensaje. El remitente tiene una idea de cómo puede ser la diferencia entre lo que quiere comunicar y lo que recibe la otra persona.

Dado que los malentendidos también pueden causar frustración durante este ejercicio, es esencial que el ejercicio vaya seguido de una reflexión en la que los participantes puedan practicar cómo nombrar sus sentimientos y necesidades.

4.2.2. Pintura de cuadros

Tamaño del Grupo: a partir de 2 personas

Tiempo: 60 minutos

Material: 2 plantillas de imagen diferentes, papel, bolígrafo, cinta adhesiva

OBJETIVOS:

- Fomento de la escucha precisa y de la descripción concreta
- Promoción de la empatía
- Introducción al tema “Comunicación”
- Conocimiento de las funciones del “Remitente” y del “Receptor” en la comunicación bidireccional

PREPARACIÓN:

- Crear suficiente espacio para trabajar en equipo

INSTRUCCIONES:

El grupo se divide en equipos. En los equipos, los participantes acuerdan quién será el “remitente” y quién el “receptor”. El remitente recibe una plantilla de imagen que el receptor no debería ver. El destinatario recibe un bolígrafo y una hoja de papel. Ahora el remitente comienza a describir la imagen con la mayor precisión posible y el destinatario intenta poner la descripción en papel. Después de 20 minutos termina la primera ronda y se intercambian los papeles. El nuevo remitente recibe una nueva plantilla.

NIVEL DE DIFICULTAD:

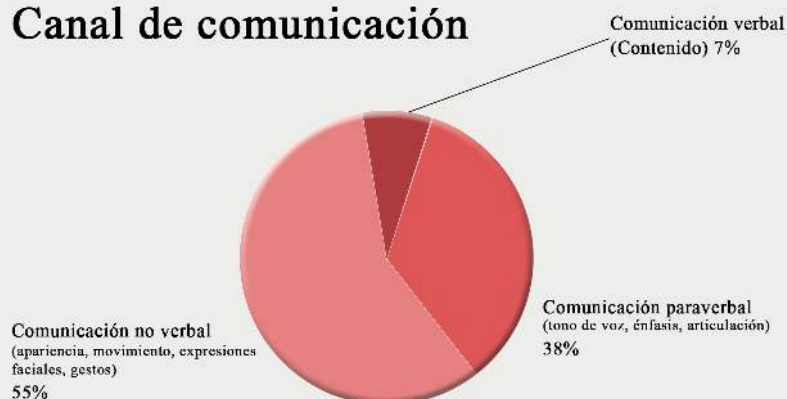
El destinatario no puede hablar.

Al final, los participantes reflexionan juntos:

- ¿En qué papel se sintió más cómodo?
- En caso afirmativo, ¿Hubo alguna dificultad?
- ¿Qué más hubieras deseado?
- ¿Qué sentimientos tuvo durante el ejercicio y cuándo ocurrió?

En el siguiente ejercicio los participantes experimentan cómo funciona la comunicación buena (o mala) no verbal y paraverbal. Las personas no sólo se comunican a través de las palabras, al contrario, mucha información se transporta a través del tono, las expresiones faciales y los gestos. El oyente percibe el mensaje de la siguiente manera:

Canal de comunicación



4.2.3. Obra de arte con cuerdas

Tamaño del grupo: a partir de 8 personas

Duración: 30-45 minutos

Material: Cinta metrica de 5-10 metros, Bolígrafo, Papel

OBJETIVO:

- Aprender cómo funciona la comunicación sin el uso del idioma
- Observación de dinámicas y procesos de grupo
- Auto-reflexión “¿Cómo hacer frente a situaciones desconocidas?”
- Observación del propio comportamiento en el grupo
- Reconocimiento de las diferencias en la autopercepción y la percepción externa

PROCEDIMIENTO:

El grupo está dividido en dos partes: una mitad son los observadores y la otra mitad los artistas de la cuerda.

Los observadores se sientan en la parte trasera de la sala desde donde pueden observar a los artistas de la cuerda. Escriben lo que pueden observar en los artistas de la cuerda: Quién aporta activamente las ideas y cómo, quién tiene más probabilidades de quedarse fuera y dejar que los demás decidan quién es crítico, cómo perciben el estado de ánimo del grupo,....

Los artistas de la cuerda se paran en un círculo con la cuerda y se les da la tarea de ponerse de acuerdo sin palabras sobre un motivo, que luego quieren representar con la cuerda. Podría ser, por ejemplo, el horizonte de Viena (con la catedral de San Esteban, la rueda de la fortuna, los rascacielos, el palacio de Schönbrunn,...), una forma animal, un rascacielos, un árbol,.... El grupo tiene 10 minutos para hacerlo.

El líder del grupo anuncia cuando la mitad del tiempo ha terminado y cuando sólo queda un minuto para terminar. Si todos los miembros del grupo están satisfechos con el resultado antes de que se acabe el tiempo, el grupo puede detener el tiempo.

Se pueden utilizar las siguientes preguntas de reflexión:

- ¿Cómo te fue con el ejercicio?
- ¿En qué papel te percibías a ti mismo?
- ¿Qué sentimientos han surgido en ti?
- ¿Cómo funcionó el trabajo en equipo?
- ¿Cómo entendió lo que otros miembros del grupo estaban tratando de decirle?



Luego los observadores comparten lo que han notado, sin ninguna evaluación.



Ahora se intercambian los papeles de los artistas de la cuerda y de los observadores

EIN GUTES FEEDBACK...

...beschreibt die eigene Wahrnehmung anstatt eine Situation zu bewerten.

...ist klar und genau formuliert, um nachvollziehbar zu sein.

...ist ohne moralische Verurteilung. Die Person, die Feedback bekommt, soll nicht das Gefühl haben, sich verteidigen zu müssen!

...ist konkret und situationsbezogen.

...ist die Mitteilung einer reinen Beobachtung, nicht von Vermutungen oder Interpretationen.

...erfolgt zur rechten Zeit, am besten unmittelbar nach einer Situation.

4.2.4. Ejercicio de relajación: alfabeto de paz

Tamaño del Grupo: a partir de 10 personas

Tiempo: 15 min

Materiales: 2 rotafolios, bolígrafos

OBJETIVO:

- Ejercicio de relajación/energizante
- Estimulación de la creatividad
- Fomento de la competencia para la resolución de problemas
- Fomento de la competencia para el trabajo en equipo

PREPARACIÓN:

- Anotar el alfabeto en los rotafolios (un alfabeto por grupo)

PROCEDIMIENTO:

El grupo se divide en dos o más grupos. Los grupos forman filas en un lado de la sala. Por otro lado, varios rotafolios (un rotafolios por grupo o un alfabeto por grupo) se adhieren a las paredes en las que se escribe todo el alfabeto verticalmente:

A_____	O_____
B_____	P_____
C_____	Q_____
D_____	R_____
E_____	S_____
F_____	T_____
G_____	U_____
H_____	V_____
I_____	W_____
J_____	X_____
K_____	Y_____
L_____	Z_____
M_____	
N_____	

Los grupos están compitiendo y tienen que escribir una palabra para cada letra tan pronto como sea posible. Sólo una persona por grupo puede correr hacia adelante y escribir algo. Tan pronto como la persona haya regresado, la siguiente persona en la fila puede comenzar.

Este método se puede hacer con diferentes temas. Para situar el ejercicio en el contexto de la prevención de la violencia, se pueden elegir, por ejemplo, los siguientes temas:

Paz, justicia, cohesión, igualdad, justicia de género, amigos y familia, comunidad, equidad, fortalezas del grupo, deseos para el futuro de la humanidad, lo que se necesita para una buena vida para todos,

4.2.5. Ejercicio de relajación de 45 segundos

Tamaño del Grupo: a partir de 5 personas

Tiempo: 5-10 min

Material: Balón, cronómetro

OBJETIVO:

- Ejercicio de activación para despejar la mente.

PROCEDIMIENTO:

El grupo se pone de pie en círculo. Un participante lanza el balón a alguien y le da un término a la persona. Este término debe ser de una categoría previamente definida. Por ejemplo, se puede elegir la categoría “Países”, de modo que se puede lanzar literalmente la palabra “Italia” a una persona. La persona que recibe el balón con la palabra ahora tiene 45 segundos sin parar para contar algo que la conecte con el término. (Con “Italia” quizás una historia sobre las últimas vacaciones allí.)

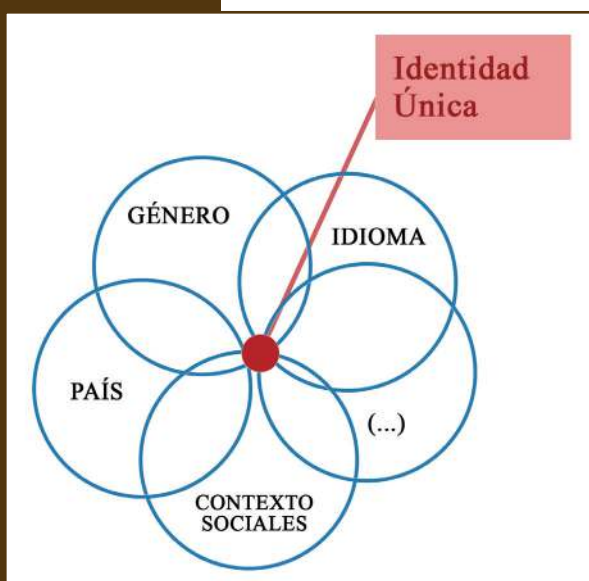
En el caso de un grupo que ya ha tratado el tema del “extremismo”, también se puede definir el extremismo como una categoría o cambiar la categoría según el tema del taller.

4.3 Identidad y personalidad

Para entender lo que significa cuando no se satisface la necesidad de identidad, primero es necesario entender qué es lo que da forma a la identidad de una persona y qué es lo que necesita para construir su propia identidad

CONCEPTO DE IDENTIDAD

La identidad puede definirse como una combinación de características socioculturales que comparten algunos individuos y que los distinguen *Einzigartine Identität* de otros. La identidad de una persona se basa en una variedad de elementos con los que se identifica. Estos elementos pueden ser de diferentes tipos: lengua o grupos lingüísticos, creencias religiosas, país de nacimiento o residencia, identidad cultural, grupo étnico, color de la piel, género, orientación sexual, ideología política, ocupación, estatus socioeconómico, edad, etc. La identificación con estos elementos nos permite compartir algo con muchas personas, aunque cada persona es probablemente la única que comparte todos estos elementos simultáneamente²⁹. Esto es lo que nos da nuestra identidad única (que experimentamos como un todo).



²⁹ MAALOUF, Amin: “Identidad Asesina”

La identidad se construye y cambia con el tiempo. Los patrones y hábitos con los que una persona se identifica varían. Así que la identidad es una experiencia contextual y una experiencia localizada dependiendo de la situación específica en la que se encuentre la persona.

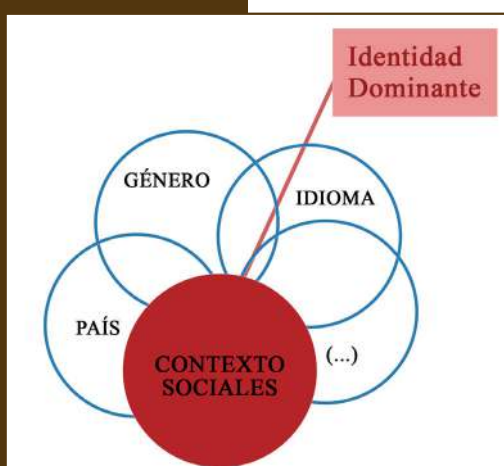
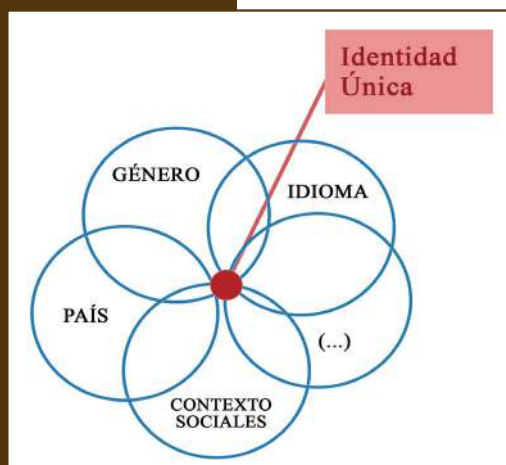
Las personas que nos rodean influyen en nuestro ser, independientemente de si nos identificamos con uno u otro grupo. Aunque hay varios elementos que construyen nuestra identidad, a menudo se puede dar más prioridad a los elementos individuales. Tales como elementos constantes como el lenguaje (aunque esto no garantiza un sentido de unidad entre los hablantes de la misma lengua), elementos como la religión (especialmente si el creyente somete todas sus acciones a esta categoría central), o eventos únicos aleatorios que determinan significativamente nuestra identidad.

EL PELIGRO DE LA IDENTIDAD

Cuando sentimos que uno de los elementos de nuestra identidad está amenazado, tendemos a resumir toda nuestra identidad en este único aspecto. Nos reconocemos a nosotros mismos en el sentido de pertenencia que creemos que es atacado, y tratamos de protegerlo trascendiendo todos los demás aspectos de la identidad.

La sensación de que la identidad está en peligro puede llevar al miedo o a la inseguridad. Cuanto mayor es la amenaza que percibimos, mayores son las posibilidades de adoptar una postura firme, polarizarse y desarrollar posiciones extremistas. Tendemos a crear límites imaginarios de pertenencia a aquellos que percibimos como una amenaza para nosotros (a menudo se consideran como un todo homogéneo). Cuanto mayor es la polarización, mayor es la distancia entre los “afines” y los “disidentes”. A veces incluso construimos nuestra identidad en contra de lo que el “rival” representa; nos vemos a nosotros mismos como “lo que el rival no es”³⁰.

En el corazón de cualquier comunidad que se sienta amenazada, hay una necesidad de responder a esa amenaza. Desde la lógica del extremismo violento, aquellas personas o grupos que alzan la bandera de una identidad comunitaria pueden satisfacer la necesidad de una fuerte identidad comunitaria utilizando expresiones extremas y “curando las heridas de la gente del grupo”. Ayudan a saciar la sed de venganza y promueven la idea de que “se lo merecen”³¹.



³⁰ Extracto del „Plan de Acción“ de la OPEV - Observatorio para la prevención de la violencia extremista

³¹ MAALOUF, Amin: „Identidad Asesina“

MÉTODOS PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA PERSONALIDAD, LA FORMACIÓN DE LA IDENTIDAD Y LA

4.3.1. “¿Quién eres?”

Tamaño del grupo: 5 personas o más
Tiempo: 15 Minutos

OBJETIVO:

- Los participantes entienden el concepto de “identidad”.
- Auto-reflexión y auto-conocimiento
- Hacer visible la diversidad
- Reconocer los diferentes roles que cada uno tiene

INSTRUCCIONES:

Para este ejercicio el espacio disponible se divide en dos mitades. Una mitad significa „Sí“, la otra mitad „No“. Todo el espacio entre los dos polos puede ser usado (uno puede imaginar una escala de 0-100%) para ubicarse donde las siguientes afirmaciones se aplican más a uno personalmente:

“Me veo como un hombre/mujer”

“Me veo a mí mismo como gracioso/no gracioso.”

“Me veo como religioso, esotérico, espiritual/no.”

“Me veo a mí mismo como parte de la clase obrera/no”

“Me veo a mí mismo como privilegiado/no.”

“Me veo a mí mismo como introvertido/extrovertido.”

“Me veo como una persona segura/insegura.”

“Me veo como una persona crítica/tolerante.”

etc.

PARA REFLEXIONAR:

Todos estamos formados por todas nuestras diferentes identidades - el centro de todas estas identidades es nuestra identidad de grupo común.

Cuando partes de nuestra identidad se ven amenazadas, empiezan a ser más dominantes y pueden causar acciones que se consideran extremas.

Si sólo se legitima una de las dos identidades, la otra se sentirá amenazada.

Inestabilidad: Uno trata de ganar poder sobre el otro = inseguridad. Cuando siento inestabilidad, busco personas que se parezcan a mi identidad. PARA EJEMPLO: Relación entre los nacionalistas austriacos y los Países Bajos.

La clave de la radicalización es = mensajes simples, claros y simplificados para problemas complejos.

4.3.2 Flor de poder³²

Tamaño del grupo: 12-30 personas,

grupos pequeños: 4 - 6 personas

Tiempo: 60 min

Material: una copia de la hoja de trabajo “Flor de poder”
para todos los participantes, Bolígrafos

OBJETIVOS:

- Reflexión sobre el propio posicionamiento en la sociedad
- Lidiar con la propia posición de (impotencia) poder y (sin) privilegio
- Abordar las desigualdades de poder social
- Desarrollar un enfoque responsable y constructivo del propio poder y privilegios.

PREPARACIÓN:

- Escribir preguntas para reflexionar en un rotafolio

INSTRUCCIONES:

La hoja de trabajo “Flor de poder” presenta varias categorías de diferenciación socialmente eficaces (religión, idioma, color de la piel,...). Las categorías de diferenciación mencionadas en el Power Flower deben entenderse como categorías construidas socialmente que, sin embargo, son efectivas en términos reales.

Juntos en todo el grupo se definen diferentes categorías para las categorías de diferenciación - por ejemplo, para el color de la piel: blanco / no blanco, o para el idioma: alemán como lengua materna / otro idioma como lengua materna, etc.

En el círculo medio (el más pequeño de los dos pétalos) se inserta la categoría que se considera privilegiada en el contexto social. En el pétalo externo se insertan aquellas categorías que se consideran menos privilegiadas en la sociedad.

Ahora los participantes pintan los pétalos, a los que ellos mismos pertenecen.

Las flores se discuten y reflexionan en el plenario. Debe quedar claro que el esquema Power Flower se refiere a categorizaciones que se construyen y que, en su simplificación, no reflejan adecuadamente la compleja realidad, pero que en esta forma son socialmente eficaces y están estrechamente vinculadas a la distribución de privilegios y al acceso a los recursos. Lo importante aquí es que a menudo nos vemos obligados a posicionarnos en este sistema provocador. También es importante reconocer que todos los individuos se encuentran en la intersección de diferentes categorías de diferenciación y, por lo tanto, se encuentran en una posición privilegiada en un punto y en una posición no privilegiada en otro.

VARIANTE:

Otra variante es que los participantes elaboren las categorías “privilegiados / menos privilegiados” en el trabajo individual, pinten los pétalos que les corresponden y discutan los resultados en pequeños grupos.

³² <https://www.mangoes-and-bullets.org/wp-content/uploads/2015/02/8i-Power-Flower.pdf>

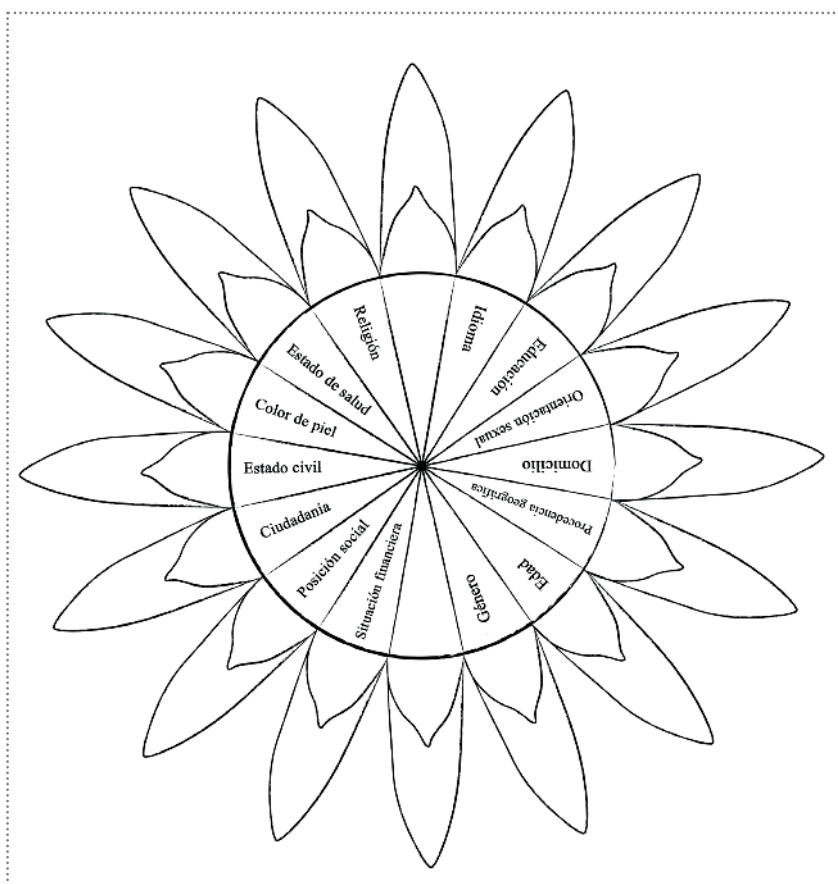
GRUPOS PEQUEÑOS

Cuando todos los participantes hayan terminado de marcar sus hojas de trabajo, vayan en grupos pequeños (4-6 personas) para discutir la “Flor de poder”. Las siguientes preguntas, que deben ser visibles para todos en un póster, pueden servir como orientación:

- ¿Qué grupos sociales he elegido? Por qué?
- ¿Cuál es la relación entre las flores internas (privilegiadas) y externas (no privilegiadas) en mi Flor de poder?
- ¿Cómo se siente estar en el grupo interno/ externo?

PREGUNTAS PARA UNA MAYOR REFLEXIÓN:

- ¿Pertener a las categorías de los pétalos es su propia decisión voluntaria o esta pertenencia ha sido asignada desde „fuera“? ¿Cuáles son las consecuencias?
- ¿Es cambiante la afiliación a los pétalos?
- ¿Pueden las afiliaciones privilegiadas/no privilegiadas conducir a otras afiliaciones?
- ¿Cómo y cuándo podemos ser poderosos incluso en posiciones marginales?
- ¿Cómo te sientes con tu poder o impotencia y qué podemos hacer con este análisis ahora?³³



4.3.3. Prueba de privilegios³⁴

Tamaño del Grupo: 8-30 personas

Tiempo: 20-30 minutos

Material: Lista de preguntas, un signo con “SÍ” y “NO” cada uno

OBJETIVO:

- Promoción de la empatía
- Auto-reflexión de privilegios y distribución de oportunidades

INSTRUCCIONES:

Una línea imaginaria se dibuja en el espacio. En un extremo se coloca el signo “SÍ” y en el otro extremo el signo “NO”.

Ahora las declaraciones se leen a los participantes, y dependiendo de cómo puedan responderlas ellos mismos, se colocan en esta línea.

Entre las declaraciones, se puede preguntar una y otra vez a cada uno de los participantes por qué se han colocado de esta manera.

1. Nunca ha tenido serias dificultades financieras.
2. Vive en una casa o apartamento con agua corriente, electricidad y un inodoro.
3. Siente que su lengua, religión y cultura son respetadas en la sociedad en la que vive.
4. Siente que su opinión sobre cuestiones sociales y políticas es importante y que se le escucha.
5. Otras personas buscan su consejo sobre varios problemas.
6. No tiene miedo de entrar en un control policial.
7. Nunca sintió que lo estaban discriminando por sus antecedentes.
8. Sus necesidades sociales y médicas están adecuadamente cubiertas.
9. Puede ir de vacaciones una vez al año.
10. Puedes invitar a tus amigos a cenar a casa.
11. Tus padres te han animado a que en última instancia puedas lograr y convertirte en lo que realmente quieres.
12. Tienes una vida interesante y tienes confianza en tu futuro.
13. Tienes la sensación de que puedes estudiar y cumplir tus aspiraciones profesionales.
14. No tiene miedo de ser acosado o atacado en la calle o en los medios de comunicación.
15. Puede votar en todas las elecciones.
16. Puede ir al cine o a un club al menos una vez por semana.
17. No temes por el futuro de tus hijos.
18. Puedes enamorarte de quien quieras.
19. Tienes la sensación de que tus habilidades encontrarán reconocimiento en la sociedad en la que vives.
20. De niño visitabas regularmente los museos, las exposiciones o el teatro con tus padres.
21. Usted tiene acceso a Internet.
22. Nunca tuviste la sensación de ser excluido.

En este ejercicio, los participantes revelan mucho sobre sí mismos. Es importante que los que quieran decir algo sobre sí mismos tengan la palabra, porque la apertura mutua contribuye a la confianza mutua.

REFLEXIÓN:

A menudo uno no percibe conscientemente sus propios privilegios en la vida diaria. Sólo los que se quedan perciben que los demás tienen más oportunidades en la vida. Es posible discutir con los participantes cómo debe estructurarse la convivencia social para que los que tienen menos o ningún privilegio también tengan oportunidades en la vida.

4.3.4 Pasado, presente y futuro

Tamaño del grupo: a partir de 2 personas, trabajo individual y en equipo

Tiempo: 60 min

Material: Alfileres, Papel, Rotafolio con preguntas sobre el pasado, presente y futuro

OBJETIVOS:

- Promoción de la autorreflexión
- Creación de visiones de futuro positivas
- (Reconocer) las propias fortalezas, debilidades, deseos y necesidades.
- Fortalecer el sentido de la autoestima

PREPARACIÓN:

- Escriba las preguntas en el rotafolio

INSTRUCCIONES:

Primero, los participantes elaboran personalmente las siguientes preguntas, y luego se reflexiona sobre ellas en una discusión individual. Las preguntas deben ser contestadas una tras otra: Pasado - presente - futuro.

PASADO / INFANCIA

- ¿Qué querías ser cuando eras niño?
- ¿De qué tenías miedo?
- ¿En qué eras bueno?
- ¿Quién fue tu modelo a seguir, a quién admirabas?
- ¿Dónde te sentiste particularmente bien?
- ¿Qué es lo que más te gustó?
- ¿Quién te influyó en tu infancia?
- ¿Qué experiencias o recuerdos han permanecido con usted hasta hoy?

PRESENCIA

- ¿Qué te hace estar satisfecho en este momento?
- ¿Qué es lo que te ocupa, qué es lo que está cerca de ti?
- Si tuvieras un deseo, ¿Qué querrías cambiar?
- ¿Qué debería permanecer para siempre como está ahora?
- ¿Qué personas te acompañan en tu camino, que te fortalecen y apoyan?
- ¿Dónde se pueden recargar las baterías?
- ¿Estás actualmente donde quieres estar? Si es así, ¿Dónde está? Si no, ¿Dónde te gustaría estar?
- ¿Cuáles cree que son sus puntos fuertes?
- ¿Qué ven los demás como sus puntos fuertes?
- ¿Qué te gustaría poder hacer mejor?

FUTURO

- ¿Cuál es tu deseo para los próximos 5-10 años?
- ¿Cuál es tu deseo para los próximos 10-20 años?
- ¿Qué deseas para toda la gente y para el planeta?
- ¿Qué se necesita para lograr el futuro que deseas para ti y para todas las personas?
- Si te imaginas en el futuro, ¿cómo te gustaría ser?
- ¿Qué es lo que quieres lograr?

TRABAJO DE REPASO:

Este método permite a los participantes ponerse en contacto consigo mismos. Sirve para que la gente tome conciencia de lo única que es cada persona con su historia, deseos, metas, sueños y esperanzas. Al mismo tiempo, el método nos muestra que todos tenemos una cosa en común: todos tenemos deseos y sueños.

Sirve para crear una imagen positiva del futuro con los participantes, en la que toman conciencia de sus sueños y deseos, fortalezas y debilidades y los aceptan como parte de sí mismos. Además, se puede contar una historia corta al final del método:

LA GRIETA EN EL TAZÓN

Había una vez una anciana que tenía dos grandes tazones colgando de los extremos de un poste que llevaba sobre sus hombros.

Uno de los tazones tenía una grieta, mientras que el otro era impecable y siempre contenía una porción completa de agua. Sin embargo, al final de la larga caminata desde el río hasta la casa de la anciana, el otro tazón estaba medio lleno.

Durante dos años esto sucedía a diario: la anciana sólo traía a casa un tazón y medio de agua a la vez.

El tazón impecable, estaba muy orgulloso de sus logros, pero el pobre tazón con la grieta se avergonzaba de sus defectos y se entristeció de que sólo pudiera hacer la mitad de lo que se le había encomendado.

Después de dos años que parecían un fracaso sin fin, el tazón habló con la anciana:

„Estoy tan avergonzada de mi grieta, ya que en camino a tu casa siempre se sale el agua.“

La anciana sonrió.

„¿Notaste que las flores florecen en tu lado del camino, pero no en el otro tazón? Sembré semillas de flores en tu lado del camino porque era consciente de tu error. Ahora los riegas todos los días cuando volvemos a casa. Durante dos años pude recoger estas hermosas flores y decorar la mesa con ellas. Si no fueras como eres, esta belleza no existiría y honraría nuestra casa“.

Cada uno de nosotros tiene sus propias características únicas, pero son precisamente esas características únicas las que hacen que nuestras vidas sean tan interesantes y gratificantes.

Usted debe tomar a cada persona como es y ver lo bueno que hay en ella.

4.3.5. Cofre del tesoro

Tamaño del Grupo: 5-40 personas

Tiempo: 60 - 120 minutos

Material: 1 caja de cerillos vacía por persona, Material de corte (varias revistas y periódicos, postales,...), Materiales decorativos (polvo de brillo, pegatinas,...), suficientes tijeras, suficiente pegamento, bolígrafo, papel de color, materiales de artesanía.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la autoestima
- Promoviendo un sentido de comunidad
- Promoción de la capacidad empática
- Reconocer cómo te perciben los demás

PREPARATIVOS:

- Preparación de materiales decorativos
- Pida a los participantes que traigan una caja de cerillos vacía, de lo contrario, póngala a su disposición.

PROCEDIMIENTO:

Los participantes tienen de 30 a 60 minutos para diseñar creativamente su caja de cerillos de manera que se adapte a sus necesidades y la vean como un pequeño cofre del tesoro personal. Cada grupo puede tomar diferentes períodos de tiempo - algunos pasarán mucho tiempo en esta tarea, otros terminaran en 10 minutos. Aquí depende del profesor estimar el tiempo para un grupo.

En algún lugar del cofre del tesoro el nombre del propietario debe ser legible.

4.3.6. Método final: Fortalecer la espalda

Tamaño del grupo: 10-100

Tiempo: 20 min

Material: Marcadores de colores, Papel, Cinta de crepé

OBJETIVOS:

- Fortalecimiento de la personalidad a través del grupo
- Promoción de una imagen positiva de sí mismo
- Reconocimiento de las diferencias entre la autopercepción y la percepción externa

INSTRUCCIONES:

Todos los participantes reciben una hoja de papel y un rotulador. Cada participante escribe su nombre en la hoja de papel y luego se pega a la espalda con cinta de crepé. Los participantes ahora tienen 20 minutos para escribir en sus espaldas lo que valoran de cada persona, las fortalezas que reconocen en la persona, una breve anécdota sobre una experiencia compartida “hermosa/vinculante”, algo que desean que la otra persona tenga,....

Sólo las cosas agradables y agradecidas pueden ser escritas en la espalda de los demás! Si usted, como líder de grupo, quiere asegurarse de que el ejercicio funcione sin “vulgaridades”, puede decir que el nombre debe escribirse siempre bajo el mensaje correspondiente.

4.4. Dinámica de grupo y procesos de grupo

Los ejercicios dinámicos de grupo tienen como objetivo acompañar y moderar los procesos grupales de manera focalizada. Esto los convierte en una herramienta importante en el trabajo de prevención. Los modelos de roles fijos, que han sido impuestos por los propios participantes o atribuidos a ellos por el grupo, pueden romperse, los prejuicios pueden reducirse y el sentimiento de “nosotros” puede fortalecerse de manera sostenible a través de experiencias compartidas de éxito. Un grupo/comunidad positiva, en la que todos se sientan cómodos, bien integrados, se sientan vistos y escuchados y por lo tanto “seguros”, evita acciones radicales, intimidación y cualquier tipo de violencia.

4.4.1. Flores sobre flores

Tamaño del Grupo: a partir de 10 personas

Tiempo: 20 min

Material: Bolígrafo y papel

OBJETIVO:

Promover la comprensión de la diversidad como elemento fortalecedor de una comunidad

INSTRUCCIONES:

A los participantes se les da papel y un bolígrafo y se les pide que dibujen una flor. No se deben dar más instrucciones y los participantes deben concentrarse en su flor.

Una vez que todos terminan, se mueven por la habitación con su dibujo para mostrar su flor a los demás y examinar los dibujos de los demás.

Después de la exposición de flores, el líder del grupo hace espacio para dos categorías en el salón y pide a los participantes que se coloquen donde encajan sus dibujos.

“¿CÓMO ES TU FLOR:

1. Con tallo / sin tallo
2. Pintado / no pintado
3. Creciendo fuera de la tierra/sin tierra
4. Con una maceta/sin maceta
5. Con pétalos simétricos / con pétalos desordenados
6. Con hojas/sin “hojas”.

Después del ejercicio habrá una ronda de reflexión, los siguientes puntos pueden ser útiles:

- Hay muchas pequeñas y grandes diferencias y variaciones, pero todas las variaciones tienen una cosa en común: cada flor es una flor, cada hoja es una hoja aunque parezcan diferentes,
- Algunas flores difieren en algunos puntos, en otros son las mismas.
- Siempre hay aspectos que son iguales a otros.
- Si no es posible que alguien dibuje una flor (por ejemplo, por una deficiencia), esto se llama “exclusión”.
- En un aspecto uno está en el lado de la minoría, pero en otro aspecto uno está en el lado de la mayoría o de la igualdad.
- Si usted es mayoritario, a menudo es difícil ver a la minoría.
- Las minorías pueden sentirse avergonzadas, orgullosas, tristes, - ¿Cómo les ha ido a los participantes en sus respectivos roles?
- Las minorías suelen tener menos poder/estatus
- Minoría + Mayoría = Diversidad! No exclusión y problema

4.4.2. Cruce de pantanos

Tamaño del Grupo: 10-15 personas

Tiempo: 30-50 min.

Material: Número de baldosas de PVC correspondiente al tamaño del grupo (tamaño A4), 2 líneas de marcado (cuerda, palos o cinta de crepé), Algunas vendas para los ojos.

OBJETIVOS:

- Adquisición de habilidades sociales
- Cooperación y competencia en el trabajo en equipo
- Reflexión sobre el propio papel en el grupo
- Fortalecimiento del grupo a través de un proceso dinámico de resolución de problemas.

PREPARATIVOS:

- Creando espacio
- Marcar el campo de juego

INSTRUCCIONES:

Este método puede realizarse en un aula grande, en el gimnasio o preferiblemente al aire libre.

En primer lugar, un campo de juego de al menos 10 metros de longitud se marca con dos líneas utilizando los palos / cinta de crepé. Es posible inventar una historia de juego para esto.

Todo el grupo está fuera del campo de juego de la 1ª línea, todo el mundo recibe un azulejo grande de PVC A4.

Ahora se explican las siguientes reglas:

- Todo el grupo debe cruzar el pantano (el campo de juego) juntos
- Los participantes pueden entrar en el interior del campo de juego exclusivamente con los azulejos, ya que de lo contrario el terreno pantanoso se los „tragaría“.
- Si el primer paso en falso ocurre y un pie sube al pantano, la persona es marcada con una cinta de crepe, si el segundo paso en falso ocurre, la persona pierde un zapato o es „cegado“ y debe usar una venda en los ojos de ahora en adelante. En el caso de una tercera pisada falsa de la misma persona, todo el grupo debe volver a la salida y el ejercicio comienza de nuevo.
- Tan pronto como alguien sube al pantano con ambos pies, todo el grupo tiene que volver a la salida y el ejercicio comienza de nuevo.
- En cuanto una baldosa toca el suelo del pantano, debe estar siempre en contacto con una parte del cuerpo. Si una baldosa se encuentra descuidada alrededor de la zona del pantano, se retira rápidamente de la línea de juego. Una vez que una baldosa se pierde, no será devuelta, ni siquiera después de un reinicio. (El ejercicio se vuelve realmente emocionante y cooperativo tan pronto como unos pocos baldosas son menos.)
- El ejercicio sólo termina cuando todos los jugadores Y todas las baldosas se han movido sobre la segunda marca.
- El grupo ahora tiene 5 minutos para pensar en una estrategia común.



GRUPO DE REFLEXION:

Una reflexión detallada en grupo después del ejercicio es esencial! Las preguntas de reflexión pueden ser:

- ¿Qué personas tuvieron un papel decisivo?

(Por supuesto TODOS los miembros del grupo son necesarios en este ejercicio, esta realización es muy importante para un sentimiento positivo del grupo.)

- ¿Dónde estaban las dificultades y cómo se resolvieron?
- ¿Qué fue importante en el proceso?

(Planificación, discusión, alguien que ha asumido el liderazgo o la moderación,...)

- ¿Qué habrías hecho diferente?
- ¿Cómo estás ahora?

Si el ejercicio no se ha realizado, puede ocurrir que se culpe a los jugadores por el fracaso; en este caso es muy importante intervenir y señalar que este ejercicio sólo puede realizarse como grupo y que nadie es responsable del fracaso. En este punto se puede introducir un buen manejo de los fracasos y una cultura positiva del fracaso. Todos experimentaremos situaciones en la vida que no son fáciles. Pero lo importante es el manejo correcto de las fallas y la competencia para aprender de los errores. Los errores son nuestros maestros más importantes! Para dejar el ejercicio con sentimientos positivos, se puede iniciar un nuevo intento después de la reflexión.

4.4.3. Exclusión

Tamaño del Grupo: a partir de 10 personas
Tiempo: 30 min

OBJETIVO:

- Autoconciencia y autopercepción
- Reconocimiento de las estrategias personales en situaciones difíciles
- Reflexión y experiencia personal de las dinámicas de exclusión
- Promoción de la competencia empática

PREPARACIÓN:

- Consideración de las tareas a resolver

INSTRUCCIONES:

En este ejercicio se simula el “ser excluido” y se reflexiona posteriormente sobre los sentimientos de todas las partes.

Tres voluntarios salen temporalmente de la sala para que no se den cuenta del resto del grupo. Al grupo restante, sin embargo, se le asigna una tarea especial. Los tres voluntarios son llamados de nuevo a la sala uno tras otro y tratan de resolver la tarea que se les ha asignado.

Las tareas pueden ser, por ejemplo, las siguientes:

Las tareas pueden ser: “Mirar lo más mezquino posible” y ocupar todos los lugares “estratégicamente importantes” de la sala. El voluntario que se una a usted debe encontrar un lugar en la habitación donde se sienta cómodo. ¡Una tarea sin solución! Aquí la vida emocional de los excluidos puede ser “reajustada” y evaluada en conjunto.

O se simula una situación típica del metro, ajustada: 8 personas están de pie en “tubo”, uno quiere pasar, ¿cómo resuelve el problema?

O el grupo debe enloquecer por la sala y siempre saludarse calurosamente con un apretón de manos. Todos saludan a todos, sólo el voluntario es rechazado. ¿Qué hace para hacer frente a la exclusión? ¿Renuncia? ¿Forzar un saludo por la fuerza? ¿Una persuasión encantadora? ¿Busca socios solidarios?

¡También en este ejercicio es muy importante una reflexión detallada!

1. ¿Cómo se sintieron los voluntarios?
2. ¿Cómo le fue al grupo que excluyó?
3. ¿Qué estrategias utilizaron los voluntarios para resolver la situación?
4. ¿Qué sentimientos estaban involucrados?
5. ¿Han experimentado otros voluntarios situaciones/ sentimientos similares en la vida diaria?
6. ¿Alguien del grupo de exclusión sintió la necesidad de actuar en contra de la función asignada y de cooperar con los voluntarios?

4.4.4. El huevo volador

Tamaño del grupo: 4-40 personas,
Grupos pequeños: de 4-5 personas cada uno.
Tiempo: 45-60 min

Material por grupo pequeño:

- Un huevo crudo
- 3 piezas de papel A4
- 1 pieza de papel A3
- Tijeras
- Cinta adhesiva o crepé de 2m
- 2m cuerda o lana
- Bolígrafo
- Un rollo de papel higiénico vacío
- Un poco de algodón

La lista se puede complementar según sea necesario o se pueden intercambiar materiales. Cuantos menos materiales, más difícil será el ejercicio.

OBJETIVOS:

- Fomentar la cooperación y el trabajo en equipo
- Auto-reflexión a través de la experiencia del papel personal en el grupo
- Autoconciencia a través de la comunicación y la expresión creativa
- Aprender a tratar positivamente los errores a través de la experiencia grupal

PREPARACIÓN:

- Se preparará un paquete de material por grupo.
- Se preparan mesas o salas para el trabajo en grupos pequeños
- Para que el huevo volador pueda ser analizado, debe ser posible „despegar“ desde una altura de 7-10 m, por ejemplo, desde una ventana en el tercer piso.

INSTRUCCIONES:

Al principio se entregará un paquete de material por grupo pequeño. Ahora los participantes tienen de 20 a 30 minutos para construir un objeto volador para el huevo crudo a partir de los materiales disponibles, de modo que el huevo “sobreviva” a un vuelo desde una altura de 7 a 10 metros.

Tan pronto como todos los grupos terminan y le han dado un nombre a su huevo crudo, los grupos pequeños se dividen por la mitad - un grupo pequeño deja que el huevo vuele desde el tercer piso, el otro grupo pequeño espera abajo para ver si el huevo ha sobrevivido. (Si todos los huevos sobreviven, los grupos tenían demasiados materiales a su disposición.)

Antes de que un huevo comience a volar, todo el grupo cuenta desde 10-0 y aplaude al huevo crudo con sus nombres.

AL FINAL DEL VUELO, LOS PARTICIPANTES REFLEXIONAN JUNTOS:

1. ¿Qué fue bien durante la construcción de los objetos voladores?
2. ¿Qué no funcionó tan bien?
3. ¿Pudiste aplicar todas tus ideas?
4. ¿Cómo funcionó el trabajo en equipo?

5. Materiales

Aquí encontrarás los materiales que necesitas para algunos de los ejercicios.

Método 4.1.4 "Bingo"

!Bingo!

¿Quién soy yo?
(¡Se añadirá más tarde!)

Mi punto culminante del
año pasado fue...

Mi música favorita es...

Mi comida favorita es.....

Lo que siempre he
querido hacer.....

Hablo los siguientes
idiomas.....

El lugar más hermoso
para mí es.....

Si ganara 10.000 euros,....

Me quito el sombrero
ante esta persona.....

Otros me aprecian...

Tengo miedo cuando...

Me vere así en diez
años...

Método 4.1.2 Propuestas de "Visión de futuro"



Grüne Zukunftsstadt: <https://www.n-tv.de/wissen/Gruene-Hochhaeuser-spriessen-in-den-Staedten-article16195471.html>



Drohne: <http://www.drohnen-kaufen.com/>

Método 4.1.2 Propuestas de "Visión de futuro"



Freizeit:<https://www.impulse.de/leben/die-generation-y-machen-sie-keine-ueberstunden-mehr/2012250.html>



Computerhand:<https://www.br.de/mediathek/podcast/nachtstudio/mythos-festanstellung-weniger-arbeit-fuer-alle/1301464>

Método 4.1.2 Propuestas de "Visión de futuro"



Bäume pflanzen: www.rp-online.at



"Am Marktstand" by kohlmann.sascha is licensed under CC BY-SA 2.0

Método 4.1.2 Propuestas de "Visión de futuro"

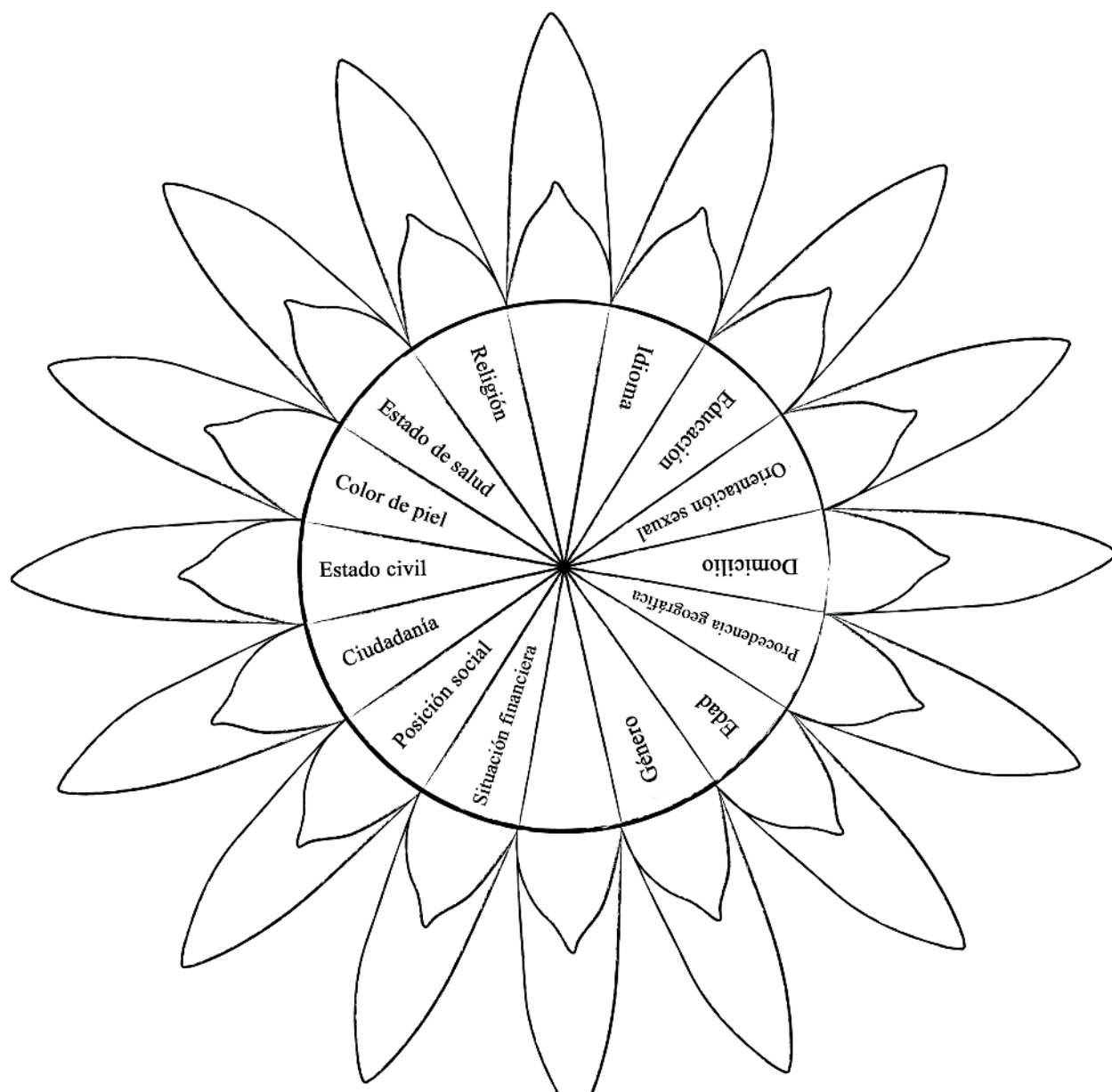


„People Dancing at a Discotheque“ by www.audio-luci-store.it is licensed under CC BY 2.0


















Close-up of trees torching during the Manning Creek stand replacement fire“ by usfs_pnwrs is licensed under CC PDM 1.0

Método 4.3.2. "Flor de poder"



6. Fuentes

-  Taller Anti-Bias (2007)
<http://www.anti-bias-werkstatt.de/?q=de/content/downloads>
-  Brandsma (2017): Bart Brandsma sobre la dinámica de la polarización.
<https://www.bpb.de/mediathek/261904/bart-brandsma-ueber-die-dynamik-von-polarisierung> (01.08.2019)
-  Dalgaard-Nielsen, Anja (2010): Radicalización violenta en Europa: lo que sabemos y lo que no sabemos. En: Studies in Conflict and Terrorism, 2010.
-  Galtung, Johan (1990): Cultural Violence. En: Journal of Peace Research, Vol. 27, No. 3/1990.
-  Glaser, Michaela / Greuel, Frank / Johannson, Susanne / Münch, Anna Verena (2011): práctica establecida, nuevos retos. En Alemania, la labor educativa preventiva contra el extremismo en la adolescencia se ha centrado hasta ahora principalmente en las manifestaciones de extrema derecha. En: DJI Impulse. Boletín del Instituto Alemán de la Juventud, 2, pp. 15-17.
-  Heitmeyer, Wilhelm (Sociólogo, Universidad de Bielefeld, 2011): alemanes estados. Episodio 10 Berlín: Suhrkamp.
-  Heitmeyer, Wilhelm (Sociólogo, Universidad de Bielefeld, 2011): Estados alemanes. Episodio 10 Berlín: Suhrkamp.
-  Comisión „Right-wing Extremism“ (ningún año): Informe final y propuestas de prevención. http://www.lpr.niedersachsen.de/Landespraeventionsrat/Module/Publikationen/Dokumente/Kommission-Rechtsextremismus-Abschlussberi_F132.pdf (12.05.2019).
-  MAHLE Natascha, SANDIKCI Murat: „Sung in der Schule - Unterrichtsmaterial zur Gewaltprävention“. 1.edition2010/<http://www.selbstsicherschuetzen.com/downloads/Achtung%20in%20der%20Schule.pdf>
-  Max-Neef, Manfred A. (1991), Übersetzung SCHNURPFEIL, Karin (2010): Entwicklung nach menschlichem Maß – Entwurf, Anwendung und weiterführende Betrachtungen, 2010
-  „Plan of Action“ von OPEV: Plan de acción de la sociedad Euromediterránea para prevenir todas las formas de Extremismo violento, 2017, del Observatorio para la Prevención del Extremismo Violento (OPEV): <http://opev.org/wp-content/uploads/2017/05/EuroMed-PVE-Plan-de-Accion-ESP.pdf> (February 2019)
-  Prinzjakowitsch, W. (2015). La función del trabajo juvenil abierto en relación con el extremismo y la radicalización de los jóvenes inmigrantes. En alemán Jugend, Zeitschrift für Jugendarbeit, Thema Jugend und Migration, número 7/8, Weinheim: Beltz Verlag
-  Documento temático de RAN (2018)
https://ec.europa.eu/home-affairs/sites/homeaffairs/files/what-we-do/networks/radicalisation_awareness_network/about-ran/ran-yf-and-c/docs/ran_yf-c_discussing-taboos_controversial_issues_en.pdf (05.08.2019)
-  El papel del trabajo juvenil en la prevención de la radicalización y el extremismo violento (2017)
https://ec.europa.eu/home-affairs/sites/homeaffairs/files/what-we-do/networks/radicalisation_awareness_network/about-ran/ran-yf-and-c/docs/ran_yf_c_role_youth_work_prevention_radicalisation_violent_extremism_06-07_12_2017_en.pdf
-  Caja de herramientas para la lucha contra la radicalización de la juventud (2018) https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-1958/Toolkit%20Youth%20Combating%20Radicalization.pdf



ISBN: 978-3-902906-37-3



International Institute
for Nonviolent Action

una publicación de

SÜDWIND