



Guía para
facilitar
encuentros

Madres Promotoras de Paz

Curso Básico del Programa Madres Promotoras de Paz
Venezuela 2016-2017

Guía del facilitador

Esta es sólo una guía para facilitar el trabajo de todos ustedes. Ya habrán leído el libro, la mayoría ha hecho el curso para facilitadores y algunos incluso ya forman parte de algún grupo de MPP.

Como ya saben, el Curso Básico consta de tres niveles: el personal, que comienza con la comprensión del fenómeno de la violencia (primer capítulo del libro “Conversaciones sobre la violencia y la paz”, ...) y sigue con la recuperación de la primera infancia del participante, para que pueda curar heridas y descubrir las bondades en su historia, (capítulo 2 p.29) , en este primer nivel se aspira que la gente se asuma como “persona”, que reconozca y descubra la importancia de reencontrarnos con nosotros mismos; luego en el nivel 2, el de las “Comadres”, en este el participante se asume como madre, padre con hijos, con familia con la cual debe convivir en paz, pero que esta asediada por muchos peligros (capítulo 3 del libro, p.62); y finalmente, el nivel 3: el de la paz en la comunidad, el de los derechos, el de la organización necesaria para prevenir, reducir y erradicar violencia e incidir no sólo en la comunidad, sino en la políticas públicas, porque el Estado tienen su responsabilidad que cumplir.

Entonces, la Guía, es sólo una guía, no es una imposición, las estrategias y los materiales aquí expuestos han sido ensayados, pero si alguien tiene otras canciones, o tal vez otros juegos, valen, lo que si no queremos negociar es que los niveles se den en este orden, que el primer nivel sea de más reflexión y el último de más participación y libertad para la planificación de las subsiguientes acciones.

Finalmente, decimos “Curso básico” porque luego podrán venir otros planes de formación y de acción. Recuerden que tenemos un objetivo: reconstruir el tejido social roto por la violencia, y convertirnos en una organización que incida en la creación de muros de contención a la violencia.

1. Sobre el papel del facilitador (a)

No es un ponente, es alguien que ha tenido la oportunidad de prepararse para ayudar a otros a encontrarse a sí mismo y a tomar las riendas de su vida en esta dimensión de la convivencia pacífica. Su actitud debe reflejar eso, entonces habla poco, transmite mensajes positivos, no impone – aunque le toca mantener un orden y una agenda -, evita enjuiciar y que los asistentes enjuicien al que habla.



Dará los derechos de palabras y procura que alguna no se encadene tampoco. Debe tener sonrisa fácil y también capacidad de ponerse en el lugar del otro. Cuidará de no crear una dependencia con los asistentes. Mejor si alguien le ayuda con la logística para no distraer su atención. Debe preparar las sesiones cuidando de no ser rígida, habrá ocasiones en donde se prolongará un punto y otras en donde se recortará e incluso se saltará alguna dinámica o algún punto si se ve que no hace falta. *Debe proyectar serenidad*, por eso conviene hacer ejercicios de respiración antes y tomar conciencia de las preocupaciones para apartarlas. La puntualidad es importante, aunque no se inicie a tiempo el facilitador debe llegar antes de la actividad. Cuidará los finales, no pasarse de la hora fijada, respetar los tiempos.

El facilitador debe preparar cada jornada con la flexibilidad necesaria pero no puede improvisar. Después de cada jornada, conviene hacer registros de cómo estuvo, si nos preocupa la actitud de algún participante, revisar qué salió bien y qué se nos fue para mejorar. Antes de cada encuentro, recordar para qué estamos, mejor si rezamos por los que vamos conociendo y poner en manos de Dios el trabajo, siempre deseando la paz para los asistentes.

2. Sobre el ambiente necesario:

El que llegue debe sentirse bien acogido. Para ello es importante crear un ambiente propicio, algún aviso de bienvenida con letra grande para que todos lo vean. Mejor si hay silencio en los alrededores, de no disponer un lugar tranquilo, aprender a relajarse al principio para lograr la concentración. Las sillas se pondrán en círculo o semicírculo para que todos se vean las caras. Cuidar tener a la mano el bolso con tijera, tirro, marcadores, alguna pastilla para alergia y/o dolor de cabeza, y en lo posible unas toallitas o papel para secar las lágrimas.

3. Sobre la formación: el primer día:

- **Saludo y presentación.** Expresar la alegría de lo que se comienza. Presentación rápida: nombre, número de hijos/hijas nietos, y algo más, por ejemplo, una cualidad que los caracterice. Si son más de 15, pueden formar parejas o tríos y cada quien dice el nombre de otro, si son menos, uno por uno, repitiendo los nombres y las cualidades. Mejor si se tiene una pizarra y se van anotando los nombres, recuérdese que el objetivo último es crear un grupo organizado de MPP, el nombre da sentido de pertenencia. Recordar para qué se han reunido: para aprender a ser mejores personas, mejores madres, mejorar la convivencia en la familia, escuela y comunidad.
- **Rezar un Padrenuestro.** Una vez presentadas, sabemos que somos hermanos y hermanas nos ponemos en mano de Dios, sea cual sea el nombre que le demos.

Pueden realizar una oración de su preferencia, agradecimiento por encontrarse en la formación o rezar el Padrenuestro, incluso los de otras religiones lo conocen.

- **Reglas. Normas de convivencia:** son reglas consensuadas, no deben ser impuestas, por lo que es importante que sean construidas entre todos. Algunas importantes a considerar podrían ser: apagar los celulares – o ponerlos en silencio -, levantar la mano para hablar, escuchar sin enjuiciar y algo más que se les ocurra. Recordar que cada historia es personal. No se habla para “evaluar” a nadie sino para comprender y comprendernos. Someterlo a “consulta”, luego se verá lo importante que es para la sana convivencia que las normas estén claras y conocidas por todos.
- **Primera erre: respirar.** Con música suave de fondo invitar a los participantes a colocarse en una posición cómoda y relajar el cuerpo, piernas y brazos sin cruzar, ojos cerrados. Disponerse a realizar al menos 12 respiraciones profundas llevando el ritmo y concentrándose en la respiración. El primer día algo más largo después jugando con alguna figura que va oxigenando todo nuestro cuerpo hasta llegar al cerebro (un pájaro, una mariposa..) recordar a los que no están ahí pero los queremos y por ellos estamos (alumnos, hijos...), ponerle nombre a tres “piedras” que no están pesando, con las principales preocupaciones que en ese día tenemos... salud, un hijo, algo que no hemos terminado e imaginar que la hemos puesto en una curiara y se aleja por el río un poco y momentáneamente, o en un globo, en fin, que no nos pesen. Se puede usar otro esquema.
- **Comprender la violencia**
- **Motivación:** con qué palabras asociamos el término “violencia”, cada quien dice lo que primero se le ocurre, estrategia lluvia de ideas. Se anotan en la pizarra o se entrega media página y cada quien pone una... seguramente dirán gritos, peleas, muertes, problemas, impotencia, tristeza, rabia... todo eso tiene que ver con violencia (si no dicen gritos o insultos completar uno), decir algo sobre las secuelas, ¿cómo quedamos después de recibir un grito?; luego con cuáles asociamos al término “paz”: serenidad, amor, perdón, sonrisa... Todo eso tiene que ver con la convivencia pacífica. Para eso estamos: para prevenir, reducir y erradicar la violencia y para promover la paz. ¿Hay violencia en nuestro entorno? ¿Sólo los tiros o los golpes son violencia?
- **Reflexionar:** Pensar y considerar sobre lo conversado con atención y detenimiento para comprenderlo bien, formarse una opinión sobre ello.

Entonces para comprender la violencia necesitamos tener concepto de violencia. Podemos utilizar estos conceptos:

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la violencia es “el uso intencional de la fuerza física o el poder, ya sea en el grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o la muerte” (OMS 2002)

Por su parte, Jean Petit Leclerc (2012) Recuerda que violar y violencia tiene la misma etimología, y por eso habla de “Violencia cuando hay una intromisión de fuerza en el universo personal del otro”, cuando se invade la intimidad.

Para nosotros también hay violencia cuando hay daños o heridas, aunque no sea de manera intencional. Recuperar hechos de violencia en nuestra comunidad en los dos últimos años

Ejercicio 1 ¿Has sido testigo o víctima de algunos de estos tipos de violencia?

Testigo: alguien cercano, que lo hayamos presenciado o nos hemos enterado no por la prensa sino por ser de la comunidad o en la escuela.

Víctima: si le ha pasado a uno o a la familia cercana

| Aspectos de la violencia | Testigo | Víctima | Total |
|--------------------------------------|---------|---------|-------|
| 1. Gritos | | | |
| 2.- Insultos/amenazas | | | |
| 3.Robos / atracos | | | |
| 4.-Peleas con golpes | | | |
| 5.Tiroteos | | | |
| 6.Maltrato o sobornos de autoridades | | | |
| 7.Secuestros | | | |
| 8.Violencia intrafamiliar | | | |
| 9.Violencia | | | |
| 10.Muertes por violencia | | | |
| Total | | | |

Es importante apuntar el número de personas que participan en la encuesta.

Este es uno de los materiales que se van a enviar al equipo coordinador del Programa, y es bueno que lo conserven, pues da idea de la violencia del entorno.

En todo caso: toda violencia es mala, daña, hiere y puede matar, aunque no sea la intención, de un solo momento o de manera lenta. Estamos en un país muy violento: más de 27 mil muertes violentas en el 2015. Toda violencia deja secuelas.

Pero hay una buena noticia: la violencia es aprendida, puede prevenirse, detenerse. A convivir pacíficamente se aprende también.

Segundo parte de ese primer día

Esta parte del curso es lo que se contempla en el segundo capítulo del libro base: Conversaciones sobre la violencia y la paz. Una invitación a la Convivencia pacífica, que como ya se dijo, el facilitador debe haberlo leído.

1. Recuperar nuestra historia de la primera infancia

Reflexionar. Recuperar nuestra historia dolorosa de nuestros sentidos. **Reunión.**

Antes de hacer los ejercicios individuales decir que a veces reaccionamos de manera violenta y no sabemos por qué. A veces tenemos mucha sensibilidad frente a ciertas cosas y no comprendemos. La base puede estar en nuestra infancia. Ver los anexos con los ejercicios. **Aquí va el ejercicio 2. Recuperación de la historia dolorosa de mi infancia.**

Esta reflexión tiene tres momentos: primero particular, después un rato en grupos pequeños, y luego todos. Todos los momentos son importantes: el particular, porque la persona necesita encontrarse consigo misma, escribir le ayudará; el grupo pequeños porque hay gente que nunca hablará en el grupo grande, y porque, aunque no hable en este tampoco, escucharse unas a otras desbloquea, genera confianza; y luego en plenaria, se toman 3 o 4 participaciones y sirven de ejemplo para algunas reflexiones.

Se entregan los ejercicios, uno por uno, y dependerá del tiempo disponible, se puede hacer sólo con olores, sabores y pasar a la historia auditiva, o se pueden hacer los 5, conservando el esquema original, o sea: los tres momentos. Es muy importante que se haga silencio para la parte personal, aunque sea poco tiempo. Ir detectando los signos de que la gente ya está preparada para comentar lo que ha escrito, de pasar al trabajo o reunión grupal. Si son más de 8, se van haciendo grupos de 4 o 5 personas, no más, si son menos, se pasa de una vez al grupo completo. **No se obliga a nadie a hablar**, solo preguntar si descubrió algo con el ejercicio.

En el grupo grande se pide que dos o tres compartan y se hacen algunas reflexiones:

- Cada historia es personal, lo que para uno resulta mal recuerdo tal vez para otro no.
- El problema no es tanto con el olor, o sabor en si sino con lo que lo relacionamos o con lo que pasaba después: “si no lo comía, me pegaban...”

- Importante saber cómo pensamos y sentimos ahora. Cuando lo hemos comprendido, ya no duele, aunque sigue siendo nuestro el recuerdo, y lo otro es que, aunque ya no nos duela, preguntar cómo nos sentimos cuando teníamos 4 o 5 años.
- De cero a 7-8 años se absorbe todo como esponja, no tenemos “colador” que nos permita comprender el porqué, se queda en nuestro “disco duro”, pasa al inconsciente muchas veces. Por eso el cuidado que hay que tener con lo que decimos a los niños.
- También se hiera por omisión:” nadie me dijo que me quería”, o “nunca me hicieron una torta”, o “nunca me abrazaron” ...

Las dos principales necesidades de todo ser humano son saberse y sentirse querido y aceptado

- Para cerrar algunas reflexiones hay ejercicios que ayudan. Dinámica: “La ronda de Te quiero” o el “Círculo virtuoso”.

Cada quien dice al de al lado su nombre y le añade eso que nunca le dijeron: “Fulana yo te quiero..... yo te acepto como eres, Cuenta conmigo... lo hiciste muy bien...) y le abraza

7.- La historia dolorosa debe irse cerrando. La dinámica de “Limpiar los sentidos” es útil:

- Nos disponemos a limpiar nuestros sentidos heridos: cierran los ojos y extienden sus manos
- Colocamos unas gotas de gel en cada una y pedimos que se lo pasen los sentidos más heridos, uno va lentamente recordando... si no quiero oír más gritos, me limpio los oídos, si he sido golpeada o manoseada, limpio mis brazos...
- Dejamos unos minutos en silencio o cerrar con una oración de sanidad.



8.- Reconciliarse: Ejercicio 3 Perdonar sana –el triple perdón. Se recuerda que este es un asunto personal, no se comparte en grupo pequeño. Cada quién con su hojita del perdón, se puede poner alguna música, mucho silencio, se da permiso para salir del salón si alguien lo desea. Perdonar y pedir perdón es un acto unilateral: puedo perdonar o pedir perdón, aunque la otra persona no quiera ser

perdonada o no quiera perdonar, es un paso que puedo dar yo sola, pero importante, porque sana. Hay que cerrar las heridas. No se impone, uno lo desea, y aunque no lo perdonen a uno sólo pedirlo ya ayuda. Cuando todos hayan terminado, se puede proponer que la gente diga a quien pidió perdón y a quién perdonó, pero sin dar detalles. Terminar con un gran

abrazo, una canción de paz. Para reconciliarse con el otro se requiere la buena voluntad del otro, pero ahí está el deseo.

Quererse uno: esta parte de recordar la historia dolorosa puede dejar tensa o cansada a más de una persona, por eso dar y recibir unos masajes ayuda mucho: todo el mundo en círculo, una detrás de otra, y cada quien dará masajes a la de adelante, comenzando en la base del cuello – con las yemas de los dedos, después la clavícula derecha, luego la izquierda, después alrededor de la columna vertebral, y se termina con unos “karatekas”, o sea unos golpecitos breves con ambas manos; luego se pide que todo den la vuelta y se inicia de nuevo con la nueva persona que tengamos adelante. Lo importante es que la gente salga relajada.

C.- Tercer día: Recuperar la historia bondadosa

9.- Recuperar la historia bondadosa. Ejercicio No 4.

Toda nuestra infancia no fue violencia y tristeza, recuperar esos bonitos recuerdos ayudan a sanar y a comprender que es posible que algunos de los nos generaron heridos también nos dieron amor. Volvemos a la dinámica; reflexión particular, equipo y grupal. Es realmente terapéutico volver sobre esos recuerdos bonitos y escuchar los buenos momentos de los otros. Se repiten los tres momentos: el particular, el grupal pequeño y el del grupo total. Uno va subrayando que hay gente que nos ha hecho daño, pero también nos ha regalado buenos momentos.

Dependiendo del tiempo disponible. Al cerrar estos ejercicios bonitos, se pide que para la “graduación”, se traigan fotos, algún plato de los sabrosos que hacemos, que se canten esas canciones... algún juego. Canciones posibles para este día: Qué bonita es esta vida, Celebra la vida, Estoy contento...

D.- Graduación

Respirar y dar algunos tips del curso vivido.

Se entregan las Erres y se van detallando.

Evaluación: lo significativo, que se llevan para su familia.

Recordar que el curso tiene dos niveles más, invitarles. Entregar la hojita de seguimiento. Se puede en esta sesión entregar la sopa de letras con cualidades de las madres... Después de la “ceremonia”, se puede entregar un carnet “He decidido ser Madre Promotora de Paz” o un papel que certifique su asistencia, pero se insiste en continuar los otros dos niveles. Se puede rezar el Padre Nuestro de la escuela (está en el libro) o una de esas canciones que animan a seguir. *Es en este momento cuando se sugiere entregar el libro, advirtiendo que será para su uso durante el curso, de manera que sirva para cursos futuros. Se puede poner de tarea que lean los capítulos 1 y 2 del libro para reforzar lo que ya se ha trabajado.*

Se intercambian teléfonos correos, se proponen grupos de enlace para recordatorios y se da fecha del siguiente nivel.

Opcionales: las diferentes tareas para cada día. Proponer que se visiten. Dar algún recuerdo. Foto, Regalarse masajes. Recuperar anécdotas graciosas –saber reírnos de nosotras... De este primer nivel se aspira que la gente salga diciendo “Yo puedo” (Puedo ser promover la convivencia pacífica, puedo parar la violencia...)

Acciones claves: re-conocer, reflexionar, es muy importante que se tome nota de testimonios, fotografías, que haya registros que servirán para los informes finales, para mostrar o compartir en el reencuentro.

NIVEL 2

Título: “Ahora somos comadres”

En el libro conversaciones... específicamente en el capítulo 3 (desde las páginas 62 hasta la 102) “Ahora somos comadres, paz con la familia”, encontrarás las ideas claves para el abordaje de este segundo nivel. Por lo que te invitamos a leer previamente.

Introducción: en el primer nivel se participa como persona, en este segundo nivel lo hacemos como madre (o tía o abuela). Se trata de adquirir herramientas para mejorar la convivencia con los hijos e hijas a cargo, al igual que sobrinos, nietos, ahijados, entre otros. Todo ello, puesto que necesitamos mejorar la comunicación con ellos, comprenderlos para poder entrar en su mundo, para protegerlos, para que podamos prevenir o reducir riesgos y no terminan siendo víctimas o victimarios.

Tiempo aproximado de este nivel: de 8 a 12 horas distribuidas en tres sesiones, para ello sugerimos:

- 1.- Primera sesión: los hijos que tenemos (pequeños y adolescentes) 2 a 3 horas
- 2.- Segunda: la comunicación necesaria para una familia en paz: 2 horas
- 3.- Tercera: Los riesgos que tienen los hijos: 4 a 6 horas (puede ser en varias jornadas)
- 4.- Cierre: Qué hacer, evaluación 1 hora.

Primer día o primera sesión

- 1.- Inicio: repaso del primer nivel. Dado que se les ha puesto de tarea que se leyeran el primer y el segundo capítulo de libro, convendría comentar las resonancias de la lectura. Cómo les ha ido, novedades, cambios en sus vidas... Novedades también en cuanto a la situación violencia/paz en el entorno. Repaso de los nombres de los participantes...
- 2.- Respirar. Ejercicio deteniéndonos en los hijos por los cuales se está participando.
 - A.- 3.- Los hijos que tienes en casa (El adolescente “de verdad”) p. 64 . a 74

- Recuperar la adolescencia. ¿Cómo la pasamos, quién nos acompañó, qué miedos teníamos? ¿La primera menstruación? El primer amor platónico. Se puede hacer el ejercicio 6.2
- Reflexión sobre la adolescencia. Los vemos como enemigos. Se sienten muy solos.
- ¿Cuánto los conocemos? A qué le temen? Qué quieren ser? Algo de psicología evolutiva, el niño ve a sus padres con admiración, quiere la seguridad de sus padres, el adolescente se está encontrando con sus cambios, quiere la seguridad de sus pares
- Necesidad de hablar con los hijos sobre sexo
- Lo que debemos saber de nuestros hijos para comprenderlos mejor (para los padres de niños pequeños se anexara un material porque el libro se centra en los adolescentes.
- Se pueden trabajar los ejercicio 6.1 Historia de mi hijo y mi historia contada por mi hijo y 6.2 El adolescente que fui dichos ejercicios permite recordar que también fuimos jóvenes y reconocer lo importante de ser escuchados y comprendidos. Cada participante, en silencio, realiza su ejercicio... y luego comenta en pequeños grupos.

Lo importante en esta sesión es que cambiemos la mirada hacia el adolescente – no es tu enemigo – y que comprendamos a los hijos partiendo de la etapa que están viviendo.

Tarea para la casa: observar a nuestros hijos, conversar con ellos tranquilamente, dejarles unos mensajes en la nevera resaltando cosas buenas de ellos. Leer en el libro las páginas correspondientes. Traer algo de sus hijos: una foto, un dibujo...

B.- 4.- Segunda sesión: Cómo mejorar la comunicación con los hijos

La rutina de siempre: repaso de la sesión anterior, la tarea, si aprendieron algo más sobre sus hijos... Poner en cartelera lo que trajeron o intercambiar esas cosas que trajeron de los hijos. Respiración profunda, al menos 10 veces. Introducción al tema de la comunicación: La comunicación s la base de la convivencia. Se sugiere comenzar con estas 2 dinámicas:

1.- La conversación imposible: en círculo una detrás de otra, se les dice que cuando se indique todos van a comenzar a caminar y entablarán una conversación con la persona de adelante. Por 45 segundos la gente intentará hacerlo, se insiste en que es con la persona de adelante que se conversará. A los 45 segundos se pide que se detengan. ¿Cómo se sintieron? ¿les pareció largo o corto? ¿Pudieron conversar? ¿Por qué? Saldrán respuestas tales como: no me daba la cara, la caminadera, el ruido, no podía hacer las dos cosas, escuchar y hablar...

Dos ejercicios para ver la importancia de la escucha activan y de los gestos
Hacer conciencia sobre nuestros gestos. Se pueden ensayar algunos, por ejemplo, cruzar los brazos normalmente es señal de estar en desacuerdo, abrir mucho los ojos, inclinarse hacia atrás; utilizar palabras bloqueadoras como “pero” al comenzar una respuesta.

¿Estamos repitiendo la historia con nuestros hijos?

Tarea: hacerle una carta al hijo/hija adolescente, o ponernos el tirro y tener una conversación con él o ella.

C. Tercera sesión: Los riesgos



Cada día empieza con la rutina: repaso, cómo les fue con la teresa

Passar la encuesta sobre riesgos, (Ejercicio 7) conversar por equipo sobre ellos:

- 1.- Deserción escolar
- 2.- Sexo irresponsable / embarazo temprano/
- 3.- Prostitución
- 4.- Alcohol
- 5.- Drogas ilícitas
- 6.- Acoso escolar
- 7.- Internet
- 8.- Armas / bandas / atractivo de los violentos
- 9.- Falta de espacios para la recreación y cultivo de las artes

Una vez pasada la encuesta, que da idea sobre la situación de riesgo, se trabajan esos riesgos, se inicia este día y se termina en la(s) siguiente(s), dependerá de lo que decidan y del contexto.

D.- La prevención de los riesgos (pág. 75 a 93): el ejemplo, la coherencia, la confianza, el diálogo, la expresión del cariño, la aceptación. Ese sería el resumen, según lo indicado en el libro, pero para llegar a eso se sugieren posibles maneras de trabajar esos riesgos enumerados en el libro: se seleccionan los que generen más preocupación; o mandar previamente de "tarea" para la casa que cada quien se lea al menos dos y se junten para comentarlos; agruparse en equipo y darle a cada equipo un riesgo; hacer socio dramas de los riesgos y cómo prevenirlos; traer invitados para algunos como por ejemplo, un miembro de Alcohólicos Anónimos o algún ex – drogadicto; es una sugerencia que nos ha resultado, invitar a gente que pueda dar testimonio de haber sido víctima de alguno de esos riesgos y que lo haya superado.

Para el tema del ciber acoso, si se tienen video beam, vamos a colocar algunas sugerencias en los anexos, de todos modos, lo importante es tratar el riesgo, si se puede partir de lo vivido por ellas o por sus hijos mejor, sino, lo que plantea el libro. Lo importante es que se puede hacer conciencia del peligro, saber que eso existe y su hijo/a puede ser víctima o victimario. (<http://mediacionyviolencia.com.ar/ciberacoso-videos-para-sensibilizar/>)

Al final se revisa hace el Ejercicio 7, ya realizado y se socializan los aprendizajes.

Se puede poner de tarea traer para el inicio del nivel 3 algo de los hijos: fotos, diplomas... y se ponen en cartelera. Recuerden que se procura que existan lazos afectivos entre las participantes.

Sugerencia: invitar a hijos de las participantes para un cierre con ellos, ¿cómo ven a sus madres desde que están haciendo el curso? Las madres se ponen un tirro, como señal de que van a escuchar sin defenderse, preguntar qué les sugieren a ellas para mejorar la convivencia en casa; se podría pasar a ellos el ejercicio 7 a ver que sale. Al final se puede hacer un juego donde estén todos, alguno cooperativo para que se rían unos y otros.

Evaluación: es al final de nivel, una evaluación es importante. En los anexos podrás encontrar los instrumentos.



NIVEL 3

Título: Somos Ciudadanos y tenemos derechos.

Introducción:

La paz comienza por la persona, como somos Madres – en su mayoría – la familia y la escuela es nuestro entorno más cercano que requiere de nuestra acción como “promotores de la Paz – pero ya se ha visto que hay factores que no dependen de nosotros, también se ha visto que estamos en comunidades muy violentas, el Estado – con su cara visible el gobierno – tiene su responsabilidad y su papel, por eso debemos asumir que tenemos Derechos y el Estado debe garantizarlos; también hemos visto que aislados no podemos salir de ninguna violencia, tenemos que organizarnos y aliarnos. Eso es de lo que se trata el tercer nivel: es el recorrido de la Paz de la persona hasta la Paz de la Comunidad, que requiere de Políticas Públicas. (Este tema lo puedes ubicar en el libro Conversaciones... capítulo 4 desde la página 104 en adelante).

Para este nivel sugerimos dos o tres sesiones Sugerimos tres sesiones: una para los derechos que tenemos como ciudadanas en relación a la seguridad y la paz, dos horas, otra

para el diagnóstico de la comunidad y las posibles acciones o proyectos, cómo organizarse para ello, unas 3 horas, y cerrar con la “graduación”, evaluación y compromisos, puede incluirse y agregar una hora más a la última sesión para la celebración del cierre.

1.- Rutina de iniciación

- Repaso rápido de las principales ideas de los anteriores, a grandes rasgos:

a.- Sobre la violencia: La violencia es un fenómeno multifactorial

Venezuela es un país MUY violento

El comportamiento violento es aprendido y se puede desaprender

Solas no podemos salir de ninguna violencia

b.- Sobre el nivel 1: la paz comienza con las personas, hay que reconocer la violencia que recibimos de pequeñas y también las bondades.

Las heridas de la infancia debemos curarlas, porque si no respiramos por la herida.

El triple perdón es necesario (perdonarme, perdonar a otro, pedir perdón)

Recordar las erres de la Educación de la paz

c.- Sobre el nivel 2: la convivencia familiar necesita de una comunicación asertiva.

La infancia y la adolescencia son etapas con características propias que debemos conocer y comprender (¿Cuál ha sido la experiencia?) Hay muchos riesgos en la comunidad, invitarlos a comentar qué podemos hacer para prevenirlos y cuáles son los más graves en la comunidad.

d. Siempre es bueno ver cómo les va yendo y cuáles novedades – buenas y malas - han tendido desde la última vez que se vieron.

- Respiración profunda, puede ayudar después de las 10 o 12 respiraciones pensar en cómo nos imaginamos la comunidad que soñamos. Lo anterior ha sido el resumen para entrar en el nivel 3. Seguimos en la primera sesión.

2.- Tienes derechos. (P.110 a 120 del libro)

Ya hemos visto que las normas son necesarias para convivir, los Derechos Humanos son normas universales para la convivencia de la humanidad y el Estado es el último garante de estos derechos. No es que sólo el Estado debe cumplirlos, pero si es el último garante, por eso debemos conocerlos y saber cómo se pueden defender. Se puede hacer el ejercicio 8: ¡eres una ciudadana con derechos!, y eso servirá para que se comenten los derechos que están en las páginas 113, 114 y 115. Como todas tienen el libro, se los pueden dividir para una lectura rápida. Ver si esos derechos los conocían, cómo se viven en la comunidad... Se puede trabajar lo de Derechos Humanos en 6d que lo anexaremos, que es un pequeño guía rápida para emergencias. Tareas sugeridas: volver a leer los derechos que están en el libro y traer casos reales de derechos violados en la comunidad que pudieran defender como grupo organizado.

3.- Día 2. La paz en la comunidad: a organizarnos.

Llegamos al final de curso: la promoción de la paz en la comunidad. Punto de partida: el ejercicio sobre los riesgos que hicimos en el nivel 2, recordar esos riesgos.

Rutina de inicio: preguntar por las actividades pendientes para la casa, comentarla. Respirar profundo, imaginar nuevamente el sueño de una comunidad en paz – con nuestros hijos y “ahijados” en esa imaginación. Recuerden que imaginar cosas buenas ayuda a alimentar las acciones.

Eres parte del problema y parte de la solución (p 104) Qué comunidad tenemos (p 105, 106, 107 a 109). Sugerimos este ejercicio: por grupos pequeños hacer un plano de la comunidad con símbolos que indiquen: oportunidades, cosas buenas, posibles aliados, espacios que ayudan (plazas, parques, canchas, escuelas, iglesias...) color verde (jugando con el semáforo); y con otro color (rojo, oro el semáforo, y el que decidan el facilitador) con lugares de peligro; y en amarillo mencionar “vacíos” lo que no hay.

El proyecto: ahora qué se puede hacer como grupo a corto, mediano y largo plazo. Procurar que sean ideas realizables. Viene el ejercicio No 9. Y las pp 121 en adelante, algunos elementos para la organización y las propuestas.

Si no hay claridad o no se toma la decisión, se queda para otra sesión breve y la “graduación”

Puede incluirse testimonios de grupos que ya existen, si se puede pasar el video de HBO Sembradores de Optimismo o al menos comentar lo que dice en la página 136. Vamos a incluir algunas fotos de esos grupos.

4. Graduación y cierre.

Hay varios formatos para la evaluación, anexaremos algunos, lo importante es que la gente recoja lo más significativo y que se vayan pensando: Yo puedo, yo quiero, yo debo.

En la “graduación” se puede entregar un carnet: Yo _____ he decidido ser Madres Promotora e Paz y firman algún facilitador y alguien del equipo directivo de la escuela. Una vez una zona pido al principio una foto y el último día entregó carnet con las fotos. También ese día se puede entregar un certificado, para mantener el entusiasmo eso les da mucha alegría.

La canción Gota a gota es muy buena para el final. Se sugiere para el cierre rezar El Padrenuestro de la casa, está en la página p. 138 Es bueno que alguien del equipo directivo de la escuela asista a este acto.