

# CUADERNOS PEDAGOGICOS

Cultura de Paz  
Planetaria

# 24

P 3 ○ ○ ○



SERIE #1 2018

PEDAGOGIA 3000  
Educación de mañana, hoy

## **Cuaderno 24 - Cultura de Paz Planetaria**

Serie 1 "La educación integral es posible"

2º edición 2018

2018. Cuadernos pedagógicos 3000: Cultura de Paz Planetaria. Cuaderno #24.  
Serie 1. "La educación integral es posible". Pedagogía 3000.

### **Compilación**

Noemi Paymal y equipo. Agradecemos a las siguientes personas por su participación y apoyo incondicional a los cuadernos pedagógicos de P3000:

Mónica Betancur, Daniela Martínez, Daniel Pacheco, Patricia Fernández García, Carolina Gallegos, Andrea Caero, Cecilia Vera, Graciela y Jonathan de Son de Vida, Mar Urdillo, Sofía Leon, Graciela Linares, Marco Donaire y Patricia Vieyra. A Sergio Laura Villca por el diseño. Y a todos y todas que hacen realidad una Educación Integral y de Paz. Agradecemos a los niños/as y jóvenes que nos "empujan" a transformar profundamente nuestras escuelas y nuestro mundo, así como a transformar a nosotros/as mismos.

### **Reproducción**

Estos cuadernos se pueden reproducir libremente, siempre y cuando nada esté alterado y que la fuente esté mencionada. En caso de fines comerciales para la reproducción, por favor contactar a María Isabel González, de la Fundación Pedagogía 3000 Argentina: mejorpuente@gmail.com

Para este Cuaderno, agradecemos especialmente a **Nelly Chavarría** -de Chihuahua, México- por su revisión y aportes. Para contacto con ella: nelly3palacios@hotmail.com

### **¿Por qué estos cuadernos?**

Estos cuadernos presentan herramientas y actividades educativas prácticas que faciliten una Educación Integral. Incluye atender armónica y equilibradamente los siguientes ámbitos: físico, emocional, cognitivo, ecológico, estético-creador, intuitivo, social, multicultural, ético-solidario y desarrollo personal.

### **Que cada uno re-co-crea estos cuadernos**

Todos los cuadernos tienen su importancia y un propósito específico. Esta serie de cuadernos es a la vez pedagógica y terapéutica. Se han elaborado para ser utilizados tanto en las escuelas, en los hogares así como en diversos centros de desarrollo personal y consultorios. Escogemos lo que necesitamos, en cualquier orden, según nuestros deseos, nuestras necesidades, intereses, nuestro sentir, nuestro entorno ecológico, social, político, económico y cultural, etc.

Asimismo les invitamos a transformarlos, **re-crearlos**, re-novarlos, mejorarlos y sobre todo: ensayarlos, aplicarlos y, por favor, enviar su retro-alimentación a María Isabel González, mejorpuente@gmail.com y/o 33cuadernos3000@gmail.com

# Cultura de Paz Planetaria

## Introducción

¿Qué significa cultura de paz? ¿Cómo podemos hacer realidad la paz y que no se quede en un simple concepto? Es decir, ¿cómo transformar las ideas e ideales que encierra el significado de la expresión "cultura de paz" en actitudes, comportamientos y hábitos individuales, en la generación de políticas públicas que contribuyan a afrontar constructivamente los retos actuales y a modificar la vida en todas sus facetas?

El preámbulo de la Constitución de la UNESCO proclama que "puesto que las guerras nacen en la mente de los hombres, es en la mente de los hombres donde deben erigirse los baluartes de la paz". Desde la creación de la UNESCO en 1945 se han venido haciendo esfuerzos para que las acciones por la paz no solo se queden en acuerdos políticos y económicos, ya que no bastan para construir una paz duradera. La paz debe establecerse sobre bases sólidas de la ética de la humanidad, la solidaridad, el diálogo y la comprensión.

Uno de los ámbitos en los que la UNESCO desempeña su función para promover una paz duradera es la Educación, pero no una educación que se sustenta en las prácticas pedagógicas tradicionales, sino una educación que permita vivenciar un proceso a través del cual se actualice el potencial interno de cada individuo para que los valores que posee se manifiesten de manera activa y permanente. Por ende, se manifestarán actitudes, habilidades y comportamientos orientados a buscar la paz, entendida como vivir en armonía con uno mismo, los demás y el medio ambiente.

En 1989, se celebró en Yamusukro (Côte d'Ivoire) el Congreso Internacional de la UNESCO sobre la Paz en la Mente de los Hombres, acuñándose el concepto de "cultura de paz". Desde ese momento, quienes se adscribieron a este congreso, especialmente la UNESCO, adoptaron una visión según la cual la paz es mucho más que el final de un conflicto armado.

A partir de dicho congreso se orientaron acciones mediante el aprendizaje y el entendimiento para que las personas desarrollaran las competencias humanas necesarias para entender la riqueza que implica un mundo diverso, generando así las herramientas para la construcción constante de una paz duradera. Y con ello, mejorar su disposición para apreciar la diversidad, en lugar de rechazarla, así como para gestionar los conflictos que se nos presentan cotidianamente de acuerdo con los valores del pluralismo y el entendimiento mutuo.

Teniendo presente este objetivo de la UNESCO, Pedagoología 3000 se suma a estas acciones para aportar desde una educación con conciencia al logro de la Cultura de

Paz, la convivencia armoniosa, la transformación de conflictos, el diálogo, la comprensión y el respeto a sí mismo/a, a los otros y al planeta.

Desde Pedagoogía 3000, coincidimos totalmente con la Declaración de Yamusukro sobre la paz para entenderla como algo que va más allá de la ausencia de guerras, entendiéndose, tal como lo propone dicha Declaración, como la habilidad de vivir juntos con nuestras diferencias –de sexo, raza, lengua, religión o cultura– fomentando el respeto universal por la justicia y los derechos humanos sobre los que se sustenta esa coexistencia”.

La paz es esencialmente el respeto de la vida.

La paz es el bien máspreciado de la humanidad.

La paz no es solo el término de los conflictos armados.

La paz es un comportamiento.

La paz es una adhesión profunda del ser humano a los principios de libertad, justicia, igualdad y solidaridad entre todos los seres humanos.

La paz es también una asociación armoniosa entre la humanidad y el ambiente.

Hoy en día, en vísperas del siglo XXI, la paz está a nuestro alcance.

–Declaración de Yamusukro

## Diferentes miradas de la Paz

Extracto del libro de Bolsillo Paz 3000

<http://www.pedagoogia3000.info/index.php/es/minilibros>

A lo largo de la historia, la Paz ha sido algo que tiene la gran capacidad cualitativa de expresar un ideal y una ilusión humana muy deseada y buscada. Para muchos, la Paz es sinónimo de felicidad, tranquilidad y serenidad. Sin embargo, como concepto es demasiado vago, emocional y manipulable. A la vez nos suscita a todos un ideal, una ilusión y un presentimiento de una condición de vida y convivencia deseable y digna de nuestro esfuerzo y entrega.

Como anhelo más profundo de ser humano, podemos decir que la Paz actualmente es un tema crucial e impostergable. Como tal, nos permitimos realizar un acercamiento a ésta para entender su significado más profundo.

Para ello, vamos a disfrutar los aportes de diferentes personajes que han dedicado gran parte de su vida a analizar, investigar y generar conocimiento, reflexiones y conceptos sobre la Paz, con la finalidad de comprender su evolución y sentido

profundo que nos permita generar la certeza de que, si bien es un ideal, no es una utopía.

### **La Paz en la historia**

En términos históricos se han dado diferentes maneras de abordar el concepto de Paz.

*Paz Griega o Eirene: Eirene* (aquella que trae la Paz) es sinónimo de *Homonoia* "armonía", término que se refiere a un estado de tranquilidad, armonía mental y exterior que procura la ausencia de hostilidad y de conflicto violento y abierto. Para los griegos, la Paz corresponde a la unidad y orden social interno (o sea dentro del pueblo y de la cultura propia).

*Pax Romana*: se fundamenta en la frase "*Si vis pacem, para bellum*", que significa "*si quieres la Paz prepárate para la guerra*". En este sentido, la Paz Romana, se refiere a la ausencia de violencia directa, guerras o rebeliones garantizada por un poderoso aparato militar. La *Pax Romana* está constituida por todo aquello que ejerce control, autoridad, relación legal e imposición.

*Ahimsa* o Noviolencia: Johan Galtung suele mencionar que Gandhi nos dejó un gran legado para entender la Paz a un nivel más profundo, pues hacía referencia a la Paz, como la *Unidad de la vida y la unidad de los medios y fines*. Esto significa asumir que ninguna vida y en especial ninguna vida humana, puede ser utilizada como medio para alcanzar un fin. Para Gandhi, la Paz es el respeto de lo sagrado de toda la vida y la aceptación del precepto "*cuida los medios y los fines y ellos cuidarán de sí mismos*" esto se traduce en el "*Ahimsa*" o Noviolencia, que significa no sólo no perjudicar a los demás, sino también ejercer un acto de compasión.

La Paz Neutra: Aporte de Francisco Jiménez Bautista, de la Universidad de Granada, España, que configura un marco diferente de acción caracterizado por la implicación activa de las personas en la tarea de reducir la violencia cultural (simbólica), que según Johan Galtung se legitima a través del silencio y de la apatía social. Entender la Paz neutra, es concebirla como la capacidad de manejar los conflictos con empatía, no violencia y creatividad. Quienes deseen ser agentes activos de la Paz neutra, tendrán como requisito esencial saber dialogar, entender la cultura del otro/a, para tener una actitud de tolerancia y llegar a valorar las diferencias como algo positivo y enriquecedor.

Paz Imperfecta: Francisco Muñoz, de la Universidad de Granada, España, propone el adjetivo "imperfecta" a la Paz, no en un sentido negativo, sino en sentido procesual, de construcción constante, de búsqueda de perfección, tal como lo es la propia condición humana. De esta manera, la Paz se entiende como algo inacabado, pero sustentándose en la recuperación de los momentos de Paz, que

aunque imperfectos nos dan cuenta de que en nuestro interior residen todos los elementos que generan dicha Paz. Esta no es el resultado de la ausencia de violencia, sino que se da por sí misma, tiene vida propia en un constante proceso inacabado, de carácter procesal imperfecto, con posibilidad de opciones que permite abrirse a la posibilidad de reconocer que el conflicto no necesariamente tiene una connotación negativa, sino una oportunidad para transformarlo de manera constructiva.

Esta propuesta nos pone más allá de los sueños utópicos de entender la Paz, nos permite aceptar nuestra condición humana, al mismo tiempo que nos invita a hacernos responsables de dicha condición para vivir, aunque imperfectos, momentos de Paz con nosotros mismos, con los otros/as y con la naturaleza.

En el minilibro de Paz 3000, citado anteriormente, se integran, entre otros temas de interés, diez claves esenciales para vivir la paz. Se recomienda que las pueda leer e ir aplicándolas en su vida cotidiana y así iniciarse como agente activo de paz.

## Herramientas prácticas para generar Cultura de Paz

Las estrategias de paz que a continuación se detallan están encaminadas a desarrollar lo que Paco Cascón denomina "*Provención*".

La **provención** se diferencia de la **prevención** en que, su objetivo no es evitar el conflicto sino aprender cómo afrontarlo.

La provención como propuesta de paz, constituye una alternativa para intervenir en los conflictos antes de que se genere violencia, y es entendida como el proveer a las personas y a los grupos de las aptitudes necesarias para afrontar un conflicto; a diferencia de la prevención, el objetivo de ésta no es evitar el conflicto, sino aprender cómo afrontarlo; significa intervenir en el conflicto en sus primeros estadios y evitar así la escalada del conflicto, y con esto la violencia.

El conflicto es inherente a las relaciones de los seres humanos y por tanto algo que no puede evitarse, resulta indispensable aprender a gestionarlos de manera pacífica; como lo menciona Lederach (1992), nuestra tarea será, pues, manejar el conflicto como un buen pescador maneja sus redes: con claridad, paciencia y cuidado.

Algunas de las habilidades a desarrollar para la provención son:

1. Ampliar nuestra mirada hacia la integración a fin de fomentar el sentido de pertenencia y de identidad, ya que el rechazo es una de las principales fuentes del conflicto.

- a. Hagamos el siguiente ejercicio de visualización: Colóquese cómodamente, cierre sus ojos y tome contacto con su respiración.
- b. Haga uso del valioso recurso de la imaginación y visualice un cuadro en el cual observa a un hombrecillo tosco, sucio, con un gesto en su rostro de enojo e incluso sostiene en su mano un garrote y con una actitud de ataque.
- c. ¿Qué piensa de esta persona? ¿Qué emociones o sentimientos le evoca? ¿Qué piensa de esta persona?
- d. En la misma sintonía de concentración, amplíe el cuadro y visualice a ese hombrecillo con las características antes descritas, pero ahora puede observar que enfrente de él está un tigre dientes de sable mirándolo fijamente con la intención de atacarlo. Vuelva a tomar contacto con sus sentimientos, emociones y pensamientos respecto al hombre.
- e. En una tercera ampliación del cuadro, visualice al mismo hombre del primer cuadro, al tigre y ahora al ampliar el cuadro logra ver que detrás del hombre se refugian temerosos los dos hijos pequeños y la esposa del hombre. ¿Qué piensa ahora de ese mismo hombre? Cambió su percepción del primer cuadro al tercero? ¿cuántas ocasiones nos hemos quedado en el primer cuadro, sintiendo y pensando de alguien desde esa mirada estrecha?

Ampliar la mirada, nos permite ver que hay más allá de lo que nuestras limitadas percepciones logran ver. Consiste en darnos la oportunidad de entender y con ello enriquecer nuestro mundo con nuevas ideas, puntos de vista y oportunidades para la integración y la aceptación más compasiva, aspecto básico para construir relaciones sólidas y enriquecedoras.

Otras sugerencias a trabajar:

- Ejercicios de inclusión
- Ejercicios para generar acercamiento humano (romper zona de proximidad)
- Juegos cooperativos
- Ejercicios para entender la diversidad
- Ejercicios de aceptación y reconocimiento de los otros
- Actividades que generen compañerismo

[http://www.ecom.cat/castella/e42b4\\_educacio.html](http://www.ecom.cat/castella/e42b4_educacio.html)

[diversidad.murciaeduca.es/compensamur/.../somos\\_de\\_colores\\_ceip\\_azorin.pdf](http://diversidad.murciaeduca.es/compensamur/.../somos_de_colores_ceip_azorin.pdf)

<http://blog.tiching.com/10-ideas-trabajar-forma-inclusiva-aula/>

## 2. Comunicación compasiva y de paz.

Para el desarrollo de habilidades comunicativas, Pedagoogía 3000 abraza la propuesta de Marshall Rosenberg quien acuña el término Comunicación No Violenta. A través de la CNV (Comunicación No Violenta), se puede dar una comunicación con los demás de una manera mucho más responsable y libre de juicios. Es una forma

de comunicarnos que nos aleja de culpar a los demás o criticarlos cuando no hacen las cosas como nosotros creemos que deberían hacerlas.

En este apartado compartimos una estrategia llamada "Círculo de Paz", la cual se puede aplicar con niñas y niños y con unas adecuaciones puede aplicarla con adultos.

### **La estrategia Círculo de paz para niñas y niños y sus pasos**

Es una estrategia para "socializar" el problema entre los miembros del grupo y los hace co-responsables de las actitudes grupales que generalmente exacerban las conductas hostiles y la agresividad de aquéllos señalados.

Permite gestionar el problema conductual desde sus predisponentes y sus reforzadores en el grupo, fomenta la comunicación empática, la expresión de sentimientos y emociones.

Propicia la reflexión, razonamiento y alternativas en lluvia de ideas para no solamente culpar al niño con conductas problema sino asumir un papel activo en la solución y en las actitudes de conciliación, empatía tolerancia y aceptación de las diferencias individuales.

El círculo de paz tiene 4 reglas de oro, 5 fases, 5 propósitos específicos, 5 consignas y se desarrolla en un tiempo que oscila entre los 30 y 50 min. Aquí la descripción de cada uno de estos pasos. *Frola Patricia, Velázquez Jesús (2011). Centro de Investigación Educativa y Capacitación Institucional. México.*

### **Reglas de oro**

1. Siempre encontraremos una o varias alternativas
  2. Todos podemos expresar nuestras ideas libremente y respetaremos las de los demás
  3. Si una propuesta no funciona tomaremos otra
  4. El niño/a en cuestión no estará presente
- Se promoverá una actitud de conciliación, de tolerancia y de corresponsabilidad ante la situación.

### **Etapas del Círculo de Paz**

1. Catarsis
2. Hipótesis
3. Des-sensibilización y empatía
4. Propuestas
5. Cierre

**Etapas de catarsis** (Verbalizar las conductas inadecuadas que nos molestan y lo que le agrego de "mi cosecha")



**Propósito de la fase:** la expresión catártica del estrés, ansiedad, enojo, miedo, ira etc. que les está generando la interacción hostil o agresiva con su compañero/a en cuestión, al que llamaremos "Paco".

Preguntas:

1. ¿Qué conductas tiene Paco que les molesta?
2. ¿Cómo les hace sentir las conductas de Paco?

### El Paso a paso

Una vez que los niños han sido convocados para "jugar" al círculo de paz para buscar una solución a este conflicto que a "todos les interesa", se les indicará que platiquen sus experiencias y situaciones a manera de lluvia de ideas y levantando la mano, es decir, se les motiva a expresar lo que Paco les "ha hecho". Es común que el educador note que algunos niños aumentan la gravedad de las situaciones indeseables, agresivas o violentas que han tenido con Paco, algunos incluso las inventan; no es relevante, no se exhibirá al niño que miente o exagera. Recordemos que la catarsis implica sacar la ansiedad -no necesariamente a partir de hechos reales sino también simbólicos- o representativos entre los niños, especialmente los niños pequeños. Cuando se trabaja el Círculo de Paz con adolescentes ellos suelen autocorregirse cuando en la catarsis se está exagerando o inventando. Se tomará nota de algunas expresiones de los niños sobre lo que Paco les hace, para después utilizarlas en la etapa de des-sensibilización.

**Consigna:** Vamos a expresar aquéllas conductas que no nos gustan de Paco, lo que no es adecuado de su comportamiento, lo que les ha hecho en alguna ocasión.

Seguramente se escucharán cosas como:

- Paco es un grosero, a mi me quitó mis colores
- A mi me robó dinero
- A mi me pegó
- A mi me pateó
- A mi amiga le puso pegamento en la silla
- A mi me mordió
- A mí me untó tomate en mi ropa

### Etapa de Hipótesis

Es importante promover la reflexión en las y los estudiantes, respecto a las posibles causas para que vayan desarrollando la capacidad de no tomarse las cosas personal.

**Propósito de la fase:** que el grupo haga el cuestionamiento, el análisis y establezca algunas hipótesis del porqué "Paco" se comporta de esa manera.

### Preguntas

¿Qué suponen que le está pasando a Paco?  
¿Saben si le ocurre algo?  
¿Qué creen que lo pone así?

### **El paso a paso**

Resulta a veces sorprendente al trabajar esta etapa con niños y jóvenes, al cuestionar ¿Qué creen que le sucede a Paco, para que actúe de esa manera? Las respuestas son precisamente las hipótesis que surgen de la información que los compañeros tienen (y generalmente es bastante). Esta información se lleva al análisis. Al anotar y leer lo que ellos piensan sobre lo que sucede al compañero, encontraremos ideas tan atinadas casi como el diagnóstico de un psicólogo, tan creativas y cercanas a la realidad que al educador nunca se le hubieran ocurrido, y tan valiosas como el hecho de que al pensar, y cuestionarse, los niños inician un compromiso, una actitud pro-activa hacia las posibles soluciones que vendrán en la etapa posterior. La idea principal es resaltar que las conductas hostiles agresivas y violentas de Paco, no son algo personal, son manifestaciones de lo que le sucede y no sabe expresarse de otra manera.

**Consigna:** Piensen lo que ustedes creen que le está pasando a Paco, ¿por qué motivo se está comportando de esta manera? ¿A que se deberá?

Es posible que escuchemos hipótesis tales como:

- Paco hace "eso" porque en su casa le pegan y aquí se desquita pegándonos.
- Paco tiene "algo" en su cerebro y lo hace grosero y pegalón.
- Necesita tomar una medicina para no hacer "eso"
- A Paco no lo quieren en su casa y por eso se enoja y pega
- Sus papás se están divorciando y eso lo pone así
- A Paco no le caigo bien
- Es así porque no lo queremos.
- Paco es grosero y pegalón porque no jugamos con él.
- Mi mamá me prohibió jugar con Paco porque dice que es un "malo" ( ojo: tomar nota de cuando se puede estar gestando un "complot" y redireccionar)
- Un día jugué con él y no me pegó, a veces es bueno

Es muy importante que el educador vaya guiando las hipótesis hacia el hecho de que Paco NO siempre es así, y debe haber una causa relacionada con nuestras actitudes rechazantes y excluyentes que alimentan en Paco estas conductas indeseables.

### **Fase de Des-sensibilización (Paco no es taaaan diferente de mi)**

**Propósito de la fase:** Constatar y aceptar que las conductas indeseables que tanto nos molestan de Paco, son muy parecidas a las que "todos" en un momento extremo, podemos presentar.

Dejar de "satanizar" a Paco, en el entendido de que los niños recordarán anécdotas donde ellos han presentado conductas tan o más indeseables y hostiles que las de él.

### Preguntas

- ¿Realmente creen que sólo Paco se comporta así?
- ¿Alguno de ustedes ha hecho algo semejante cuando se ha sentido enojado, frustrado o al límite?
- ¿Recuerdas cómo te sentiste alguna vez que fuiste rechazado, avergonzado, evidenciado, ridiculizado, etc.?

### El paso a paso

Esta etapa es crucial para que el grupo deje de reforzar y alimentar las conductas hostiles e indeseables del niño en cuestión, bajar la graduación de las mismas y ponerlas al nivel de conductas similares a las que algunos de ellos han presentado, incluso de consecuencias y magnitud mayores.

Esto se logra motivando y animando a los niños a platicar con toda confianza alguna anécdota o situación en casa o en el supermercado o en casa de familiares donde ellos presentaron conductas parecidas o más graves que las de Paco, orientando el análisis hacia ... "después de todo Paco no es el único que hace cosas inadecuadas, y molestas" también algunos o varios de nosotros las hemos hecho. Por tanto, podemos ayudar a que Paco las deje de hacer.

**Consigna:** Ahora yo quisiera que me contaran sin pena, alguna ocasión que recuerden, donde ustedes también hicieron alguna grosería, o algún berrinche, o le pegaron a alguien, o tiraron cosas al suelo, o les pasó algo parecido a lo que han comentado que hace Paco.

Escucharemos con sorpresa que algunos relatos tales como:

- Yo también le robé su torta a un niño, pero no se dio cuenta
- Un día yo me tiré a patear las cosas en el supermercado porque no me compraron un juguete
- Mis primos y yo les pegamos a otros niños que ganaron la piñata
- Yo tiré todos mis zapatos por la escalera un día que no me dejaron ver la tele hasta muy tarde.

### Fortalecer la empatía

¿Alguien recuerda si en alguna ocasión Paco se ha portado bien o ha hecho algo agradable para ustedes o para otra persona?

Permitir que expresen sus ideas y comentarios.

Orientarlos a la reflexión hacia lo Bueno para que puedan ver que Paco también es capaz de tener conductas adecuadas, así como inadecuadas, tal como cada uno de nosotros, también las podemos tener.

### **Etapa de propuestas (en co-responsabilidad con el grupo)**

**Propósito de la fase:** Dejar establecido que Paco es parte del grupo aún con sus comportamientos inadecuados y que somos a veces copartícipes de sus excesos conductuales, por tanto, debemos en equipo trabajar en eso y proponer alternativas de solución.

Además, aclarar frente a las posturas radicales de algunos estudiantes que Paco:

1. No es un "ente", ni un "extraterrestre", es un estudiante como cualquiera de ellos, pero que atraviesa por algo difícil para él, y que a veces nuestras actitudes lo complican aún más
2. Que tenemos la responsabilidad de proponer soluciones para que entre todos aceptemos a Paco y lo ayudemos a no sentirse atacado y/o rechazado para que, a su vez, no comience el ciclo de conductas indeseable.

**Consigna:** Ahora todos pueden pensar en soluciones para que Paco no sienta que es alguien extraño, ajeno y que es un niño rechazado, para que sus conductas no se disparen y no continúe pegando, y portándose mal. ¿Qué se les ocurre?

Se toma nota de las propuestas de los niños, incluso las que van directamente a la exclusión, no falta el niño que dice "– mi solución es que lo cambien de escuela." En este caso se retomará el principio de pertenencia y permanencia, explicándole al niño que no nos gustaría perder a Paco, como no nos gustaría perderlo a él o a otro compañero solamente porque no ha aprendido a cambiar su conducta o su enojo, que a pesar de sus características no muy gratas es parte del grupo y tiene derecho a ser aceptado y a formar parte del grupo.

Encontraremos propuestas como:

- Que lo cambien de escuela o de grupo
- Que un día juguemos con él para que no sienta que no lo queremos
- Que en el recreo, cuando empiece de grosero no le hablemos y corramos de ahí para que no nos pegue, pero cuando se porte bien juguemos con él.
- Que le demos de nuestro refrigerio para que vea que somos sus amigos
- Que sus papás vayan al psicólogo
- Que ya le den medicinas
- Que lo invitemos un día a nuestra casa
- Yo lo invitaré a mi cumpleaños
- Podemos prestarle las estampas un día pero si no las cuida y las rompe le diremos que nos de, de las suyas.

**Cierre** (Empecemos desde mañana con las propuestas a ver qué sucede y tratemos de cooperar en esta tarea)

**Propósito de la fase:** El círculo de paz se cierra después de puntualizar lo vivido en cada etapa, enfatizando que se alcanzaron los objetivos de cada etapa.

**Consigna:** Comentar con el grupo lo siguiente:

El Círculo de paz se va a cerrar ya. Recordemos todo lo que aquí hicimos:

- encontramos varias posibles soluciones para nuestro conflicto con Paco
- iniciaremos mañana con la propuesta de.....
- asegurarse de que todas y todos estén enterados y hayan entendido la propuesta que pondrán en marcha con Paco.

Obviamente el docente guiará la selección de las opciones que promuevan la empatía, integración y aceptación.

Una vez clara la propuesta a trabajar, alguien le puede informar a Paco que se hizo el círculo de paz para él. Explicándole que se está buscando una estrategia de convivencia e integración y que no es exclusiva para Paco, se puede aplicar para cualquier niña o niño, incluso para los adultos.

Explicarle la propuesta que se definió y mostrarle la mayor disponibilidad.

### **Recapitular con el grupo el proceso vivido**

1. Que todos expresamos libremente el sentir y el pensar sobre las conductas inadecuadas de Paco
2. Que esas conductas no son a propósito contra cada uno de nosotros, sino obedecen a circunstancias ajenas a nosotros, pero que a Paco le están lastimando o afectando y es su forma de exteriorizar.
3. Que las conductas de Paco no son tan diferentes a las que a veces presentamos los que estamos aquí, en otros sitios. Que no es un extraño por haberlas presentado, no tendríamos que "satanizar" a Paco.
4. Que todos podemos colaborar para que disminuyan o se eliminen esas conductas si ponemos en práctica las propuestas que se han pensado; si una no funciona tomamos otra, por eso pensamos varias soluciones.
5. Que el círculo de paz es para eso, para buscar, entre todos, soluciones a problemas del grupo y nos comprometemos a hacer algo para mejorarlos, somos co-responsables de que Paco mejore su conducta.
6. También podremos jugar al círculo de paz o realizar otras actividades similares para los padres de familia, para los otros maestros y para la comunidad escolar a fin de que comprendan que somos co-responsables de las conductas de los niños y que no podemos seguir expulsando, excluyendo y rechazándolos por tener conductas, características y condiciones familiares adversas.

## Círculo de Paz para adultos

La presente estrategia, aunque muy básica tiene el propósito de brindar una alternativa de transformación de los conflictos que no requieren de una intervención profesional, sino que se pueden atender en un diálogo maduro entre las personas involucradas.

El tema de transformación de conflictos es muy amplio y profundo, sin embargo, a manera de ejercicio inicial, podemos apoyarnos en las estrategias que a continuación se plantean.

Iniciaremos definiendo qué es el conflicto:

“Conflicto, del latín *conflictos*, combate, lucha, pelea, enfrentamiento armado

Para muchas personas el conflicto puede tener un carácter complejo y en ocasiones amenazante. Desde una definición más amplia y de acuerdo con la Real Academia de Lengua Española, se puede definir como una situación donde existen personas con diferentes metas y visiones que, al menos temporalmente, no logran ponerse de acuerdo. “El conflicto es una relación entre dos o más partes (individuos o grupos) que tienen o consideran que tienen objetivos incompatibles”.

El conflicto, desde un abordaje constructivo es una oportunidad de transformación. Es un fenómeno social de la convivencia humana, con posibilidad de ser manejado, transformado y superado por las mismas partes.

El conflicto es necesario, inevitable, dinámico y complejo. Se percibe de diversas formas ya que su comprensión depende de las particularidades de cada persona (historia, carácter, valores, pensamientos y comportamientos). Permite crear alternativas de solución pacífica y equitativa, en aras de mejorar la convivencia.

## Pasos a seguir

1. *Sensibilizar*: como su nombre lo indica, esta fase pretende sensibilizar a los participantes de la mesa de diálogo, guiándolos a que se den cuenta de la importancia de atender las situaciones desarmoniosas que se presentan y la oportunidad de crecimiento que dichas situaciones pueden brindar.
2. *Clarificar*: esta etapa tiene el propósito de que las partes involucradas clarifiquen porqué están en ese momento y en ese lugar y que esperan de dicho diálogo. Es importante clarificar que ese ejercicio tiene la finalidad profunda de procesar constructivamente la situación, con una actitud de colaboración, buscando una salida que beneficie a las dos partes en el logro de sus intereses, aunque no se obtenga la totalidad de éstos, ambas partes “ganan”; por lo tanto, las partes involucradas sienten que sus demandas han sido atendidas. Desde esta visión el conflicto se convierte en una oportunidad y no en una amenaza.
3. *Identificar la raíz del conflicto y sus efectos*: invitar a las personas involucradas a dibujar “El árbol del conflicto” para que el grupo visualice y ordene los temas principales que a cada uno le parecen importantes y necesarios de abordar.
  - a. Se dibuja un árbol con su tronco, raíces y ramas en un papel grande, en una pared o en el piso.

- b. Luego se distribuyen tarjetas entre los participantes para anotar: - ¿Cuál es el problema central? - ¿Cuáles son las causas profundas (raíces)? - ¿Cuáles son los efectos que resultan del problema central?
- c. Después se colocan las causas identificadas en la raíz, el problema central en el tronco y los efectos del problema en las ramas.



### **Ejemplo**

#### **Problema central:**

Existen constantes desavenencias entre los responsables del proyecto educativo

#### **Causas:**

Al analizar los conflictos, se encuentra un gran número de actores involucrados a través del tiempo, así como una variedad de causas posibles, ya casi nunca responden a sólo una causa y muchas veces tienen que ver con la actitud o el comportamiento de las personas frente al objetivo deseado.

Algunas de las causas más frecuentes:

*-Incompatibilidad entre personas:* la situación conflictiva proviene de desacuerdos entre los distintos estilos de comunicación y las emociones o percepciones que tienen una de la otra. Por ejemplo, si el tipo de relación es accidentada lo más probable es que surjan estereotipos negativos entre las partes, lo cual da lugar a desacuerdos y conflictos.

*Mala comunicación y desinformación:* el conflicto tiene lugar debido a la falta de comunicación o a que cada parte interpreta de forma diferente la información, tiene malos entendidos, sigue a rumores, etc.

*Intereses incompatibles:* los desacuerdos sobre intereses provienen de diferentes concepciones sobre qué debe satisfacerse o respetarse para que cualquier persona o grupo social pueda desarrollarse plenamente.

*-Fuerzas estructurales inequitativas:* el conflicto surge por desigualdades, injusticias, asimetría de poderes y falta de equidad, expresados por estructuras sociales, culturales y económicas que rivalizan.

*-Diferencia de valores y/o creencias:* las situaciones conflictivas ocurren por concepciones, conductas, percepciones morales, estilos de vida, ideologías, religiones y creencias contrapuestas y, muchas veces también, por el desconocimiento de los valores, usos y costumbres de una determinada cultura.

*-Diferencia de percepciones:* el conflicto surge porque las partes tienen percepciones distintas de la realidad. Nuestro origen y antecedentes nos llevan a ver las cosas de manera única y casi siempre particular.

*-Bienes o recursos en juego:* los conflictos provienen del desacuerdo sobre la distribución o posesión de recursos en juego.

### **Efectos:**

Se refiere a la manifestación de conductas, resultados, situaciones, malestares, inconformidades, divisiones, etc. emanados del conflicto.

### **1. Identificar posturas, intereses y necesidades de las partes involucradas:**

*La postura* se refiere a la posición que asumen las partes públicamente y que suelen defender con mucho fervor.

*El interés* se refiere a las motivaciones y objetivos concretos que buscan los actores.

*Las necesidades* que remiten a los elementos básicos que necesitamos como personas y que no son negociables porque tiene que ver con nuestra propia dignidad, autoconcepto, valoración, etc.

Ejemplo:

Postura: Posicionar el modelo educativo en "X" zona

Interés: sentirse parte del equipo coordinador

Necesidad: integración, transparencia, valoración

### **2. Expresión de sentimientos y necesidades:**

se brinda un momento de reflexión para que cada persona identifique qué emoción o sentimiento le genera dicha situación y qué necesidad le gustaría satisfacer. Pedirles que siempre se expresen en primera persona.

Ejemplo

Expresión de sentimiento: *Yo me siento molesta porque no se me dio la oportunidad de explicar el plan para dar a conocer el modelo educativo tal como estaba planificado.*

Expresión de necesidad: *necesito sentirme valorada/o e incluida/o en todas actividades.*

**3. Hacer peticiones:** El propósito de la petición es explicar en un lenguaje claro las acciones que nos gustaría que se llevarán a cabo para satisfacer la necesidad. Hace falta que el interlocutor comprenda nuestra necesidad y no lo vea como una exigencia. Utilizando un lenguaje positivo de acción, es posible expresar nuestros verdaderos deseos y nuestras verdaderas intenciones.

-Las peticiones se expresan en forma de pregunta. ¿Te parece si..? ¿Crees que podríamos...?

-Solicitamos una acción concreta. Por ejemplo, en vez de decir, "Quiero que me entiendas" decimos "¿Podrías repetir en tus propias palabras lo que entendiste?"

-Hacer en vez de no hacer - Pedimos que alguien haga algo en vez de pedir que deje de hacer algo. Por ejemplo, en vez de decir, "No me grites", se puede expresar "¿Puedes hablarme con voz calmada por favor?"

-Momento presente - Pedimos que alguien haga algo en el momento presente. Por ejemplo: en vez de decir, "En el futuro, quiero que me informes de cualquier



actividad que se vaya a realizar”, se puede decir “¿Estas o están de acuerdo en informarme en tiempo y forma sobre las actividades a realizarse?”

4. **Cierre:** Generar un espacio de acercamiento, entendimiento y compromisos para que el conflicto no resurja o se genere otro conflicto. Se solicita a las personas que reflexionen sobre la misión que los ha llevado a encontrarse en ese preciso momento de su vida. Solicitarle a cada una de las personas que exprese lo siguiente a manera de buena disposición y voluntad para una convivencia armoniosa y humana:

- a. Estoy dispuesta a.....
- b. Propongo.....
- c. Me comprometo a.....

Ver también los Cuadernos 4 de Desarrollo emocional; C. 11 Desarrollo Multicultural Integral y C. 12 Desarrollo Ético-solidario Integral que pueden aportar líneas de acción complementarias para fortalecer las propuestas de Cultura de paz en las instituciones, con niños/as, con jóvenes y adultos.

### **3. Fomentar una escucha activa y empática.**

La empatía es una actitud que involucra la mente, el corazón y todo el Ser. La intención no es “ayudar” al otro. Simplemente entenderlo y hacer conexión con él o con ella. En este proceso, el otro/a se conecta consigo mismo/a, sana, y obtiene claridad.

El Proceso de la Empatía:

1. Establece la intención de conectarte con la otra persona.
2. Escucha con la mente en silencio y con el corazón abierto.
3. Se enfoca en lo que la persona siente y necesita.
4. Permanece en el presente a cada momento.
5. Sigue a la persona. No la dirige.
6. Asegura que se de la conexión con los sentimientos y las necesidades de la otra persona. En este punto se recomienda que regresemos el diálogo a la otra persona con una pregunta: Ejemplo: ¿Te sientes agobiada/o y necesitas más ayuda?”
7. Permanezca presente hasta que termine.
8. Asegúrese sobre qué es lo que la persona necesita o desea una vez que termina de hablar.

## Ejercicio de Empatía

Identifique los sentimientos y las necesidades en las siguientes frases y verifique su entendimiento haciendo una pregunta.

Ejemplo:

“Desde que te casaste ya nunca nos vemos”.

Respuesta empática: “¿Paty, te sientes triste porque nos vemos esporádicamente? ¿necesitas que estemos en comunicación más seguido?”

¿Lo intentamos?

1. Dejaste la puerta sin cerrojo a otra vez. ¡Ten más cuidado!
2. Perdí mi trabajo. No sé qué voy a hacer.
3. Dijiste que me ibas a hablar por teléfono y no me hablaste.
4. ¡Me dieron el trabajo, ¡Inicio mañana mismo!
5. Siempre me regañas a mí. Pablito tampoco guarda sus juguetes.
6. Fumas demasiado. Te estás destrozando los pulmones.

## Gratitud y Valoración

El propósito de la gratitud o valoración en la Comunicación Empática es expresar de qué forma las acciones del otro enriquecieron nuestra vida. No es para levantar su autoestima o para que siga haciendo lo que hizo.

Evitamos los halagos exagerados porque son una forma de evaluación.

Por ejemplo las siguientes expresiones denotan juicio:

“¡Que bárbaro, hiciste un trabajo único, eres el mejor!

“Estás guapísima, no hay alguien como tu”

En la gratitud o valoración expresamos la acción, nuestro sentimiento y nuestra necesidad se satisfizo.

Ejemplos:

“Muchas gracias por llevarme a la iglesia el miércoles. Te lo agradezco porque tenía necesidad de tener un rato de paz y también de estar en comunidad”.

“Gracias por cuidar a tu hermanita. Me siento renovada. Necesitaba descanso”.

“Gracias por el préstamo. Me siento muy conmovida por tu apoyo porque de verdad necesitaba atención médica”.

“Gracias por escucharme. Estoy agradecido porque tenía necesidad de apoyo y comprensión.”

### **Ejercicio**

1. Gracias por \_\_\_\_\_
2. Me siento \_\_\_\_\_
3. Porque esto satisfizo mi necesidad de \_\_\_\_\_

Ver también los Cuadernos 9:Desarrollo Personal Integral; 26:Visualizaciones y relajaciones creativas; C. 25:Enseñanzas con el silencio y la respiración consciente, que aportan información y líneas de acción complementarias para desarrollar con niños/as, con jóvenes y adultos.

## **4. Aprender a aquietar la mente, reducir el estrés y lograr equilibrio interno a través de Mindfulness.**

Recientes investigaciones apuntan a la importancia de comprender cómo la mente, el cerebro y el cuerpo trabajan en forma conjunta para favorecer el desarrollo armonioso, la sanación y los estados internos de bienestar y paz.

A continuación se comparten algunas actividades a manera de ejemplos para trabajar Mindfulness con niñas y niños.

### ***El Rincón de la Paz***

Linda Lantieri fue la pionera del concepto “Rincón de la Paz” que ya se aplica en escuelas de todo el mundo. El rincón de la paz es un espacio seguro y protegido, establecido en algún punto del aula o en otra habitación de la escuela. Lo ideal es que los estudiantes colaboren en la creación del rincón. Entre otras cosas, en el rincón puede haber objetos táctiles para jugar con ellos, libros y lápices para colorear o un CD con música tranquila. El rincón se decora con cojines, telas y otros objetos revitalizadores.

Los estudiantes van al rincón de la paz por decisión propia. No es un lugar al que los mande el profesor. Se puede ir al rincón de la paz siempre que lo deseen. Ellos van al rincón cuando se sienten incómodos y regresan cuando están preparados para aprender. La mayoría de los profesores observa que muchos estudiantes van al rincón cuando están a punto de manifestar alguna conducta inadecuada. La

mayoría de ellos y ellas pasan entre 5 y 10 minutos en el rincón de la paz y que le tienen tanto cariño que no lo usan para evadir la clase.

Se recomienda que el acomodo y diseño del rincón de la paz sea con la participación de las y los estudiantes y las y los profesores deben considerar cómo podría sentirse el sistema nervioso más relajado y dispuesto a aprender.

### ***Quietos y atentos como una Ranita***

Indicar a los niños que la rana es un animalito que puede dar grandes saltos, pero también puede quedarse muy quieta, observando todo lo que pasa a su alrededor pero sin reaccionar de inmediato. Respirar con mucha calma. Explíquese que van a jugar a ser como una rana. Su panza se hincha cuando entra el aire y se deshinch cuando sale el aire.

*"Vamos a sentarnos y a respirar como la rana, así, la ranita no se cansa y no se deja arrastrar por todos los planes interesantes que se le pasan por la cabeza. Durante un rato vamos a estar quietos como una rana, notando como la barriguita de abulta un poco, y después se hunde otra vez"*

En este ejercicio las y los niños aprenden a ser pacientes, a relajarse y mantenerse en calma, además de comprender la importancia de la respiración para este fin.

### ***Círculo de la atención***

Para esta actividad se requiere un grupo de mínimo de 5 personas. La persona que dirige el juego presenta un material que debemos ir pasándonos unos a otros con mucho cuidado y atención. Podemos empezar por un objeto e ir añadiendo más objetos a la vez para lograr una mayor atención. Podemos usar, por ejemplo: Una campana que no debe sonar, pequeños vasos de agua muy llenos, cascabeles silenciosos.

### ***Te veo***

Este juego es precioso. Además de desarrollar la atención es una herramienta maravillosa para despertar la empatía y crear vínculos afectivos. Nos sentamos por parejas uno frente al otro. Durante un tiempo tenemos que mirarnos a los ojos sin perder el contacto. ¡Ese será nuestro foco de atención!!

Cabe destacar que lo que se comparte en este cuadernillo es apenas un ápice de la infinidad de estrategias que se pueden utilizar en el tema de Cultura de Paz.

Vale la pena considerar que para generar cultura de paz es importante conocer y respetar los contextos, las culturas, hábitos, cosmovisiones, costumbres y valores de las personas involucradas como un primer principio para las prácticas de paz. Esto nos permitirá generar creativamente las actividades, reflexiones y acciones que permitan construir la paz en cada momento específico, de acuerdo a las circunstancias que ese mismo momento está brindando, como oportunidades vivenciales o mensajes sabios de vida que nos impulsan a sacar lo mejor de cada uno de nosotros, desde la paz que poseemos, por naturaleza propia.

A continuación se comparten algunos links donde podrán nutrirse con otras estrategias para la paz.

[https://issuu.com/editorialgrupo5/docs/juegos\\_cooperativos\\_ok](https://issuu.com/editorialgrupo5/docs/juegos_cooperativos_ok)

<https://mundoentrenamiento.com/juegos-cooperativos-en-educacion-fisica/>

[www.juntadeandalucia.es/educacion/.../Informe\\_Resultados\\_Escuela\\_espacio\\_Paz.pdf](http://www.juntadeandalucia.es/educacion/.../Informe_Resultados_Escuela_espacio_Paz.pdf)

<http://www.educarm.es/templates/portal/ficheros/websDinamicas/97/educapaz1.doc>

[www.educarm.es/templates/portal/ficheros/websDinamicas/97/educapaz1.doc](http://www.educarm.es/templates/portal/ficheros/websDinamicas/97/educapaz1.doc)

## **Bibliografía del cuaderno**

Cascón, P. (1998). "Educar en y para el conflicto". Cátedra UNESCO sobre Paz y Derechos Humanos. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad Autónoma de Barcelona.

Delors, Jacques. (1996). Los cuatro pilares de la educación internacional. En la educación mantiene un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI: Santillana. UNESCO. pp. 91-103. Madrid, España.

Fisher, Simon (2000). Trabajando con el conflicto. Habilidades y Estrategias para la acción.

Galtun, Johan (1984). ¿Hay alternativas? Cuatro caminos hacia la Paz y la seguridad. Tecnos. Madrid, España.

Jiménez, Bautista Francisco (2009). Saber pacífico: La paz neutra. Editorial de la UTPL. Loja, Ecuador.

Lederach, John Paul (2000). El abece de la Paz y los conflictos: educación para la Paz. La Catarata. España.

Marshall Rosenberg (2006). Comunicación NoViolenta. Un Lenguaje de Vida. Editorial Gran Aldea.

Martínez Guzmán, Vicent (2001). Filosofía para hacer las paces. Icaria. España

Muñoz, Francisco A. (2000). La paz imperfecta. Editorial Universidad de Granada. Colección Eirene. Granada, España

Real Academia Española. (2001). Diccionario de la lengua española. Madrid, España.

Rechtschaffen, Daniel. (2017). Educación Mindfulness. Gaia Ediciones. España

Zárate, Caty Luz (2004). Herramientas para el manejo y resolución temprana de conflictos. CEPAS-CARITAS. La Paz, Bolivia.

### ¿Qué es Pedagoogia 3000®?

Somos un equipo internacional multidisciplinario co-creando en sinergia una nueva Educación más humana, más divertida y más integral que promueve una durable Cultura de Paz y cooperación. Abrimos caminos para niños/as felices, pro-activos, creativos y responsables, así como para profesores y padres sin stress, amorosos y entusiastas.

Invitamos así, a generar cambios educativos con consciencia a todo nivel y en todo el Planeta, empezando por uno mismo/a. A la fecha, estamos en enlace con 53 países.

[www.pedagoogia3000.info](http://www.pedagoogia3000.info)

PEDAGOGIA 3000  
Educación de mañana, hoy



Para los niños/as de hoy y  
de mañana  
Tejiendo un nuevo Planeta  
Abriendo nuestra Mente y  
nuestro Corazón  
Co-creando una nueva  
Educación  
Ahora