



ACTIVIDAD PARA LA SESIÓN DE TUTORÍA. «PREVENCIÓN DE CONDUCTAS VIOLENTAS E INTOLERANCIA. FOMENTAR LA COMPRENSIÓN HUMANA»



“Las palabras son pistolas cargadas”. Jean Paul Sartre.



1

Visionamos vídeos en grupo. Analizamos en grupo causas y consecuencias de estas acciones.

- Golpean a youtuber por hacer broma en la calle.
<https://www.youtube.com/watch?v=ZM-ltlGg2Tg>
- Brutal agresión a un joven árbitro en Miralbueno (Zaragoza)
<https://www.youtube.com/watch?v=6HUstsyY3-g>
- Brutal agresión en el Metro de Barcelona.
<https://www.youtube.com/watch?v=5l3KruszlvY>
- Intervención policial a un padre estando presente su hijo en Portugal.
<https://www.youtube.com/watch?v=zs0H13r6RJg>
- Una señora dijo: no me sentaré al lado...
https://www.youtube.com/watch?v=B4ZvqxiJGYA&list=PLUyeJd_FRcX-IOxGx0gJmYXZj06i3Uahc
- El maltrato verbal es violencia.
<https://www.youtube.com/watch?v=tdswWm5QpMM>
- Varios. <https://monicadizorienta.blogspot.com.es/2015/03/mis-cortos-favoritos-contra-el-acoso.html>

2

Definimos *violencia*

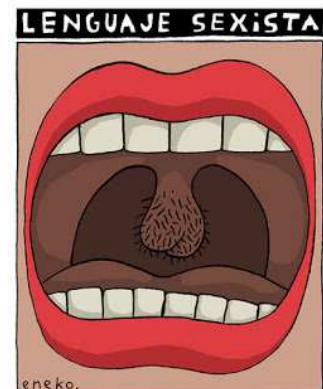
Pensamos en los tipos de violencia y ejemplos que hemos visto, leído, oído, etc.





🚩 Preguntas para reflexionar:

- ¿Te gustaría ser una persona violenta? ¿Insultas alguna vez, te mofas alguna vez de alguien...? ¿Crees que eres violento por eso?
- ¿Qué tipo de violencia es la que crees que más afecta a las personas, la que más profunda huella negativa deja en sus vidas y les causa problemas para siempre?
- ¿Crees que la persona que es maltratada y dañada durante tiempo puede luego dañar a los demás? ¿Por qué?
- ¿Una persona que realiza acciones violentas crees que tiene problemas, que algo dentro de sí está mal o falla, que es una persona sana...?
- ¿Qué factores de riesgo tiene una persona para convertirse en violenta?
- ¿Cómo podemos ayudar a prevenir?
- ¿Tenemos obligaciones los que observamos violencia?
- “No hagas a los demás lo que no te gustaría que te hicieran a ti”. Es la regla de oro. ¿De qué otras maneras o con qué otras frases podemos defender la no violencia?



Creas que es violento...:

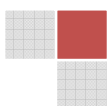
- Llamar a una persona con un nombre, apodo o palabra que no le gusta y no quiere que le llamen así.
- Hacer una broma a un compañero/ a dándole golpecitos mientras te dice que pares.
- Decir negro a una persona de color
- Reírse cuando una persona hace alguna de las cosas anteriormente citadas.
- Decir a una chica “vaya ropa, como vas provocando”...
- Insultar a alguien si me tira un papel

A las palabras no se las lleva ningún viento.
 Cada palabra destruye o edifica,
 hiere o cura,
 maldice o bendice.



3

¿Qué estilo de comunicación/ relación con los demás tienes? Comentamos con los alumnos/ as.



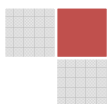


Primer Role-Playing. Diferenciamos lo que es un chivato de lo que no.

A veces al actuar de modo asertivo defendiendo mis derechos o los de otra persona los demás nos tachan de chivatos como forma de culpabilizar la denuncia de daño a las personas para que esta no se produzca y las personas que hacen daño puedan seguir causándolo impunemente. El profesor tiene previamente hablado con varios "actores" lo que van a representar durante la clase:

- "Un alumno están en su mesa y comienza a lanzar la goma al aire". Otro levanta la mano y le acusa ante el profesor.
- Un alumno comienza a dar golpes en un hombro al de la mesa de al lado. Un tercero levanta la mano y dice lo que pasa al profesor.

- ¿En qué escenas crees que hay un chivato?
- ¿Qué crees que podría haber hecho el que acusa en la primera escena en lugar de decirlo al profesor?
- ¿Tenía alguna otra alternativa el que dice al profesor lo que pasa en la escena segunda?
- ¿Por qué a veces nos cuesta tanto hablar cuando vemos que a alguien le hacen daño? ¿Qué podemos hacer para solucionar eso?





2º Role-Playing. Un alumno/ a representa el rol pasivo, otro el agresivo y otro el asertivo (uso el esquema de comunicación asertiva, mensajes en yo...). Casos:

- “Alguien se cuela en la fila para entrar a un concierto”.
- “Un chico le dibuja penes a una chica en su cuaderno”
- Un alumno/ a le llama a otro/ a “Pinocho” porque tiene la nariz grande

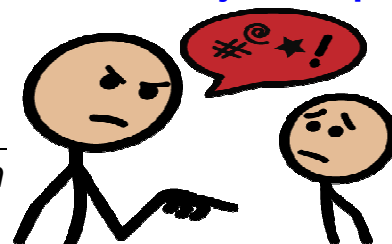
Estilos de Comunicación			
Estilo	Pasivo	Agresivo	Asertivo
Tono de voz	Débil, bajo, vacilante, ansioso, inseguro	Arrogante, sarcástico, condescendiente	Seguro, firme, directo, modulado, tranquilo
Postura corporal	Hombros caídos, encogido	Tensa, rígida, crispada	Abierta, relajada
Expresión facial	Avergonzada, tímida, cabeza inclinada, mirada hacia abajo	Ceño fruncido, mirada fija, fría, amenazante	Directa, seria, interesada, genuina, cabeza alta, y contacto visual
Manos y brazos	Manos nerviosas, hombros caídos, movimientos crispados	Puños cerrados, amenazadores, movimientos rápidos, dedos acusadores	Manos relajadas, movimientos sencillos, informales, espontáneos

Surdo (1997)

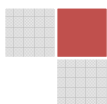
4

Insultos: ¿El que insulta está reclamando algo? ¿Por qué duelen tanto los insultos? ¿Qué esconde debajo el que insulta, agrade, es violento...?

“No vale la pena discutir con estúpidos, tienen demasiada experiencia”



Lectura y comentario del siguiente cuento:





El Coleccionista de Insultos

Cerca de Tokio vivía un gran samurai, ya anciano, que se dedicaba a enseñar el budismo zen a los jóvenes. A pesar de su edad, corría la leyenda de que era capaz de vencer a cualquier adversario.



Cierto día un guerrero conocido por su total falta de escrúpulos pasó por la casa del viejo. Era famoso por utilizar la técnica de la provocación: esperaba que el adversario hiciera su primer movimiento, y, gracias a su inteligencia privilegiada para captar los errores, contraatacaba con velocidad fulminante. El joven e impaciente guerrero jamás había perdido una batalla. Conociendo la reputación del viejo samurai, estaba allí para derrotarlo y aumentar aún más su fama.

Los estudiantes de zen que se encontraban presentes se manifestaron contra la idea, pero el anciano aceptó el desafío. Entonces fueron todos a la plaza de la ciudad, donde el joven empezó a provocar al viejo.

Arrojó algunas piedras en su dirección, lo escupió en la cara y le gritó todos los insultos conocidos, ofendiendo incluso a sus ancestros.

Durante varias horas hizo todo lo posible para sacarlo de sus casillas, pero el viejo permaneció impasible. Al final de la tarde, ya exhausto y humillado, el joven guerrero se retiró de la plaza.

Decepcionados por el hecho de que su maestro aceptara tantos insultos y provocaciones, los alumnos le preguntaron:

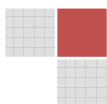
-¿Cómo ha podido soportar tanta indignidad? ¿Por qué no usó su espada, aun sabiendo que podría perder la lucha, en vez de mostrarse como un cobarde ante todos nosotros?

El viejo samurai repuso:

- Si alguien se acerca a ti con un regalo y no lo aceptas, ¿a quién le pertenece el regalo?

- Por supuesto, a quien intentó entregarlo -respondió uno de los discípulos.

- Pues lo mismo vale para la envidia, la rabia y los insultos añadió el maestro-. Cuando no son aceptados, continúan perteneciendo a quien los cargaba consigo.



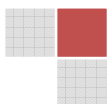


Reflexión:

- *¿Qué pasaría si no cedemos a provocaciones, insultos e intentos de humillación?*
- *No podemos cambiar la actitud de los demás, pero podemos elegir no entrar en el juego, y no caer en la provocación.*
- *¿Se os ocurre algún ejemplo de vuestro día a día en donde podáis aplicar las enseñanzas del maestro samurai?*
- **Y es que el único responsable de tus sentimientos eres tú mismo. Nadie tiene la capacidad de hacerte sentir mal, salvo que tú se la concedas.** Lo importante no es lo que otros pretendan (molestarte, descalificarte, herirte), sino lo que tú hagas con lo que te ofrecen.
- **Es en ese punto donde puedes negarte a quedártelo, y no dejar que entre en tu interior.** No hay que dar a otros el poder de controlar nuestro humor.

Estrategias:

- 1) **¿Y?:** la respuesta "¿Y?" al que se burla muestra **indiferencia** ante la burla y le resta importancia. Porque quien se afecta por un **INSULTO**, se infecta.
- 2) **RESPONDER** al que se burla con **un elogio**. Por ejemplo, si alguien se mete con tu aspecto, puedes **RESPONDER**, "Tú eres muy guapo".
- 3) **¿Qué tal con la indiferencia?:** hay un refrán que dice que **"no hay MEJOR desprecio que no hacer aprecio"**. El que insulta lo hace para obtener otra mala respuesta, así que si no la obtiene, no habrá conseguido su cometido.
- 4) **Mediante el absurdo:** si no hablas ruso, respóndele en ruso, imitando el acento lo **MEJOR** posible y mucha calma: "Sparinskya boyote kursikova" (El idioma es libre; si imitas **MEJOR** el chino, pues en chino). En general, haz cualquier cosa absurda que no tenga relación con la situación.
- 5) **Vale...!!!:** dale la razón aunque no la tenga y pide perdón. No es necesario que te creas lo que haces, pero una buena actuación **deja sorprendido** a quien te insulta y a veces incluso se arrepiente de haberlo hecho. Si alguien viene a ti con **INSULTOS** y no los aceptas, el **INSULTO** ¿para quién es? Como decía Oscar Wilde, **"perdona siempre a tus enemigos, nada les molesta más"**.
- 6) **Con una amplia sonrisa:** ante un **INSULTO**, y podrás ver como la persona que tienes enfrente se desespera y termina por desistir **completamente "descolocado"**.





7) **Mostrando pena por el que insulta**, es el que realmente está mal. Una persona que está a gusto consigo misma, en paz, no necesita llamar la atención de los demás... no necesita ir haciendo daño a la gente. Por ejemplo podemos darle unas palmadas de consuelo, preguntarle si está bien o necesita hablar o ayuda, diciéndole que le perdonamos...

<https://es.slideshare.net/mariaceciliaacri/20-formas-sanas-de-responder-el-insulto>

Practicamos el esquema para defendernos asertivamente:

Comunicar sin herir/ asertividad/ mensajes en yo. FÓRMULA:

Eres + cualidad positiva + pero + comunicar acción o conducta correcta que no te parece adecuada + Y YO me he sentido con tu comportamiento... + Podrías/ qué te parece si en adelante o si pasa lo mismo...

5

Prejuicios, estereotipos, mitos y empatía: Los alumnos/ as que estén de acuerdo con la frase se pondrán a un lado de la pared, lo que no al otro y los que no sepan en medio. Luego debatimos e informamos para tratar de desmontar los prejuicios y descubrir que tenemos que conocer a las personas y sus circunstancias en lugar de juzgar o prejuzgar.

“Desde el punto de vista del indígena, el extraño es el turista”

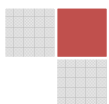
- Lista de prejuicios para realizar este juego

Los catalanes son unos peseteros

Los latinoamericanos son violentos

Los inmigrantes son delincuentes y roban

Los árabes son peligrosos





Los africanos son unos monos porque viven en la selva (desmontamos el prejuicio señalando países como Malí cuya casi total superficie consiste en desierto y sábana)

Los aragoneses son unos tozudos

Los andaluces son unos vagos

Para acabar acordamos una definición final de violencia y tenemos como referencia el violentómetro para ser siempre consciente de nuestros actos y del grado de violencia que puedo estar causando o recibiendo o que pueden estar causando o recibiendo otros.

Definición de violencia:

Podemos entender por violencia, que no sólo es la agresión física evidente, sino que también es todo acto, práctica u omisión que vulnere los derechos humanos que afectan a la libertad, al desarrollo personal, al bienestar, a la privacidad y a todo aquello que permite que cualquier persona sea y se sienta respetada.

