

# Documentos Penitenciarios 33

## TALLER ENTRE-CULTURAS PARA CENTROS PENITENCIARIOS



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DEL INTERIOR

SECRETARÍA  
GENERAL  
DE INSTITUCIONES  
PENITENCIARIAS

# Documentos Penitenciarios 33

**Taller Entre-Culturas  
para centros penitenciarios**



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DEL INTERIOR

SECRETARÍA  
GENERAL  
DE INSTITUCIONES  
PENITENCIARIAS

***Autoría (por orden alfabético):***

María Alonso Sánchez  
(Área de Programas Específicos de Tratamiento)

Sandra Chiclana de la Fuente  
(Área de Programas Específicos de Tratamiento)

Florencia Pozuelo Rubio  
(Área de Programas Específicos de Tratamiento)

Alfredo Ruiz Alvarado  
(Área de Programas Específicos de Tratamiento)

Ana Terlera Bao  
(Área de Programas Específicos de Tratamiento)

***Edita:***

Ministerio del Interior - Secretaría General Técnica

**Catálogo de publicaciones de la Administración General del Estado**

<https://cpage.mpr.gob.es>

**NIPO (papel):** 126-23-068-1

**NIPO (Web):** 126-23-069-7

**Depósito Legal:** M-18343-2023

***Maquetación e Impresión:***

DiScript Preimpresión, S. L.



En esta publicación se ha utilizado papel reciclado libre de cloro de acuerdo con los criterios medioambientales de la contratación pública



# Índice general

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	7
1. Presentación .....	7
2. Participantes .....	14
3. Objetivos .....	15
4. Duración del taller/Desarrollo de las sesiones .....	15
5. Unidades del taller .....	16
<b>UNIDAD 1. CONOCIÉNDONOS</b> .....	17
1. Presentación de la unidad .....	17
2. Actividades .....	17
Actividad 1. Dos verdades, una mentira .....	17
Actividad 2. El factor común .....	18
<b>UNIDAD 2. CULTURAS Y RELIGIONES</b> .....	19
1. Presentación de la unidad .....	19
2. Objetivos .....	20
3. Desarrollo de las sesiones .....	21
2.1. ARTE .....	22
Música .....	22
Actividad 2.1.1. Taller musical .....	23
Actividad 2.1.2. Una canción con nuestro cuerpo .....	23
Actividad 2.1.3. Improvisación musical .....	23
El Cine y la literatura .....	23
Actividad 2.1.4. Videoforum .....	23
Actividad 2.1.5. Animación a la lectura .....	26
El Deporte .....	28

Actividad 2.1.6. Mapamundi de los juegos .....	29
2.2. GASTRONOMÍA .....	29
Actividad 2.2.1. Mural gastronómico .....	30
Actividad 2.2.2. Taller de cocina .....	30
Actividad 2.2.3. Taller de lectura gastronómica .....	31
2.3. RELIGIONES .....	31
Actividad 2.3.1. ¿Qué sabemos de las religiones? .....	31
Actividad 2.3.2. La expansión de las religiones en el mundo .....	41
2.4. DIVERSIDAD DE CREENCIAS .....	42
Actividad 2.4.1. Dinámica de grupo “Quién soy” .....	42
Actividad 2.4.2. Dinámica de grupo “Me acuerdo” .....	43
Actividad 2.4.3. Visionado del documental “Cambia el marco” de Jonás Trueba .....	45
Actividad 2.4.4. Intolerancia religiosa: una realidad compartida .....	46
Actividad 2.4.5. La compasión: un puente entre religiones .....	50
<b>UNIDAD 3. IGUALDAD Y NO DISCRIMINACIÓN</b> .....	<b>55</b>
1. Presentación de la unidad .....	55
2. Objetivos .....	55
3. Desarrollo de las sesiones .....	56
Actividad 3.1. ¿Qué tipos de discriminación existen? .....	56
Actividad 3.2. Frases para reflexionar .....	60
Actividad 3.3. El árbol violeta .....	61
Actividad 3.4. Respeto a la diversidad .....	61
Actividad 3.5. Días para celebrar .....	63
<b>UNIDAD 4. VALORES DEMOCRÁTICOS</b> .....	<b>65</b>
1. Presentación de la unidad .....	65
2. Objetivos .....	65
3. Desarrollo de sesiones .....	66
Actividad 4.1. DUDH y la carta de los derechos fundamentales de la Unión Europea .....	66
Actividad 4.2. Injusticias .....	68
Actividad 4.3. Juego para demócratas .....	69
Actividad 4.4. Valoramos nuestra responsabilidad y compromiso con los derechos humanos a través de Amnistía Internacional .....	71

Actividad 4.5. La carta de la compasión .....	77
Actividad 4.6. Construyendo nuestra carta entre prisiones .....	80
<b>UNIDAD 5. NUEVAS TECNOLOGÍAS</b> .....	83
1. Presentación de la unidad .....	83
2. Objetivos .....	83
3. Desarrollo de sesiones .....	84
Internet y redes sociales .....	84
Actividad 5.1. Internet y redes sociales .....	85
Actividad 5.2. Ciberodio .....	86
Actividad 5.3. Las campañas contra el discurso de odio en internet .....	89
Actividad 5.4. Construyendo la realidad .....	93
Actividad 5.5. Cuarenta preguntas para pensar .....	96
Actividad 5.6. Reflexionando sobre nuestro estilo de vida .....	102
<b>DESPEDIDA Y CIERRE</b> .....	103
Despedida y cierre .....	103
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	105
Referencias bibliográficas .....	105



# Introducción



*La paz comienza con una sonrisa.*  
**TERESA DE CALCUTA**

## **I. PRESENTACIÓN**

Según los datos del INE, la población extranjera en España en enero de 2022 asciende a 5.417.883 personas, lo que representa el 11,4 % de la población general, siendo los países de origen Marruecos, Rumanía, Reino Unido y Colombia los mayoritarios.

La realidad en las prisiones no es más que el reflejo de la sociedad en la que vivimos, dónde existe un amplio abanico de culturas que conviven en los centros penitenciarios.

La población extranjera que se encuentra en los centros penitenciarios dependientes de la Secretaría General ascendía en diciembre de 2021 a 12.125, lo que representa un 32,2% de la población reclusa general. Los países de origen mayoritarios son Marruecos, Rumanía y Colombia.

Como antecedente a este taller, la Secretaría General en 2006 edita “*El Plan Marco de Intervención con internos extranjeros*”, como respuesta a la necesidad de diseñar un Plan de Intervención específica con este colectivo dirigido fundamentalmente a la consecución de un primer y gran objetivo general: facilitar su integración en el medio penitenciario y, finalmente, en la sociedad.

Este programa supuso un avance en la atención a la diversidad en los centros penitenciarios, facilitando e intensificando la intervención educativa con personas extranjeras en una doble dirección:

- PROGRAMAS EDUCATIVOS GENERALES. Se generaliza la participación de la población extranjera en los programas educativos que se desarrollan en los centros.
- PROGRAMAS ESPECÍFICOS: se contemplan tres líneas de actuación, con carácter flexible y abierto y con técnicas y actividades diversas, pero con la misma finalidad: contribuir al desarrollo personal y a la integración en una sociedad democrática,

tolerante y pacífica, así como facilitar la convivencia ordenada en prisión, creando espacios de entendimiento en las relaciones interpersonales.

En orden a este fin, los principios rectores de este Plan Educativo fueron los siguientes:

1. Igualdad de derechos y oportunidades en acceso al trabajo, la educación y el tratamiento, salvo aquellas limitaciones que establezca la ley.
2. El aprendizaje del idioma español y los estudios de educación primaria son instrumentos básicos para la comunicación y la integración social, siendo necesario atender a las dificultades específicas de este colectivo.
3. La diversidad cultural se concibe como un fenómeno enriquecedor; y trabajar los comportamientos y actitudes discriminatorias o xenófobas, el conocimiento y tolerancia de las distintas culturas es el mejor camino para reducir los conflictos que pudieran derivarse de la diversidad étnica o cultural.
4. El respeto a la diversidad cultural, los diferentes valores, religiones, normas y costumbres debe estar presidido siempre por la ausencia de comportamientos lesivos hacia los derechos de los demás. Siendo principio rector de este Plan, facilitar el conocimiento racional del mundo, el desarrollo de habilidades cognitivas y la asimilación de valores prosociales a fin de integrarse en una comunidad que quiere vivir en paz, tolerancia y respeto a la dignidad y libertad del hombre.

Poniendo en valor la eficacia y buenos resultados obtenidos con el “Plan Marco para internos extranjeros”, en la actualidad la Secretaría General de Instituciones Penitenciarias considera necesario dar un paso más, elaborando un *taller más global e integrador con un enfoque intercultural*.

Para ello es necesario aclarar algunos conceptos tales como identidad, multiculturalidad e interculturalidad.

La **identidad cultural** se refiere al grado en que una persona se siente conectada, parte de un grupo cultural, al propio grupo de referencia en el que ha crecido. Incluye una compleja combinación de factores, tales como autoidentificación, sentido de pertenencia o exclusión, deseo de participar en actividades del grupo. (Jiménez Frías, 2002).

La **multiculturalidad hace referencia a la existencia de varias culturas** que conviven en un mismo espacio geográfico o social, pero sin implicar influencia o intercambio entre ellas, **sin contacto con la comunidad local**. No aboga por la asimilación de costumbres ajenas a la cultura propia, lo que puede derivar en conflictos.

Sin embargo, **la interculturalidad aboga por la convivencia de diferentes culturas en un mismo espacio** y, además, apuesta por la interacción entre ellas sin la supremacía de ningún grupo cultural. La interculturalidad se basa en valores como el respeto a la diversidad, el crecimiento de cada grupo y la integración. Además, apuesta por el **diálogo** para la resolución de posibles conflictos que puedan surgir. Por ejemplo,

un grupo escolar de distinta procedencia geográfica se relaciona entre sí, en condición de igualdad, tanto dentro como fuera del aula.

Las diferencias entre estos conceptos residen principalmente en que **la interculturalidad es un término mucho más amplio** que, incluso, engloba la multiculturalidad. Sus principales diferencias radican en la forma de entender las siguientes nociones que, según la interculturalidad son:

- **Igualdad:** Lucha por establecer una relación entre iguales en una sociedad. La forma de organización es la horizontalidad, es decir, implica desarrollar o incentivar procesos participativos más igualitarios.
- **Racismo:** Se considera un problema social al que se le intenta poner remedio mediante la resolución pacífica de conflictos.
- **Cultura:** Se acepta la asimilación de otras costumbres o normas diferentes a la propia, eliminando así el etnocentrismo.
- **Tolerancia:** El respeto y el reconocimiento de la diferencia y similitudes, como base de una sociedad democrática.

Destacar en este punto que en los últimos años las prisiones españolas cuentan con un número importante de personas que de una manera u otra tienen relación con la radicalización de tipo yihadista y que son divididos en tres grupos: condenados/as por delitos de terrorismo (Grupo A), protagonistas de conductas proselitistas o reclutadoras (Grupo B) y radicalizados/as o en riesgo de ser radicalizados en prisión (Grupo C).

Por ello, además de un programa de intervención específico de tratamiento para personas quienes tienen un delito vinculado con la radicalización violenta de etiología yihadista es necesario el diseño de actividades y programas de corte psicosocial en el que este colectivo pueda interactuar y participar con personas de otras culturas, religiones y razas, lo cual supone un beneficio no solo para quienes tienen un delito vinculado con la radicalización violenta de etiología yihadista sino también para los demás participantes. Jugl y cols. (2021) avalan este enfoque en su investigación realizando una revisión internacional de los programas de prevención del extremismo. Los resultados del metaanálisis llevado a cabo señalan que los programas de prevención psicosocial contra la radicalización y el extremismo en los que los grupos de participantes procedían de diferentes orígenes étnicos (mixtos) mostraron mejores resultados. De igual forma, se hallaron efectos mayores en aquellos programas que se dirigían tanto a sujetos en riesgo como a participantes de la población general (Jugl et al., 2021).

Teniendo en cuenta el carácter multicultural de nuestras prisiones debido a la obligada convivencia de una gran variedad de culturas intramuros, sentimos la necesidad de avanzar en este sentido, facilitando la interacción entre ellas y generando expresiones culturales compartidas. Para ello, se ha diseñado el “**Taller Entre-Culturas**”, que pretende promover el respeto a la diversidad cultural, el reconocimiento de las diferencias, la igualdad de oportunidades y el valor por las diferentes culturas. Basado en un enfoque

que se asiente en la tolerancia y la solidaridad potenciando la comprensión y la amistad entre diferentes naciones y etnias. De esta manera estaremos contribuyendo a la construcción de una sociedad más abierta y tolerante.

A continuación, presentamos una breve reseña de los modelos teóricos que fundamentan la razón de ser del presente taller, principalmente la hipótesis del contacto intergrupales.

El contacto positivo entre grupos reduce los prejuicios y mejora las relaciones intergrupales (Pettigrew y Tropp, 2006). El contacto entre miembros de diferentes grupos, como, por ejemplo, realizar actividades comunes dentro de una prisión, mejorará la relación entre ellos y disminuirá el prejuicio y la tensión. Según **la hipótesis del contacto intergrupales** (Allport, 1954), interactuar con miembros de un grupo diferente hará que cambien una serie de aspectos tanto cognitivos como afectivos, lo que llevará a una relación más positiva con dicho grupo.

La primera gran contribución a la hipótesis del contacto llegó en 1954 de la mano de Gordon Allport. Su gran aportación fue establecer una taxonomía de factores para entender las posibilidades del contacto intergrupales como factor de cambio. Deben tenerse en cuenta:

1. Los aspectos cualitativos del contacto (frecuencia, duración, número de personas implicadas y la variedad).
2. Las diferencias de estatus de los grupos entre los que se establece el contacto.
3. Los roles en la relación de contacto en particular (si es una actividad cooperativa o competitiva, y si es una relación entre iguales o superiores y subordinados).
4. La atmosfera social de la situación (si prevalece la discriminación o el igualitarismo, si el contacto es voluntario o involuntario, real o artificial).
5. Las experiencias personales previas al contacto (cuál ha sido la experiencia previa con el exogrupo y la fuerza del estereotipo, la edad y el nivel de educación y cualquier factor de personalidad que pueda influir en el contacto).
6. El contexto del contacto (si es casual, residencial, ocupacional, recreacional, religioso, etc.,).

Para Allport, que el contacto pueda ser favorable exige que el estatus de los grupos en la situación de contacto sea igual, que se persigan metas comunes y que dichas metas estén respaldadas por un apoyo institucional.

La segunda gran aportación se debe a Amir (1969, 1976), quien sistematizó una serie de situaciones para que el contacto fuera:

**FAVORABLE:**

- Igual estatus y que, si existe mayoría de miembros de un grupo, este fuera de alto estatus.

- Que haya un clima social y una autoridad que promuevan el contacto.
- Que sea íntimo y agradable.
- Que existan metas comunes.

DESFAVORABLE:

- Que se favorezca la competición.
- Que sea involuntario y desagradable.
- Que el estatus de un grupo pueda disminuir en el contacto.
- Que los sujetos estén en estado de frustración.
- Que uno de los grupos tenga normas morales censurables por el otro.
- Que, si hay una minoría, esta tenga el estatus más alto.

La tercera gran contribución es la de Cook (1978), quien predijo que las actitudes negativas hacia el exogrupo serían menores cuando el contacto fuera personal. Dicho contacto tenía que darse bajo unas condiciones:

- Los grupos debían poseer el mismo estatus.
- Tendría que producirse una desconfirmación de estereotipos.
- Los sujetos debían colaborar para conseguir una meta.
- El contacto tendría que permitir conocer realmente a los miembros del otro grupo, lo que favorecería la igualdad grupal.

Una vez que se cumplen las condiciones adecuadas para el contacto intergrupal, se puede esperar que las interacciones positivas resultantes reduzcan el sesgo intergrupal, disminuyan la competitividad y aumenten la cooperación.

Cuando se aborda la perspectiva grupal, son de obligada mención las teorías clásicas que han tratado de explicar las consecuencias de la pertenencia a determinados grupos humanos. Así, la **Teoría de la Identidad Social** (TIS) plantea que “por muy rica y compleja que sea la imagen que los individuos tienen de sí mismos en relación con el mundo físico y social que les rodea, algunos de los aspectos de esa idea son aportados por la pertenencia a ciertos grupos o categorías sociales” (Tajfel, 1981: 255). De este modo, parte del autoconcepto de un individuo estaría conformado por su identidad social, esto es, “el conocimiento que posee un individuo de que pertenece a determinados grupos sociales junto a la significación emocional y de valor que tiene para él/ella dicha pertenencia”. En este sentido, conviene poner de relieve la tendencia natural hacia el “favoritismo endogrupal en perjuicio del exogrupo” (Brewer y Brown, 1998). Así, este tipo de teorías, centradas en la identidad social y las relaciones intergrupo, reconocen que la **categorización social** es el proceso básico que subyace al favoritismo endogrupal. Así, la propia TIS asume que una vez que se produce el proceso de categorización social, “el individuo necesita mantener una identidad social positiva como miembro de su

endogrupo” (Tajfel y Turner, 1986). De esta forma, tomando como referencia la teoría de la comparación social (Festinger, 1954), los teóricos de la identidad social plantean que “por medio de comparaciones sociales favorables al endogrupo se puede contribuir y mantener la **identidad social positiva**”.

Cuando se trata de analizar las causas y los motivos que facilitan la adscripción a causas extremistas y el posterior pase a la acción violenta, la importancia del grupo es clara y existe un elevado acuerdo en señalar su relevancia como variable directamente relacionada con este fenómeno. La unión al grupo puede facilitar un elevado sentimiento de afiliación, capaz de conducir a la persona a conductas extremas o a grandes sacrificios personales.

La **Teoría de la fusión de la identidad** (Fredman, L.A., Buhrmester, M. D., Gómez, A., Fraser, W. T., Talaifar, S., Brannon, S. M., & Swann, W. B. (2015), explica cómo en ocasiones se puede generar “un sentimiento visceral de unidad con el grupo en el que el yo personal (las características de los individuos que los hacen únicos, o identidad personal) se une por completo con el yo social (las características de los individuos que los vinculan con un grupo, o identidad social), de manera que los límites entre ambos se vuelven porosos. La consecuencia es un fuerte vínculo con el grupo, pero sin embargo tanto la identidad personal como la social se mantienen en cierto modo independientes y la una no se subsume a la otra”. Cuando se produce esta fusión, los individuos pueden sentir que los miembros del grupo adquieren un estatus similar al familiar, pudiendo percibirse como verdaderos hermanos.

En línea con algunas de las teorías aquí descritas, podemos afirmar que el terrorismo yihadista se inspira en la búsqueda del sentido vital y la identidad que ofrece el perseguir y luchar por “una causa que se presenta como gloriosa y justa” (Atran, 2015). En muchas ocasiones, esta es una causa de absoluta importancia por la que se muere y se mata. De hecho, algunos autores defienden que la “búsqueda deliberada de la muerte otorga a este terrorismo un carácter diferencial al resto de movimientos terroristas conocidos” (Roy, 2017).

Abordar la cuestión de los valores y las ideas nos conduce a la **Teoría de los valores sagrados** (Gómez, López-Rodríguez, Vázquez, Paredes, Martínez, 2016). Este planteamiento describe determinados valores como “algo sagrado que debe respetarse de forma absoluta y protegerse por encima de todo y de todos” (Ginges y Atran, 2014). El valor se transforma así en “imperativo moral, con su propio valor intrínseco e incomparable con otro tipo de valores, siendo imposible de intercambiar por cualquier bien material o inmaterial (Tetlock, Kristel, Elson, Green y Lerner, 2000). Estos valores son percibidos por el grupo de tal forma que adquieren “un significado trascendental o infinito, donde se descarta cualquier tipo de comparación, intercambio o mezcla con valores mundanos y con los que tienen un compromiso absoluto e inviolable”. Esta es una aproximación teórica relevante, ya que la asunción de este tipo de valores tiene un efecto y

unas consecuencias indudables no sólo en las decisiones personales, sino también en la conformación de una identidad personal y social.

Tomando como referencia las dos teorías expuestas (fusión de la identidad y valores sagrados), así como el grupo como eje fundamental, existen propuestas de carácter empírico que demuestran cómo “los valores sagrados y la fusión de la identidad pueden interactuar para producir la disposición a hacer sacrificios costosos para defender una causa y/o a un grupo cuando alguno de estos factores se ve amenazado” (Atran, Sheikh y Gómez, 2014; Atran et al., 2014; Sheikh, Gómez y Atran, 2016). Resultado de ello es la **hipótesis del actor devoto**, la cual defiende que “las personas estarán dispuestas a proteger valores sagrados o moralmente muy importantes para su comunidad haciendo sacrificios costosos y comportándose de un modo extremo como matar y morir, especialmente cuando tales valores forman parte intrínseca de la **identidad del grupo** (...). De esta forma, cuando las personas acaban actuando como actores devotos para proteger sus valores sagrados, su comportamiento es difícil de predecir porque no se basa en un análisis racional y utilitarista de los costes y consecuencias, sino en un compromiso absoluto con lo que es moralmente correcto, sin importar los riesgos que implique ni las recompensas que puedan conseguirse” (Gómez, et. al 2016).

De forma complementaria a lo anterior, trabajos recientes ofrecen modelos explicativos del extremismo violento donde también se refleja la importancia del grupo. Así, la **teoría de la búsqueda del significado** (Kruglanski, Webber, Jasko, Chernikova, Mol, 2018) identifica “tres grandes fuerzas conductoras del radicalismo violento: la **necesidad, la narrativa y el grupo**”. Esta teoría defiende que “la búsqueda de significado personal (el deseo de importar y de ser alguien) es la necesidad básica que subyace a dicho radicalismo. También, la narrativa ideológica que justifica el uso de la violencia contribuye al extremismo gracias a la identificación de una causa colectiva que puede dotar al individuo de significado vital. Finalmente, un grupo de personas que suscribe dicha narrativa es el elemento que conduce a los individuos a percibir la narrativa como algo cognitivamente accesible y moralmente aceptable”.

En sintonía con lo que venimos describiendo, algunos trabajos (Rodríguez Caballeira, 2004) plantean cómo “la posibilidad de integrarse en un grupo compacto y cohesionado satisface el deseo de pertenencia del sujeto y le permite adquirir señas de identidad nuevas, así como el logro de la realización espiritual. En procesos de captación y radicalización, el fortalecimiento de la identidad colectiva sirve para crear un **sentido de pertenencia** indudable, hasta que el sujeto acaba adoptando la conciencia del grupo como conciencia propia, en lo que bien podría entenderse como un proceso de desindividuación”.

El grupo puede también actuar como facilitador de ciertos **mecanismos de desconexión moral** (la Teoría de la desconexión moral de Bandura plantea que el ser humano emplea diferentes mecanismos de tipo cognitivo para justificar su conducta cuando esta está en contra de sus principios morales y éticos). Así, procesos tales como la **difusión**

**de la responsabilidad** se producen, generalmente, a través de tres vías: “una, mediante la división o fragmentación de la acción dañina para dar la impresión de producir menos efectos perjudiciales que la acción en su totalidad; dos, por la toma de decisiones de manera grupal, dispersando la responsabilidad entre los demás componentes del grupo; y tres, por la realización de acciones de manera colectiva que se prestan al anonimato y minimizan así la responsabilidad individual” (Osofsky, Bandura, Zimbardo, 2005). Por lo tanto, la difusión de la responsabilidad cobra especial relevancia en el ámbito de las relaciones grupales.

## 2. PARTICIPANTES

Los/as destinatarios/as de este taller serán, por un lado, aquellos que participan en el Programa terapéutico DALIL, y por otro, personas de diferentes culturas y religiones seleccionados/as por el Equipo Multidisciplinar para formar un grupo heterogéneo. El número total de personas que participan será decidido por el Equipo Multidisciplinar, entre 20 y 30 participantes.

Para la selección de este último grupo de participantes se tendrán en cuenta los siguientes criterios:

- El grupo deberá tener un carácter multicultural. No prevaleciendo ninguna religión ni cultura sobre otra.
- Status social similar ya que, como hemos visto anteriormente, diferencias en el estatus social no favorecen el contacto intergrupal.
- Receptividad de los/as participantes, ya que los estados de frustración producen un contacto desfavorable.
- Participación voluntaria.

Evitar aceptar a participantes que hayan tenido conflictos personales previos. En la medida de lo posible, se intentará que sea mixto, participando hombres y mujeres.



*Teniendo en cuenta que el grupo del programa terapéutico DALIL está formado por personas de religión musulmana, se procurará que el resto de participantes profesen otras religiones.*

Debemos hacer una consideración acerca del régimen de vida de las personas participantes. La mayoría de los internos del grupo A se encuentran en departamentos de régimen cerrado (clasificados en 1º grado o art. 10 RP si son preventivos). Para posibilitar la participación de estas personas es necesario establecer una estrecha coordinación entre las áreas de seguridad y tratamiento, con el fin de poder realizar los ajustes necesarios en cuestiones de seguridad (espacio, horarios, frecuencia, nº participantes, vigilancia) que permitan que el programa se lleve a cabo con las máximas garantías.

Para la puesta en práctica del Taller “ENTRE-CULTURAS” será necesaria la implicación de un **Equipo Multidisciplinar** (educadores/as, psicólogas/os, juristas, trabajadores/as sociales, profesionales de ciencias de la educación social y de la actividad física y deportiva, personal de vigilancia, profesionales del grupo de información y control), ya que su participación y colaboración es fundamental en la ejecución del mismo.

Para la consecución de los objetivos propuestos se insta a establecer cauces de colaboración con entidades externas, ministros de culto y universidades que puedan colaborar en las diferentes actividades propuestas. Siendo conscientes de la dificultad en el abordaje de diferentes perspectivas culturales y religiosas, consideramos que todas aquellas aportaciones que puedan contribuir a enriquecer el taller favorecerán el éxito en la ejecución del mismo.

### **3. OBJETIVOS**

- Poner en valor la diversidad cultural, étnica, lingüística y religiosa de la población penitenciaria en particular y de la sociedad en general.
- Promover el conocimiento de otras costumbres o creencias diferentes a la propia.
- Fomentar y facilitar la interculturalidad.
- Promover el respeto y tolerancia por lo diferente.
- Reducir prejuicios y situaciones de discriminación por razón de cualquier situación personal o social.
- Mejorar las relaciones intergrupales.

### **4. DURACIÓN DEL TALLER/DESARROLLO DE LAS SESIONES**

Se recomienda que el inicio del presente taller coincida con el inicio de la unidad de emociones del programa terapéutico DALIL.

La duración prevista de este taller se establece en torno a los seis meses, pudiendo flexibilizar la duración en función de la disponibilidad de recursos materiales y humanos en cada centro penitenciario.

El taller se estructura en cinco bloques temáticos y en cada uno de ellos se proponen diferentes actividades, eligiendo cada centro aquella/s que más se adapten a las características del grupo.

Las actividades propuestas en cada unidad han sido seleccionadas para facilitar la consecución de los objetivos del taller; no obstante, el Equipo Multidisciplinar responsable de la puesta en marcha del mismo seleccionará las actividades que considere más idóneas para el grupo de participantes.

## **5. UNIDADES DEL TALLER**



**UNIDAD 1.** CONOCIÉNDONOS.

**UNIDAD 2.** CULTURAS Y RELIGIONES.

**2.1** ARTE.

**2.2** GASTRONOMÍA.

**2.3** RELIGIONES.

**2.4** DIVERSIDAD DE CREENCIAS.

**UNIDAD 3.** IGUALDAD Y NO DISCRIMINACIÓN.

**UNIDAD 4.** VALORES DEMOCRÁTICOS.

**UNIDAD 5.** NUEVAS TECNOLOGÍAS.

**DESPEDIDA Y CIERRE.** CONVIVENCIA FAMILIAR.

# Unidad I. Conociéndonos

## I. PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD

La primera unidad de este programa se llevará a cabo en una sola sesión siendo el objetivo principal que los/as participantes se conozcan entre sí y que tengan una visión general de las actividades que se van a realizar, que se acerquen y sean capaces de romper el hielo y relacionarse de una manera cómoda.

Para ello se plantean dos actividades. No obstante, estas actividades son solo una propuesta, pudiendo realizarse otras que cumplan los objetivos propuestos.

Los centros penitenciarios deben plantearse como una prioridad el desarrollo del presente taller, ya que el fin último del mismo es la mejora de la convivencia y la interacción social. Una vez que se haya realizado la primera edición, sería aconsejable su consolidación en el catálogo de actividades de cada centro, con su puesta en marcha al menos, una vez al año.

Antes de comenzar con las actividades se hará una pequeña ronda de presentación de profesionales y participantes. De igual forma se realizará una pequeña presentación de los contenidos y objetivos. Sería aconsejable que en esta primera sesión acuda el equipo completo de profesionales que van a participar de manera habitual en el desarrollo del taller. Es importante que el grupo de participantes conozca a los/las profesionales desde el inicio, favoreciendo así la comunicación y el contacto entre los/as mismos/as.

## 2. ACTIVIDADES

### Actividad I. Dos verdades, una mentira

Se pide a cada participante del grupo que piensen en dos hechos reales y una mentira sobre sí mismos/as. Se les indica que cuanto más raros sean los hechos reales y más creíbles sean las mentiras más divertida será la actividad.

Se les dará cinco minutos máximo para que lo piensen y después cada uno de ellos comenzará a contar estos tres acontecimientos y el resto deberá adivinar cuál es la mentira.

La exposición de cada participante durará entre dos o tres minutos. Debiendo ser una dinámica rápida y divertida.

Este juego es perfecto para grupos que aún no se conocen bien. Los detalles compartidos se pueden usar como temas de conversación más adelante para profundizar en el conocimiento de cada participante y promover las relaciones interpersonales.

### **Actividad 2. El factor común**

Se divide el grupo en dos subgrupos y se pide a cada uno/a que encuentre cosas que tengan en común con sus compañeros/as. Puede ser un programa de televisión favorito, un sabor de helado que a nadie le gusta, un pasatiempo común, etc. Se les indicará que no solo se centren en cosas demasiado superficiales u obvias. El objetivo es encontrar el mayor número de cosas en común. Para esto se les darán unos quince minutos y después se hará una breve exposición de aquellos elementos comunes que han encontrado.

Este juego ayuda a encontrar puntos en común que de otra manera no tendrían la oportunidad de descubrir y a partir de aquí aumentar la cohesión grupal.

Una vez que se han realizado las actividades se debe cerrar la sesión. En este caso se les puede preguntar cómo se han encontrado, si ha sido divertido y de esta manera emplazarlos a la siguiente sesión.

## Unidad 2. Culturas y religiones

### I. PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD

La convivencia entre personas de diferentes culturas, razas o religiones es muy frecuente en los centros penitenciarios. Sin embargo, existe un elevado desconocimiento de las características básicas de aquello que consideramos ajeno a nuestra cultura.

Es habitual en este medio establecer relaciones de amistad con personas de otras culturas, brindándonos la oportunidad de profundizar en el conocimiento de otras realidades, creencias y formas de vida, qué de no ser por esta circunstancia, no tendríamos la oportunidad de aproximarnos en un entorno cercano.

Las **Naciones Unidas** y la **UNESCO** destacan la importancia de dar a conocer la riqueza y la contribución de todas las religiones, creencias y convicciones, así como las posibilidades de cooperación multireligiosa.

La UNESCO define el concepto cultura como el conjunto distintivo de una sociedad o grupo social en el plano espiritual, material, intelectual y emocional comprendiendo el arte y literatura, los estilos de vida, los modos de vida común, los sistemas de valores, las tradiciones y creencias.

La Convención reconoce como elementos del Patrimonio Cultural Inmaterial:

1. Las tradiciones y expresiones orales, incluido el idioma como vehículo del patrimonio cultural material.
2. Las artes del espectáculo.
3. Los usos sociales, rituales y actos festivos.
4. Los conocimientos y usos relacionados con la naturaleza y el universo.
5. Las técnicas artesanales tradicionales.

Trabajar en común con todos estos elementos acercará al grupo de participantes en este taller a otras culturas, aumentando así el conocimiento de las mismas y acercando posturas y buscando similitudes.

Pero no solo la cultura es un aspecto importante a trabajar, sino que la religión se considera también un elemento fundamental, ya que en ocasiones se generan conflictos por dicho motivo, y tomar conciencia de la diversidad religiosa que se presenta en nuestro entorno más próximo nos va a permitir acceder a este conocimiento de una forma natural, desde el respeto y la tolerancia por lo diferente.



## 2. OBJETIVOS

- Mejorar el conocimiento sobre la diversidad de creencias en el medio penitenciario como fenómeno característico de la sociedad diversa de la que formamos parte fomentando el pensamiento crítico, el diálogo y el respeto a los derechos y libertades fundamentales.
- Conocer elementos culturales diferentes a los propios, aprender a compartirlos y ver en estas diferencias una oportunidad de aprender y disfrutar.

### Objetivos específicos:

- Impulsar la toma de conciencia sobre la diversidad cultural y religiosa.
- Adquirir conocimientos básicos acerca de la cultura y de las principales religiones existentes en el mundo, y especialmente, aquellas que profesan nuestros compañeros y compañeras del grupo.
- Aceptar, respetar y apreciar las diferencias.
- Fomentar el respeto por los valores, las creencias, las culturas y la historia personal y colectiva de las demás personas.
- Mejorar la comprensión del derecho a la libertad religiosa.
- Estimular la disposición para superar prejuicios.

- Identificar situaciones de discriminación por motivos culturales, religiosos o creencias.
- Valorar la diferencia cultural como un elemento positivo y enriquecedor.
- Identificar la compasión como elemento común y transversal en todas las religiones.
- Iniciarnos en la práctica de la compasión y reconocer que nuestro sufrimiento es compartido por muchas personas (humanidad compartida).



*Acciones que enriquecen esta unidad:*

- *Facilitar la colaboración de ministros de culto de las diferentes religiones que se profesan en el centro.*
- *Supervisar y hacer seguimiento de la organización del Ramadán en los centros.*

### **3. DESARROLLO DE LAS SESIONES**



#### **UNIDAD 2. CULTURAS Y RELIGIONES**

##### **2.1 ARTE**

###### **Música**

Actividad 2.1.1. Taller musical.

Actividad 2.1.2. Una canción con nuestro cuerpo.

Actividad 2.1.3 Improvisación musical.

###### **Cine y la literatura**

Actividad 2.1.4. Videoforum.

Actividad 2.1.5. Animación a la lectura.

###### **Deporte**

Actividad 2.1.6. Mapamundi de los Juegos.

##### **2.2 GASTRONOMÍA**

Actividad 2.2.1. Mural gastronómico.

Actividad 2.2.2 Taller de cocina.

Actividad 2.2.3. Taller de lectura gastronómica.

##### **2.3 RELIGIONES**

Actividad 2.3.1. Acercándonos a las religiones.

Actividad 2.3.2. La expansión de las religiones en el mundo. Principales religiones.

## **2.4 DIVERSIDAD DE CREENCIAS**

Actividad 2.4.1. Dinámica de grupo “Quién soy”.

Actividad 2.4.2. Dinámica de grupo “Me acuerdo...”.

Actividad 2.4.3. Visionado del documental “Cambia el marco” .

Actividad 2.4.4. Intolerancia religiosa: una realidad compartida.

Actividad 2.4.5. La compasión. Un puente entre religiones.

## **2.1. ARTE**

Las artes forman parte de la experiencia humana y, al mismo tiempo, permiten la autoexpresión, promueven el conocimiento del otro y de la realidad externa (Sousa, Lopes & Kowalski, 2020).

El arte es una herramienta poderosa en la construcción de relaciones educativas interculturales, donde las comunidades educativas amplían los significados de entenderse a sí mismas y a los demás, contribuyendo a sociedades más equitativas y justas (Jenny Sousa, 2021).

El cine, la literatura, la música o los juegos son elementos que definen la cultura de cada país. Con las siguientes actividades se pretende que los participantes en el taller conozcan elementos de otras culturas que desconocían y de esta manera se acerquen entre sí de una manera lúdica y encontrando puntos en común entre ellos.

### **Música**

La música nos ofrece diferentes campos que se pueden trabajar en multitud de actividades, no solo el canto y la música instrumental, sino los bailes, los instrumentos o los sonidos corporales pueden aportar conocimientos sobre otras culturas y son un lenguaje universal entendible por personas de todas nacionalidades.

Actualmente, se está considerando que la música tiene una cualidad más que debe potenciarse: la de posibilitar la adquisición de la interculturalidad, comprendida como un estado ideal de convivencia en sociedades pluriculturales cuyas relaciones interpersonales están basadas en el respeto gracias al conocimiento mutuo (Bernabé Villodre, M 2012).

Las actividades que se proponen pueden ir acompañadas de una pequeña aproximación a la musicoterapia, haciendo ver las emociones que nos provoca la música y como esta puede ayudarnos a conocerlas e identificarlas.

“La música es una gran bendición. Tiene el poder de elevarnos y liberarnos. Hace a la gente libre para soñar. Puede unirnos para cantar con una sola voz. Tal es el valor de la música”. Nelson Mandela.

### **Actividad 2.1.1. Taller musical**

Cada participante o pequeño grupo de participantes deberá elegir una canción que represente a su cultura o país. De ella hará una breve exposición de todo lo que conozca de la misma.

### **Actividad 2.1.2. Una canción con nuestro cuerpo**

Un pequeño grupo de unos cuatro o cinco participantes formará un círculo, ya sea sentados o de pie. El objetivo es crear una secuencia de sonidos realizados con el cuerpo (palmadas, chasquidos, pisada, grito...).

El primer participante hará el sonido, en el siguiente turno todos deberán repetir ese sonido y el siguiente participante realizará uno nuevo y así se seguirá la secuencia. Una vez que se tenga esa secuencia de cuatro o cinco sonidos, todos los miembros del grupo la repetirán las veces que se considere oportunas.

Al finalizar la actividad se hará hincapié en la universalidad de la música y en la capacidad de la misma para unir culturas.

### **Actividad 2.1.3. Improvisación musical**

En primer lugar, el grupo deberá hacerse con instrumentos musicales, que pueden ser tanto reales como creados por los participantes. Por lo que otra actividad previa podría ser un taller de elaboración de instrumentos musicales. Posteriormente dividiremos el grupo en pequeños subgrupos y cada uno de ellos deberá elaborar una pequeña canción.

Con el resultado, cada grupo podrá hacer lo que considere, la actividad puede terminar ahí o se puede realizar un mini concurso de canciones.

Esta actividad debe terminar con el mismo recordatorio que la actividad 2.1.2.

## **El Cine y la literatura**

### **Actividad 2.1.4. Videoforum**

Conocer y acercarnos a otras culturas, creencias o tradiciones nos permite reducir nuestros prejuicios y modificar creencias basadas en ideas preconcebidas y basadas en el desconocimiento.

Una forma lúdica y entretenida de acercarnos a lo diferente es a través del cine. Afortunadamente dentro de esta disciplina podemos encontrar películas, cortometrajes y documentales de temáticas muy diversas.

Por ello, una actividad muy interesante y enriquecedora es la organización de un video fórum con una selección de películas de la temática que nos ocupa, la diversidad cultural y religiosa. En este caso nos centraremos en películas que nos acerquen a aquellas culturas y religiones más desconocidas para el grupo de participantes.

Taller Entre-Culturas para centros penitenciarios

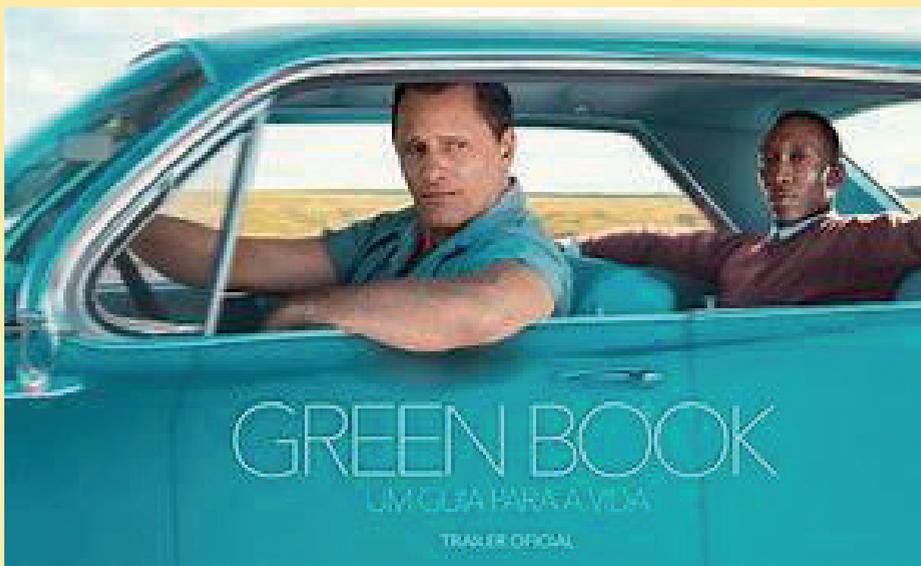
Frecuencia: Esta puede ser una actividad específica para esta unidad o englobarse en un taller de cine/ videoforum a nivel general.

Si se opta por esta modalidad, algún/a integrante del grupo puede participar como moderador/a en el debate.

Se realizan las siguientes propuestas:



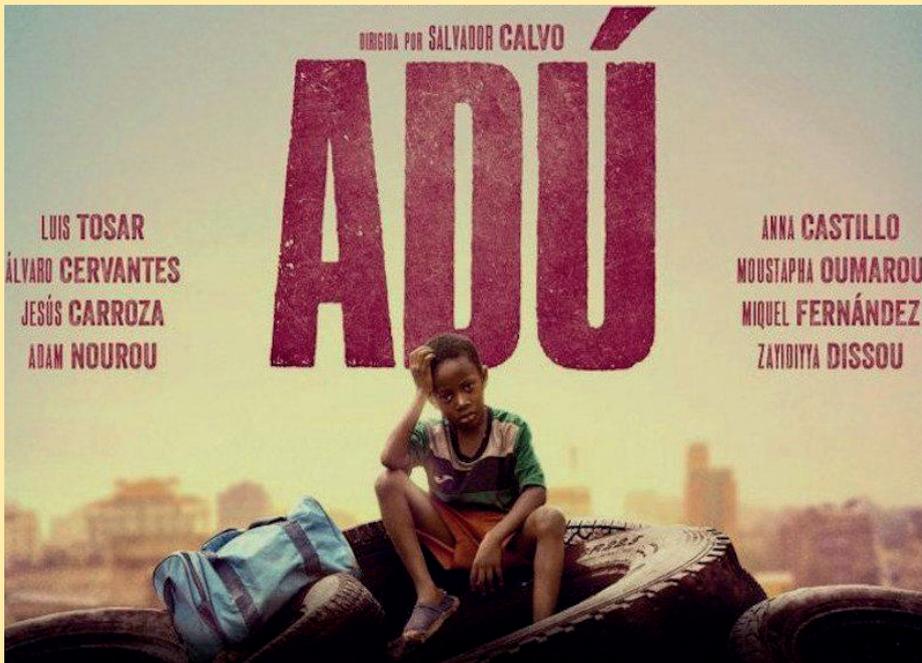
### *Green Book*



**Sinopsis:** Año 1962. Tony Lip (Viggo Mortensen) es un rudo italoamericano del Bronx que es contratado como chófer del virtuoso pianista negro Don Shirley (Mahershala Ali). Ambos emprenderán un viaje para una gira de conciertos por el Sur de Estados Unidos, donde Tony deberá tener presente «El libro verde», una guía que indicaba los pocos establecimientos donde se aceptaba a los afroamericanos. Son dos personas que tendrán que hacer frente al racismo y los prejuicios, pero a las que el destino unirá, obligándoles a dejar de lado las diferencias para sobrevivir y prosperar en el viaje de sus vidas.



## Adú



**Sinopsis:** En un intento desesperado por alcanzar Europa y agazapados ante una pista de aterrizaje en Camerún, un niño de seis años y su hermana mayor esperan para colarse en las bodegas de un avión. No demasiado lejos, un activista medioambiental contempla la terrible imagen de un elefante, muerto y sin colmillos. No solo tiene que luchar contra la caza furtiva, sino que también tendrá que reencontrarse con los problemas de su hija recién llegada de España. Miles de kilómetros al norte, en Melilla, un grupo de guardias civiles se prepara para enfrentarse a la furibunda muchedumbre de subsaharianos que ha iniciado el asalto a la valla. Tres historias unidas por un tema central, en las que ninguno de sus protagonistas sabe que sus destinos están condenados a cruzarse y que sus vidas ya no volverán a ser las mismas.

En los siguientes enlaces se incluyen más películas para desarrollar esta actividad:

- <https://aulainter-cultural.org/peliculas/>
- [http://cinemaespiritual.gencat.cat/ca/fons\\_filmografic/](http://cinemaespiritual.gencat.cat/ca/fons_filmografic/)

(Forma parte del portal web Cine espiritual i de les religions, impulsado por la Direcció General d'Afers Religiosos de la Generalitat de Catalunya, con la colaboración de Obra Social "la Caixa" y de la Filmoteca de Catalunya.)

Se trata de una base de datos de películas clasificadas por religiones específicas (hinduismo, budismo, judaísmo, cristianismo, islam, sijismo, fe bahai, etc.), por año (de los orígenes del cine hasta la actualidad), por director, por tema y por país. Esta herramienta permite conocer la producción cinematográfica mundial referente a todas las religiones desde una perspectiva cultural.



### **Nota para el Equipo Multidisciplinar:**

*Participar en esta actividad como moderadores/as puede facilitar en los y las participantes evitar tomar posturas extremas o radicales, ya que sería incompatible con la buena marcha de la actividad.*

*Es interesante que se facilite la información necesaria básica de cada película para que sea el propio grupo el que realice la selección de películas para el taller.*

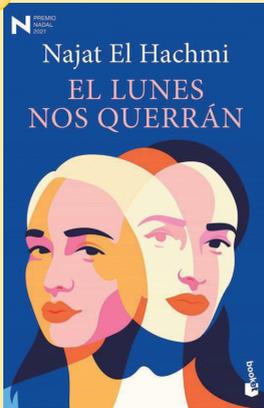
### **Actividad 2.1.5. Animación a la lectura**

En esta actividad se pretende que los y las participantes del grupo lean al mismo tiempo una obra concreta y periódicamente se reúnan en un día y hora predeterminado para comentar sus impresiones sobre cada capítulo.

Para ello, podemos dedicar quincenalmente parte de la sesión del taller, o bien hacerlo en un horario diferente en función de las posibilidades en cada centro penitenciario.

La selección de los libros se realizará por el Equipo Multidisciplinar teniendo en cuenta que sean lecturas fáciles y amenas para el grupo de participantes.

A continuación se presentan las siguientes propuestas:



### **EL LUNES NOS QUERRÁN**, Najat El Hachmi **PREMIO NADAL 2021**

*«Hay razones de peso que me llevan a escribir sobre nosotras: entonces no lo sabíamos, pero estábamos conquistando territorios nuevos impensables para nuestras madres, estábamos rasgando todos los velos, escarbando agujeros con endebles cucharitas en murallas impenetrables, y ni siquiera nos dábamos cuenta.»*

*El lunes nos querrán* cuenta la historia de una joven de diecisiete años que desea encontrar la libertad para descubrir qué es lo que la hará feliz. Pero las condiciones de las que parte son complicadas. Vive en un entorno opresivo del que no le será fácil salir sin tener que pagar un precio demasiado alto. Todo empieza el día en que conoce a una chica cuyos padres viven su condición cultural sin las ataduras del resto de su comunidad, y que encarna lo que ella ansía. Su nueva amiga afronta los primeros retos que como mujer le presenta la vida con una vitalidad, ilusión y empeño que la fascinarán y la impulsarán a seguir sus pasos.

Una historia emocionante y reveladora sobre la importancia de que las mujeres sean protagonistas de sus propias vidas aunque tengan que enfrentarse a condicionantes de género, clase social y origen. Este es el relato del arduo camino hacia la libertad.



### **LO QUE FALTA DE NOCHE**, Laurent Petitmangin.

El hombre que narra esta historia perdió a su mujer y ha criado a sus dos hijos lo mejor que ha podido. Son dos chavales buenos y educados que quieren a su padre tanto como él a ellos, aunque no lo expresen a menudo. Comparten la afición por el fútbol, los recuerdos sobre su madre y el orgullo humilde de clase trabajadora. Hasta que de repente el mayor habla cada vez menos, se aleja de su padre y empieza a codearse con jóvenes de extrema derecha.

Con la sensibilidad frágil y profundamente humana de quién no tiene herramientas para expresar cómo se siente, asistimos al relato de un amor imperfecto entre un hijo y un padre que no sabe cómo evitar que su chico se llene de odio. ¿Por qué alguien con la vida por estrenar puede contener tanta furia? ¿El amor de un padre puede perdonarlo todo?

Esta historia inolvidable se hace las preguntas adecuadas, las que más duelen y las que escapan a una respuesta fácil. Seleccionada como el mejor libro del año por los estudiantes franceses, resuena con fuerza en un mundo estupefacto ante el auge del odio y la incompreensión.

#### **La crítica ha dicho...**

«Una primera novela abrumadora, que te persigue mucho después de haberla acabado con un nudo en la garganta.»

Alexandra Schwartzbrod, *Libération*

«Una obra de una SENSIBILIDAD y finura poco habituales.»

*Le Monde*

## **El Deporte**

El deporte puede representar un verdadero motor de relación transversal, intercultural, que vehicule las relaciones sociales cotidianas (Fidel Molina, 2010).

El deporte cuenta con símbolos, mecanismos y un lenguaje de asociación autónomo y distintivo. Las diversas formas de práctica deportiva ocupan un papel importante en la producción y reproducción de las relaciones interpersonales, por ello resulta ser un elemento con potencial diferenciador y a la vez integrador (Bourdieu, 1993; Rodríguez, 2008).

En todas las culturas podemos encontrar diversas expresiones motrices, los deportes, las danzas y los juegos están siempre presentes en ellas de distintas formas, siendo también un rasgo identitario de las propias sociedades en las que se practican (Lleixà, 2004).



### Actividad 2.1.6. Mapamundi de los juegos

El objetivo es elaborar un mapamundi con los diferentes deportes tradicionales de cada una de las culturas de los y las participantes en el Taller.

Cada uno de ellos/as elaborará una pequeña exposición y representación del deporte más seguido entre los miembros de su cultura.

Esta misma actividad se podrá realizar con bailes, juegos de mesa, juegos infantiles, etc...



*Para esta actividad o cualquier otra en torno al deporte se recomienda contar con el/la profesional de ciencias de la actividad física y el deporte.*

*También se podrían organizar otro tipo de actividades deportivas en función de la disponibilidad de profesionales: competiciones, olimpiadas, juegos, ...*

## 2.2. GASTRONOMÍA

El alimento, su sentido y significado simbólico, su implicación biológica y de salud, su dinámica productiva, su renovado uso, su implicación sociocomunitaria y de gobernanza, el trasfondo intercultural histórico y geográfico, hace del él un acto cultural y emocional. Es el logro que la humanidad y sus culturas consideran un bien que requiere heredarse (Federico J. Mancera 2020).

Los alimentos de cada país, la forma de cocinarlos, los rituales que se llevan a cabo en la mesa y las fechas y momentos que se festejan alrededor de la misma son elementos que pueden servirnos para acercarnos a otras culturas.

### Actividad 2.2.1. Mural gastronómico

En la presente actividad se facilitará el material necesario para que cada pequeño grupo elabore un mural con los pasos principales para la elaboración de una receta de cocina típica de su país.

Posteriormente se hará una pequeña exposición al resto de participantes, y en caso de ser posible, se utilizará este material para la realización de la siguiente actividad: un taller de cocina.



### Actividad 2.2.2. Taller de cocina

Se formarán pequeños grupos en función de su cultura de origen. De esta manera trabajaremos también la capacidad de colaboración entre ellos/as. No obstante, si esto no fuera posible la actividad también se puede realizar de forma individual.

El objetivo es la elaboración de platos típicos en la cocina del centro.

Cada pequeño grupo elegirá una comida típica de su país y elaborará una pequeña degustación para el resto del grupo.

Durante la degustación darán una pequeña explicación de los ingredientes, del proceso de elaboración, y de todo aquello que esté relacionado con el plato y con las costumbres a la hora de estar sentados en la mesa.

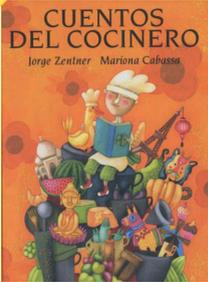


#### **El Equipo Multidisciplinar tendrá en cuenta:**

- La organización de esta actividad dependerá de la disponibilidad de la cocina del centro.
- Se intentará contar con la colaboración de personal de cocina que pueda facilitar la tarea.

### Actividad 2.2.3. Taller de lectura gastronómica

Esta actividad se plantea como complementaria y puede integrarse en el taller de lectura general que se plantea en el taller. Como ejemplos de libros que pueden utilizarse se proponen:



#### LOS CUENTOS DEL COCINERO

El cocinero sugiere hoy, para los niños, 16 cuentos populares y 16 recetas de cocina muy fáciles de preparar. Un nutritivo menú de personajes y platos provenientes de las más diversas épocas y tradiciones culturales. Maravilloso viaje a través de las historias, los sabores y las curiosidades de 16 países, escrito e ilustrado para el mayor placer de los pequeños lectores y cocineros de siglo XXI.



#### LA VUELTA AL MUNDO EN OCHENTA RECETAS

En este libro vamos a sentirnos como en la mítica novela de Julio Verne. “La vuelta al mundo en 80 días” pero desde nuestros fogones. Viajaremos por los mismos países que su protagonista recorrió, replicando algunos de sus platos más famosos. Inglaterra, Francia, Italia, Egipto, India, China, Japón, EE. UU. e Irlanda... cada país con sus tradiciones, sus ingredientes, su cocina y miles de tesoros que descubrir.

## 2.3. RELIGIONES

### Actividad 2.3.1. ¿Qué sabemos de las religiones?

En general, existe un gran desconocimiento acerca de las religiones que no practicamos. El fin de la actividad es poner de manifiesto este hecho para justificar la necesidad de adquirir un conocimiento elemental con relación a las principales religiones que se profesan en el mundo y tomar conciencia de la diversidad religiosa que existe a nuestro alrededor, y concretamente, en el centro penitenciario.

Se formarán pequeños grupos para esta actividad. Se le entregará a cada grupo el material impreso (**Ficha 2.3.1.1., 2.3.1.2 y 2.3.1.3**) para poder realizar la tarea.



Vamos a comprobar el grado de conocimiento que tenemos de las diferentes religiones que se profesan en el mundo.

Para realizar esta actividad dividiremos al grupo en pequeños grupos y le entregaremos el material impreso.

A través de las diferentes imágenes y símbolos cada grupo intentará describir lo que ve en cada una de ellas e identificarlas con alguna religión.

También se entregará un listado de conceptos y términos relacionados con las diferentes religiones para intentar definirlos si se conocen.

Es importante hacer ver al grupo que no se trata de evaluar cuánto sabemos de las religiones, lo normal es que muchos términos nos resulten desconocidos porque en general, tenemos un gran desconocimiento de las creencias y religiones que no practicamos.

Después de un tiempo de discusión en pequeño grupo (10-15 minutos), dedicaremos un tiempo a aclarar los conceptos e ideas erróneas que hayan surgido.

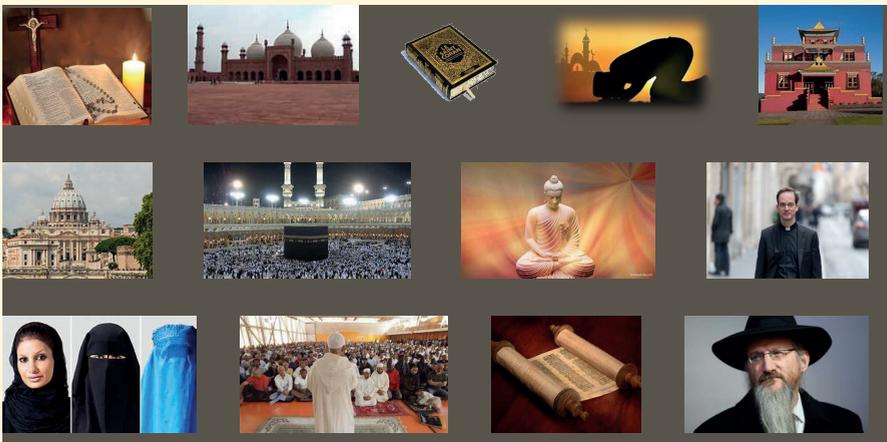
### FICHA 2.3.1.1 APROXIMÁNDONOS A LA RELIGIÓN

1. ¿Qué ves en las siguientes imágenes? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. ¿Con qué religiones te identificas? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



3. ¿Cuántas religiones conocéis? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. ¿Creéis que las religiones tiene elementos en común? ¿Cuáles? \_\_\_\_\_

---

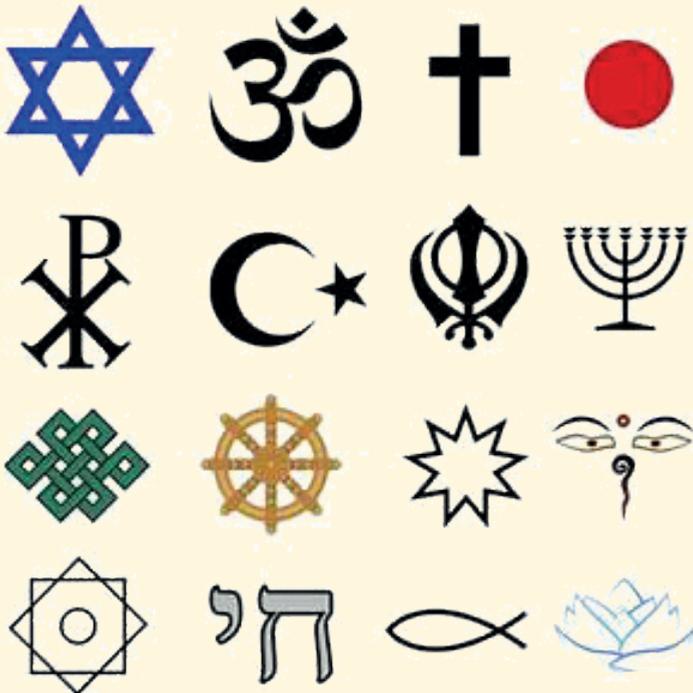
---

---

---

### FICHA 2.3.1.2. SÍMBOLOS RELIGIOSOS

¿Te resultan familiares estos símbolos?



¿Cuáles conoces? ¿ Los identificas con alguna religión? \_\_\_\_\_

---

---

---

---

### FICHA 2.3.1.3. GLOSARIO TÉRMINOS

I. Describe con tus palabras los siguientes términos:

	<b>DESCRIBE CON TUS PALABRAS LOS SIGUIENTES TÉRMINOS</b>
DUHKHA	
TORAH	
KIPÁ	
CORÁN	
MECA	
BIBLIA	
NIRVANA	
SACERDOTE	
TEÍSMO	
PANTEÍSMO	
ATEÍSMO	
AGNOSTICISMO	
IMÁN	
RABINO	

Si no sabes lo que significa algún término, no te preocupes...es normal.

En general, tenemos muy poco conocimiento de las religiones que no profesamos.

Ahora veremos que significa cada uno de ellos.



**Nota para el Equipo Multidisciplinar:**

*Se dedicará el tiempo necesario para aclarar conceptos básicos sin entrar en debates, ya que lo que se pretende con esta actividad es aproximarnos al significado de los conceptos sin entrar en valoraciones ni juicios. A lo largo del taller tendremos la oportunidad de promover debates y discusiones, si bien se considera necesario partir de un mínimo conocimiento para generar debates constructivos evitando caer en prejuicios basados en el desconocimiento.*

**DOCUMENTO FICHA 2.3.1.2. SÍMBOLOS RELIGIOSOS** (Extraído de <https://www.simboloteca.com/simbolos-religiosos/>)

**Símbolos del cristianismo**

El **cristianismo** es una religión monoteísta que se originó a partir de las enseñanzas de **Jesús de Nazaret**. El cristianismo como religión surgió a partir del judaísmo considerando que Jesucristo era el **Mesías** anunciado en el **Antiguo Testamento**.

Actualmente se considera que el cristianismo tiene aproximadamente **2400 millones de seguidores**.

Sus ramas principales son la Iglesia católica, la Iglesia ortodoxa, el protestantismo y las Iglesias ortodoxas orientales.

CRISTIANISMO	
	<p>La <b>cruz cristiana</b> se ha convertido en el <b>símbolo principal</b> del cristianismo. Sin embargo, el uso de este símbolo ya era común entre religiones y civilizaciones anteriores.</p> <p>Este símbolo está formado por dos líneas que se intersectan. En el caso de la cruz cristiana, la línea vertical es ligeramente más larga que la línea horizontal. Dentro de la tradición cristiana esta cruz es una referencia a la cruz donde <b>Jesucristo fue crucificado</b>.</p>
	<p>El <b>Crismón</b> es uno de los <b>crisogramas</b> más conocidos. Es decir, una combinación de letras para representar la palabra <b>Jesucristo</b>. En este caso, el Crismón es el símbolo que combina las letras griegas Chi (Χ) y Rho (Ρ), que son las dos primeras letras de la palabra Cristo en griego (<b>ΧΡΙΣΤΟΣ</b>).</p>
	<p>El <b>ichthys</b>, escrito a veces también ichtus, es uno de los símbolos más antiguos del cristianismo que inicialmente fue usado como <b>símbolo secreto</b> entre los cristianos.</p> <p>Este símbolo consiste en el <b>perfil de un pez</b> mediante dos arcos que se intersectan. La palabra pez en griego es ichthys, escrito con las cinco letras ΙΧΘΥΣ. Estas cinco letras pueden entenderse como el acrónimo de una frase griega que significa "Jesucristo, Hijo de Dios, Salvador".</p>

## Símbolos del islam

El **islam** es la segunda religión del mundo en número de seguidores. Actualmente se estima que el número de seguidores del islam, conocidos como musulmanes, está cerca de los **1300 millones**.

El islam es una **religión monoteísta** que reconoce a **Alá** como único dios. Esta religión se inició con las enseñanzas del **profeta Mahoma** a partir del año 622 d.C.

El islam es una religión emparentada con el cristianismo y el judaísmo, dos de las religiones monoteístas que la precedieron. Los musulmanes consideran **Abraham, Moisés y Jesús** profetas anteriores a **Mahoma**. El libro sagrado del judaísmo, la Torá, así como los Evangelios son también considerados libros sagrados en la tradición del islam. El libro sagrado del islam que contiene la palabra de dios es el **Corán**.

ISLAMISMO	
	<p>El <b>símbolo del creciente y estrella</b> consiste en una luna creciente y una estrella de cinco puntas.</p> <p>Este símbolo ganó importancia históricamente como símbolo del <b>Imperio Otomano</b> y solo a partir del siglo XIX pasó a representar directamente el mundo musulmán.</p>
	<p>El <b>Rub el Hizb</b> es un símbolo formado a partir de dos cuadrados superpuestos y un círculo en el centro. Este símbolo es bastante común en emblemas y banderas del mundo islámico.</p> <p>El significado de la palabra Rub en árabe es un cuarto, mientras que Hizb significa grupo. El símbolo se utilizaba en el <b>Corán</b> para marcar cada cuarto de un Hizb, que a su vez es el nombre de los capítulos en los que se divide el libro sagrado.</p>

## Símbolos del judaísmo

El **judaísmo** es la **religión monoteísta** más antigua de entre las tres religiones monoteístas más importantes en la actualidad, incluyendo también el **cristianismo** y el **islam**.

Con un número de seguidores de aproximadamente **15 millones**, el judaísmo es actualmente la **décima religión** del mundo. Las leyes en que se basa el judaísmo están contenidas en la **Torá**, el libro sagrado conocido también como Pentateuco y que también forma parte del **Antiguo Testamento** en la tradición cristiana.

Muchos de los símbolos religiosos del judaísmo están relacionados con los ritos de esta religión. A continuación, te presentamos sus símbolos más destacados.

JUDAÍSMO	
	<p>La <b>estrella de David</b> es una estrella de seis puntas formada por dos triángulos equiláteros. Actualmente es considerado el <b>emblema principal</b> de la religión judía y aparece también en la bandera de Israel.</p> <p>A pesar de la importancia de este símbolo entre los judíos, la Estrella de David no es el símbolo más antiguo asociado con el judaísmo. El vínculo de este símbolo con la tradición judía se formó durante la <b>Edad Media</b>, época en la que empezó a ser usado como elemento decorativo en sinagogas y en el arte judío.</p>
	<p>La <b>Menorá</b> es el símbolo de un <b>candelabro de siete brazos</b> asociado con el judaísmo desde prácticamente los orígenes de esta religión.</p> <p>Menorá es una palabra hebrea que significa lámpara. La tradición dice que sus siete brazos representan los siete días de la creación con la luz central representando el <b>Shabat</b>.</p> <p>Actualmente la Menorá sigue siendo un símbolo de gran importancia entre el pueblo judío y aparece en el <b>escudo de armas de Israel</b>. Es importante no confundir la Menorá con otro candelabro de gran importancia en el judaísmo, la <b>Januquiá</b>. La Januquiá es un candelabro de nueve brazos y se utiliza durante la celebración de la <b>Fiesta de las Luces</b> o <b>Janucá</b>.</p>
	<p>El <b>Chai</b> es un símbolo judío formado a partir de las letras hebreas Chet (ח) y Yod (י). Esta palabra en hebreo significa vivo o vivir. Según las reglas de la gematría, el valor numérico de esta combinación de letras es 18, un número que en la tradición judía se relaciona con la <b>buena suerte</b>.</p>

### Símbolos del hinduismo

**Hinduismo** es el término que designa la fusión de creencias, cultos y tradiciones de la **India**. Existen distintas variantes dentro de esta religión, pero todas ellas comparten una serie de elementos comunes.

El hinduismo es principalmente una **religión politeísta** considerada una de las más antiguas de la historia. Actualmente es la **tercera religión** en número de seguidores, por detrás del cristianismo y el islam. Se estima que existen cerca de **1500 millones de hindús** principalmente situados en el sur de Asia.

Algunos de estos símbolos son comunes entre las distintas ramas y en algunos casos son incluso compartidos con otras **religiones orientales**. Por ejemplo, con el budismo.

HINDUISMO	
	<p>El <b>símbolo Om</b> es probablemente el símbolo más importante del <b>hinduismo</b>. A veces se denomina también <b>Aum</b> ya que esta es la transcripción según el idioma sánscrito. Otros nombres para este símbolo son <b>onkara</b>, <b>omkara</b> y <b>pranava</b>.</p> <p>El <b>Om</b> representa el mantra más sagrado del hinduismo. Se considera un símbolo de la <b>realidad última</b> (Brahman) y de la <b>consciencia del ánima</b> (Atman), pero su interpretación concreta varía entre las distintas ramas del hinduismo.</p> <p>Este símbolo tiene una gran importancia en el <b>arte hindú</b> y aparece como motivo ornamental tanto en la arquitectura como en piezas de arte o manuscritos.</p>
	<p>El <b>Bindi</b> es un <b>punto rojo</b> que muchos seguidores del hinduismo, especialmente mujeres, llevan pintado en la <b>frente</b>, cerca de las cejas. Bindi es una palabra que proviene del sánscrito bindu y significa punto.</p> <p>Existen distintas interpretaciones para este símbolo, pero algunas de las más comunes lo consideran un <b>tercer ojo</b> o el punto donde se inicia la <b>creación</b>.</p> <p>El Bindi puede ser también un símbolo de <b>amor</b> y <b>prosperidad</b>. Aunque tradicionalmente es de color rojo, su color y tamaño puede variar entre distintas <b>ramas del hinduismo</b> o dependiendo de las festividades celebradas.</p>
	<p><b>Padma</b> es una palabra en sánscrito que significa <b>loto sagrado</b>. Este término hace referencia a la <b>flor de loto</b>, una flor de gran importancia entre las religiones orientales, incluyendo tanto el <b>hinduismo</b> como el <b>budismo</b>.</p> <p>Dentro de las tradiciones orientales la flor de loto se entiende como una metáfora de la vida y de cómo las religiones pueden ayudar a encontrar la <b>iluminación</b>. La flor de loto muestra una flor de gran belleza que crece a partir de sus raíces hundidas en aguas turbias. Del mismo modo, es posible elevarse desde el sufrimiento de la vida para seguir el camino dictado por el <b>hinduismo</b>.</p> <p>Dentro del hinduismo, la flor de loto está asociada con los dioses <b>Vishnu</b> y <b>Brahma</b>.</p>

### Símbolo de sijismo

El **sijismo** es una religión que apareció como resultado de las disputas entre el **hinduismo** y el **islam**. Actualmente tiene aproximadamente **25 millones de seguidores**, cosa que la convierte en la **novena religión** del mundo.

Esta religión se originó en la región india conocida como **Punjab** en torno al **siglo XVI**. Esto la convierte en una de las religiones más nuevas. A diferencia de la mayor parte de las tradiciones hinduistas, el sijismo es una **religión monoteísta**.

SIJISMO	
	<p>El símbolo más importante del sijismo es el <b>Khanda</b>, un símbolo formado por tres armas que representan distintos aspectos de dios. Estas tres armas son el <b>khandas</b>, el <b>kirpáns</b> y el <b>chakkar</b>.</p> <p>El <b>khandas</b> es una espada de doble filo que representa el <b>conocimiento de dios</b>. Las dos espadas laterales en el símbolo representan dos <b>kirpáns</b>. Estas dos espadas simbolizan la integridad entre la <b>soberanía espiritual y temporal</b>. Por último, el círculo situado en el centro del símbolo representa un <b>chakkar</b>. Esto es un arma arrojadiza en forma de círculo que representa la <b>unicidad de dios</b>.</p>

### Símbolo del bahaísmo

El **bahaísmo** es una religión monoteísta originada en **Irán** en el siglo XIX. El bahaísmo se basa en las enseñanzas de **Bahá'u'lláh** y actualmente se calcula que tiene cerca de **8 millones de seguidores**.

BAHAÍSMO	
	<p>Utilizando un sistema de equivalencia entre letras árabes y números puede calcularse que el valor de la palabra Bahá (el profeta del bahaísmo) es 9. En consecuencia, el número 9 es un número importante entre los seguidores del bahaísmo y su religión es representada mediante <b>una estrella de 9 puntas</b>.</p>

### Símbolos del budismo

El **budismo** es el conjunto de tradiciones, creencias y prácticas espirituales basadas en las **enseñanzas de Buda**. El budismo se originó en la **India** entre los siglos VI y IV antes de Cristo. Desde allí se extendió a otras partes de **Asia**. Actualmente es considerada la cuarta religión en número de seguidores con un número estimado de **500 millones de seguidores**.

<b>BUDISMO</b>	
	<p>La rueda del dharma, conocida también con el nombre de dharmachakra, es un símbolo que consiste en una rueda de ocho radios.</p> <p>Se han dado muchas interpretaciones al posible significado de este símbolo. Una interpretación bastante extendida dice que el círculo de la rueda representa la unicidad y perfección de las enseñanzas budistas. El centro de la rueda podría representar la disciplina necesaria para llevar a cabo una correcta meditación. Según esta interpretación, los radios de la rueda representan el vínculo entre la meditación y las enseñanzas budistas.</p> <p>Según la tradición budista, la Rueda del dharma se puso en movimiento el día en que Buda pronunció su primer sermón. Este mito hace que ocasionalmente se interprete la Rueda del dharma como un símbolo del propio Buda.</p>
	<p>Los ojos de Buda son un símbolo budista que se usa como motivo ornamental en las paredes de algunos templos budistas conocidos como estupas.</p> <p>Este símbolo está formado por los ojos, las cejas, una representación del tercer ojo como punto entre las cejas y finalmente el número 1 en sánscrito. El número 1 representa el camino hacia el nirvana y también la unidad de la existencia. El símbolo resultante puede interpretarse como una representación de la omnipresencia de Buda.</p>
	<p>El nudo infinito es un símbolo budista que representa la sabiduría de Buda, que también es infinita. También se ha interpretado que este nudo puede representar el camino espiritual hacia el nirvana, un camino infinito en consonancia con la sabiduría y las verdades que quedan por descubrir.</p>

### DOCUMENTO FICHA 2.3.1.3 GLOSARIO DE TÉRMINOS

<b>DEFINICIÓN TÉRMINOS DISTINTAS RELIGIONES</b>	
DUHKHA	Como llaman los budistas al sufrimiento.
TORAH	Libro sagrado del judaísmo, comparte capítulos del Antiguo Testamento.
KIPÁ	Pequeña gorra ritual empleada para cubrir la cabeza, usada tradicionalmente por los varones judíos.
CORÁN	Libro sagrado del Islam, comparte algunos pasajes con el Antiguo Testamento.
MECA	Santuario más sagrado del Islam. Está situado en Arabia saudí. Allí nació el profeta Mahoma y la religión islámica.
BIBLIA	Es un conjunto de libros canónicos que en el cristianismo y en otras religiones, se consideran producto de inspiración divina y un reflejo o registro de la relación entre Dios y la humanidad.

<b>NIRVANA</b>	Estado en el cual no se sufre según el budismo.
<b>TEÍSMO</b>	Doctrina que afirma la existencia de un Dios creador del universo y que interviene en su evolución con independencia de toda religión.
<b>PANTEÍSMO</b>	Teoría que sostiene la identidad de Dios con el todo o el universo.
<b>ATEÍSMO</b>	Doctrina que niega la existencia de Dios o de cualquier divinidad.
<b>AGNOSTICISMO</b>	Doctrina filosófica que considera inaccesible para el entendimiento humano la noción de absoluto y, especialmente, la naturaleza y existencia de Dios y, en general, de todo lo que no puede ser experimentado o demostrado por la ciencia. El agnosticismo no niega la existencia de Dios.
<b>IMÁN</b>	Líder espiritual del islam. Dirige la oración colectiva en una comunidad musulmana.
<b>RABINO</b>	Líder espiritual en el judaísmo. Jefe espiritual de la comunidad judía que tiene entre sus funciones interpretar las Sagradas Escrituras, instruir a los jóvenes, predicar sermones, celebrar bodas, etc.
<b>SACERDOTE</b>	Líder espiritual en el cristianismo. Celebra misa, anuncia el Evangelio y administra los distintos sacramentos.

### **Actividad 2.3.2. La expansión de las religiones en el mundo. (extraído de [www.univision.com](http://www.univision.com))**

La religión es parte de la vida de las personas desde el mismo surgimiento del Homo sapiens como ser inteligente y social. Los orígenes de las convicciones religiosas son complejos, y muy difíciles de explicar. Hoy no vamos a hablar sobre cómo y por qué las personas comenzaron a creer en deidades, sino que vamos a entender cuándo y dónde surgieron, y cómo se expandieron a través del mundo.

El hinduismo surgió hacia el año 3300 a. E. C. (antes de la Era Común) en el valle del río Indo, en lo que hoy son los territorios de Pakistán y la India. En la animación vemos cómo el hinduismo, en rojo, se expandió hacia el suroeste, y abarcó la India y parte de China, donde más adelante surgiría el budismo.

El judaísmo, en azul, surge en el actual Israel con el nacimiento de Abraham, cerca del año 2000 a. E. C. Hacia el año 500 a. E. C. nace Buda, en la ya desaparecida república Sakia. En sus orígenes, el budismo se expandió fundamentalmente a través de la India.

En el año 0 Jesús fue crucificado y Jerusalén saqueada. Los judíos se exiliaron y el cristianismo se expandió por todo Europa. Hacia el año 500 d. E. C. nace, en la Meca, Mahoma quien llegó para profesar la palabra exacta de Dios (Alá). El islam se expandió muy rápidamente en la Mesopotamia y también hacia el norte de África y parte de Europa.

El islam se expandió tanto, y tan rápido, que llegó incluso a conquistar territorios originalmente dominados por el cristianismo.

Las conquistas europeas en África y América llevaron el cristianismo. Mediante el exterminio y la llamada conquista espiritual, intentaron eliminar las creencias religiosas indí-

genas. Tanto es así que hoy en día, América del Sur es el continente con mayor cantidad de practicantes cristianos.

Interesante, ¿no lo crees?

Para explicar el contenido nos apoyaremos en el siguiente vídeo:

<https://youtu.be/AvFI6UBZLv4>

Esta animación solo muestra el surgimiento y expansión de las 5 mayores religiones del mundo, pero debemos tener en cuenta que hay muchas más.

El siguiente vídeo sobre islam, judaísmo y cristianismo, muestra los elementos comunes que tienen las tres religiones.

<https://youtu.be/88UU62QfHpY>

## 2.4. DIVERSIDAD DE CREENCIAS

### **Actividad 2.4.1. Dinámica de grupo “Quién soy” (Fuente: Fundación pluralismo y convivencia)**

Actualmente el número de personas que se declaran seguidoras de alguna religión en España es menor que el de hace unas décadas. Sin embargo, hoy nuestra sociedad es mucho más diversa también en su relación con las creencias religiosas. La diversidad religiosa constituye uno de los elementos característicos de las sociedades modernas y es un síntoma habitual de toda sociedad libre. La base sobre la que se sustenta es la libertad de pensamiento, conciencia y religión.

El grupo trabajará mediante aprendizajes experienciales (dinámicas participativas) enfatizando los valores de tolerancia, respeto, pluralidad, pertenencia, igualdad, convivencia, solidaridad y cooperación.

Empezaremos con el visionado de la pieza audiovisual «¿Quién soy?» 8 min (minuto 36 del documental), 2019, España. La pieza, dirigida por Jonás Trueba en el marco del documental «Cambia el marco. Nuevas miradas para una sociedad intercultural», muestra un grupo de jóvenes, de entre 14 y 21 años, no creyentes y creyentes de 10 tradiciones religiosas distintas, realizando un ejercicio de escritura creativa (un relato autobiográfico) con el objetivo de ayudar a reflexionar sobre la libertad religiosa y la diversidad de creencias.

Indicaremos al grupo que realice un pequeño relato autobiográfico en relación a sus creencias y cómo estas están presentes en su día a día. Para ayudar en la realización de este ejercicio entregaremos un pequeño guion (**Ficha 2.4.1.1 “Quién soy”**) con algunas preguntas que pueden facilitar la elaboración del relato.

Proporcionaremos el tiempo suficiente al grupo para que puedan elaborar la tarea y posteriormente daremos la opción a cada participante de leer en voz alta el relato y así compartirlo con los demás compañeros y compañeras.

### FICHA 2.4.1.1. ¿QUIÉN SOY?

No es fácil hablar de nosotros mismos, describir cuáles son aquellas características que más nos definen. Por eso, estas preguntas pueden ayudarte a realizar tu relato.

- ¿De dónde eres?
- ¿Cómo fue tu infancia y adolescencia?
- ¿Cuáles son tus aficiones?
- ¿Cómo te definirías?
- ¿Cuáles son tus creencias? ¿De qué forma guían tu vida?
- ¿Qué dificultades se te han presentado en la vida?
- ¿Te mudaste de ciudad o país? Explica el motivo.
- ¿Tienes hijos? ¿Qué valores principales te gustaría transmitirle?
- ¿Tiene alguna meta que quiera lograr en un futuro próximo?



### Actividad 2.4.2. Dinámica de grupo “Me acuerdo”

Iniciaremos la sesión con el visionado de la pieza audiovisual «¿Me acuerdo?» (3 min) <https://www.youtube.com/watch?v=I03Ekn6MWBw2019>, España.

Esta pieza muestra el material filmado por los y las participantes en el grupo de trabajo del documental «Cambia el marco. Nuevas miradas para una sociedad intercultural». Las voces en off provienen de un ejercicio de lectura y escritura creativa inspirado en la obra «Me acuerdo» del pintor Joe Brainard (1ª ed. 1970).

Cada participante intentará evocar recuerdos de su infancia y adolescencia a través de la realización del ejercicio de escritura creativa de la **Ficha 2.4.1.1 “Me acuerdo...”**, que como hemos visto en el vídeo proyectado, consiste en relatar recuerdos, imágenes, personas importantes para nosotros.

Posteriormente leeremos en voz alta lo escrito por los y las participantes. No haremos ningún comentario al respecto, simplemente ofreceremos el espacio para expresarse de forma respetuosa.

Se deja en el aula la bolsa de «Cambia el marco». Dentro se encuentran elementos simbólicos que ayudarán a recordar las conclusiones del taller:

- Una goma elástica para recordarnos que debemos ser flexibles.
- Una goma de borrar para ayudarnos a eliminar prejuicios.
- Un espejo en el que mirarnos a nosotros/as mismos/as (autoconocimiento).

- Un clip que nos recuerda que podemos ser un instrumento de unión.
- Una figura de oreja (puede ser un dibujo o una foto) que nos recuerda la importancia de saber escuchar (escucha activa).

### **FICHA 2.4.2.1. “ME ACUERDO...”**

**Intenta evocar recuerdos, imágenes, personas, lugares, situaciones, momentos de tu vida pasada que te vengan a la memoria e intenta expresarlos a través de una frase. No tienen que ser acontecimientos importantes de tu vida, simplemente dale forma a las imágenes que te aparezcan en tu cabeza.**



- Me acuerdo (una imagen): \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Me acuerdo (lugar): \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Me acuerdo (una persona): \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Me acuerdo (situación): \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Me acuerdo (un momento): \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Me acuerdo (un olor): \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Me acuerdo (un sabor): \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Me acuerdo (sensación): \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### Actividad 2.4.3. Visionado del documental “Cambia el marco” de Jonás Trueba



Adú



Como se comentó en la **Actividad 2.4.1** este trabajo es fruto de un taller en el que el cineasta Jonás Trueba ha interpelado a un grupo de 21 jóvenes, de entre 14 y 21 años, creyentes y no creyentes, pertenecientes a 10 tradiciones religiosas distintas.

El proyecto, que se inició entre abril y septiembre de 2019 con el desarrollo de las sesiones del taller, culmina con la presentación de esta película que recoge con detalle el conjunto de reflexiones sobre la libertad religiosa y la diversidad de creencias elaboradas por los jóvenes implicados en la iniciativa. El cineasta Jonás Trueba utiliza la práctica creativa audiovisual para mostrar la pluralidad religiosa desde la experiencia individual puesta en común, generando el testimonio documental de un proceso de diálogo y convivencia sin precedentes.

– TRAILER DEL DOCUMENTAL CAMBIA EL MARCO

<https://youtu.be/s6yLDT52adI>

- DOCUMENTAL CAMBIA EL MARCO. NUEVAS MIRADAS PARA UNA SOCIEDAD INTERCULTURAL

[https://youtu.be/l8B\\_m87j1vs](https://youtu.be/l8B_m87j1vs)

### **Actividad 2.4.4. Intolerancia religiosa: una realidad compartida**

Antes de comenzar la siguiente actividad explicaremos en que consiste la intolerancia religiosa. Esta puede observarse en diferentes niveles: entre los seguidores de la misma religión (intra-intolerancia religiosa); entre una religión o actitud religiosa y otra, manifestándose en diversas formas de conflictos entre las personas y grupos de personas (inter intolerancia religiosa); en forma de enfrentamiento atea o enfrentamiento teista, que son intolerantes a la libre elección y la práctica de otras religiones o creencias; o en la forma de anti secularismo.

La intolerancia religiosa se confunde a menudo con la xenofobia y otras formas de discriminación; a veces también se usa para justificar la discriminación.

A lo largo de la sesión introduciremos los conceptos de **islamofobia, cristianofo-bia y antisemitismo**, explicando el significado de cada uno de ellos. Interpelaremos al grupo para que nos cuenten experiencias en primera persona en las que hayan sufrido discriminación por motivo de religión.

#### **ISLAMOFOBIA**

El aumento de la islamofobia, el miedo y el odio al islam preocupa particularmente en varios países europeos, lo que da lugar a la discriminación contra los musulmanes o las personas relacionadas con estas creencias. El islam es la religión más difundida en Europa después del cristianismo y la mayoritaria en varios Estados miembros del Consejo de Europa. La hostilidad hacia el islam como religión y hacia el pueblo musulmán, en particular después de la “guerra contra el terror”, ha revelado profundos prejuicios contra los musulmanes en muchas sociedades europeas. Con la percepción de esta religión como asociada únicamente con el terrorismo y el extremismo, la islamofobia ha contribuido a las opiniones negativas del islam y de los musulmanes, a generalizar erróneamente el extremismo religioso y el ultra-conservadurismo militante en todos los países musulmanes y en la población musulmana.

Esta intolerancia y estereotipos del islam, se ha manifestado en una serie de formas, que van desde abusos verbales o escritos hacia el pueblo musulmán, discriminación en las escuelas y lugares de trabajo, acoso psicológico o presión, a simples ataques violentos a mezquitas y personas, especialmente a las mujeres que llevan velo. En este contexto, los medios de comunicación de masas han desempeñado un papel importante, ofreciendo a veces representaciones del pueblo musulmán que distorsionan, cuando no estereotipan y difaman abiertamente la realidad.

### **CRISTIANOFOBIA**

La cristianofobia se refiere a toda forma de discriminación e intolerancia contra algunos o todos los cristianos, la religión cristiana, o la práctica del cristianismo. Al igual que en otras formas de discriminación basadas en la religión, los autores pueden ser personas de otras religiones, que a menudo son las religiones mayoritarias, así como instituciones laicas.

La hostilidad contra los cristianos se manifiesta en los ataques contra los lugares de culto, el abuso verbal y, en particular en los países donde los cristianos son minoría, restringiendo la construcción y a veces la conservación de iglesias o monasterios. Especialmente preocupante es el aumento de los ataques contra los cristianos en el Oriente Medio. Una recomendación de la Asamblea Parlamentaria sobre esta cuestión exige, entre otras cosas, la necesidad de “concienciar a los jóvenes sobre la necesidad de luchar contra todas las formas de fundamentalismo religioso y la manipulación de las creencias religiosas por razones políticas, que son a menudo la causa del terrorismo. La educación y el diálogo son dos herramientas importantes que podrían contribuir a la prevención de estos males”.

### **EL ANTISEMITISMO**

El antisemitismo –hostilidad hacia los judíos como grupo religioso o grupo minoritario a menudo acompañado de discriminación social, económica y política–, es un ejemplo de la combinación de racismo y discriminación religiosa. A pesar de que el blanco directo del antisemitismo son las personas judías, la motivación para la discriminación y la violencia no se basa necesariamente en el judaísmo como religión, sino en los judíos como pueblo.

Informes de organizaciones de derechos humanos muestran regularmente un incremento alarmante del número de ataques antisemitas acompañados, en algunos países, por el crecimiento del discurso abiertamente antisemita en el terreno político. Los educadores constatan que el término “judío” se ha convertido en un insulto popular entre los jóvenes.

### **OTRAS FORMAS DE INTOLERANCIA RELIGIOSA**

La intolerancia y la discriminación no se limitan al antisemitismo, la cristianofobia y la islamofobia.

Entre las muchas formas de discriminación está la falta de reconocimiento de algunas religiones y la diferencia de trato entre ellas. Las religiones y sistemas de creencias, por tanto, son prohibidas, perseguidas o estrechamente controladas por su presunta naturaleza “sectaria” o su irrelevancia por considerarse “insignificantes”. Es importante recordar que la libertad de religión y de creencias incluye el derecho a cambiar de religión y a no seguir, o no declarar, una religión.

A pesar de las crecientes y generalizadas manifestaciones de intolerancia religiosa, es importante tener en cuenta que la religión y los derechos humanos son perfectamente compatibles y que solo a través de un marco de derechos humanos se puede garantizar la libertad de religión y de creencias para todos.

La historia de Europa está, en realidad, llena de ejemplos de violencia y de barbarie en nombre de la religión. Estos actos han sido y están siendo cometidos por hombres y mujeres, no mandados por preceptos religiosos, sino por personas.

Afortunadamente, la historia y la realidad de nuestro mundo, es también un testimonio vivo del optimismo de la diversidad religiosa: ninguna sociedad es mono-religiosa y no hay un solo sistema de pensamiento que haya prevalecido, incluso en las formas más extremas del totalitarismo. Por otro lado, los ejemplos de las personas que aceptan a los demás, a pesar de las diferencias religiosas, y a menudo unidos en la diversidad, son muchos más que los de intolerancia.

El Libro Blanco del Consejo de Europa sobre el Diálogo *Intercultural "Vivir juntos como iguales en dignidad"* (2008), reconoce que hay una serie de concepciones religiosas y seculares de la vida que han enriquecido el patrimonio cultural de Europa y toma nota de la importancia de la religión, de las religiones y de otros marcos de diálogo para el fomento de la comprensión entre las diferentes culturas.

Como vemos, **la intolerancia religiosa** no sólo la sufre una religión, lamentablemente **es una realidad que es compartida por muchas personas** independientemente de la religión que profesen. Reflexionar sobre este hecho facilitará el acercamiento entre personas de diferentes culturas y religiones, permitiendo reconocer en el/la otro/a el sufrimiento propio. Tomar conciencia de que no estamos solos con nuestro sufrimiento y que millones de personas de todo el mundo tiene un sufrimiento semejante al nuestro, facilitará la empatía y compasión por las demás personas, **identificándonos con lo que nos une (el sufrimiento)** y no con lo que nos distancia (la religión).

En la presente actividad iniciaremos la sesión haciendo una serie de preguntas al grupo que fomenten el debate y el intercambio de experiencias y opiniones.

Por ejemplo:

- ¿Hay prácticas religiosas en tu comunidad que consideres perjudiciales?
- ¿Alguna vez has experimentado algún comentario sesgado debido a tu religión o a tus creencias? ¿Cómo reaccionaste?
- ¿Qué ocurre si decides adoptar una religión diferente a tu familia y tu comunidad?

Para apoyarnos y promover el debate podremos utilizar los siguientes documentos:

### **DOCUMENTO 2.4.4.1 Seis prejuicios recurrentes sobre los musulmanes**

**Todos lo mismo:** todos los musulmanes son vistos iguales, independientemente de su nacionalidad, clase social y perspectivas políticas, y de si son observadores en sus creencias y prácticas.

**Todos están motivados por la religión:** se piensa que la cosa más importante sobre los musulmanes, y en todas las circunstancias, es su fe religiosa. Por lo tanto, si los musulmanes participan en la violencia, por ejemplo, se supone que esto es así porque su religión defiende la violencia.

**Totalmente “otros”:** los musulmanes son vistos como “otros”, es decir como personas con pocos intereses o ninguno, necesidades o valores en común con las personas que no tienen antecedentes musulmanes.

**Cultural y moralmente inferiores:** los musulmanes son vistos desde el punto de vista cultural y moral inferiores y susceptibles de ser irracionales y violentos, intolerantes en el trato que dan a la mujer, que desprecian visiones del mundo diferentes de las suyas, hostiles y resentidos hacia “Occidente” sin ninguna buena razón.

**Amenaza:** los musulmanes son vistos como una amenaza para la seguridad, en la tácita o abierta comprensión con el terrorismo internacional y ligados a la “islamización” de los países donde viven.

**La cooperación es imposible:** como consecuencia de las anteriores cinco percepciones, se afirma que no hay posibilidad de colaboración activa entre los musulmanes y las personas con diferentes antecedentes culturales o religiosos.

### **DOCUMENTO 2.4.4.2. Religión y creencias en el Tribunal Europeo de Derechos Humanos**

#### **Folgerø y otros c. Noruega (2007)**

Un grupo de padres apelaron con éxito ante el tribunal de Estrasburgo para evitar las clases de religión obligatoria de una denominación particular del cristianismo. El tribunal consideró que el Estado estaba violando el artículo 2 del Protocolo nº1, Que dice: “a nadie se le podrá negar el derecho a la educación. En el ejercicio de las funciones que asuma en el terreno de la educación y de la enseñanza, el Estado debe respetar el derecho de los padres a asegurar que esta educación y enseñanza sea conforme a sus convicciones religiosas y filosóficas”.

#### **Lautsi contra Italia (2011)**

Los hijos de la Sra. Lautsi asistieron a una escuela del estado en la que todas las aulas tenían un crucifijo en la pared, lo que ella consideraba contraria al principio de laicidad por el que ella quería criar a sus hijos. Denunció ante el tribunal que esto violaba el artículo 9 (libertad de pensamiento, de conciencia y de religión) y el artículo 2 del Protocolo nº1 (derecho a la educación). El tribunal no consideró que se violaban estos derechos, en

particular estimó, que la cuestión de los símbolos religiosos en las aulas, en principio, es un asunto que cae en el margen de apreciación del estado, siempre que las decisiones en esta esfera no desemboquen en una forma de adoctrinamiento y no haya nada que sugiera que las autoridades eran intolerantes con los alumnos que creían en otras religiones, eran no creyentes o tenían otras convicciones filosóficas o religiosas.

### **Actividad 2.4.5. La compasión: un puente entre religiones**

Goetz y cols. (2010) definen el concepto de compasión como «el sentimiento que surge al presenciar el sufrimiento de otro y que conlleva un deseo de ayudar». Otra definición muy similar para describir qué es la compasión es la de Paul Gilbert (2015): «La profunda conciencia del sufrimiento de uno mismo y del de otros seres, junto con el deseo de ayudar a evitarlo».

Es un concepto tan nuclear y transversal que se encuentra en todas las culturas y religiones, aunque con matices importantes. Se han utilizado múltiples palabras para referirse a ella, como bondad, misericordia, clemencia, caridad, benevolencia, piedad o conmiseración. La compasión ha sido interpretada por las diferentes tradiciones religiosas y culturas de todo el mundo.

Desde la perspectiva **cristiana** Jesús personifica la auténtica esencia de la compasión y pide a los cristianos actuar compasivamente hacia los demás, sobre todo a aquellos que se encuentran con necesidad o malestar.

El **judaísmo** considera la compasión un rasgo fundamental en esta religión. El Jèsed, que podría traducirse como compasión se corona como pilar de la ética judía. “Al igual que Dios es compasivo, así tú debes ser compasivo” (Sifri, Ekev 49).

La famosa frase del profeta Mahoma “Ten compasión contigo mismo y con los demás” constituyen el centro de la **espiritualidad islámica**.

Para los **hindúes**, todas las criaturas son merecedoras de respeto, compasión y preocupación ética, sin importar si son humanas o no humanas.

Desde la **perspectiva budista**, una de las definiciones de compasión más utilizada es la del Dalái Lama (2001): “la compasión consiste en el deseo de que todos los seres sintientes estén libres de sufrimiento”.

La compasión requiere que usemos la empatía para ponernos en el lugar de otros y actuar con ellos como querríamos que ellos actuaran con nosotros. (extraído de <https://www.javiergarciacampayo.com/post/la-compasion-en-las-tres-grandes-religiones-monoteistas>).

Como podemos comprobar, todas las religiones incluyen la compasión como un elemento común e importante dentro de su práctica, además de otras creencias y rituales.

Proponemos una serie de ejercicios de compasión **FICHA 2.4.5.I.** que se pueden realizar en grupo y a nivel individual como tareas inter-sesiones.

Posteriormente a la realización del ejercicio es conveniente dedicar unos minutos para compartir las sensaciones y emociones surgidas durante la práctica.

Finalizaremos la sesión leyendo el cuento de la **FICHA 2.4.5.2.**

Si consideramos conveniente profundizar en esta práctica, podemos encontrar recursos en los siguientes enlaces:

- [https://www.ivoox.com/gesto-compasivo-audios-mp3\\_rf\\_10126887\\_1.html](https://www.ivoox.com/gesto-compasivo-audios-mp3_rf_10126887_1.html)
- [https://www.ivoox.com/practica-del-afrentamiento-compasivo-audios-mp3\\_rf\\_10127525\\_1.html](https://www.ivoox.com/practica-del-afrentamiento-compasivo-audios-mp3_rf_10127525_1.html)

### **FICHA 2.4.5.1. EJERCICIOS DE AUTOCOMPASIÓN” (extraídos de <https://www.javiergarciacampayo.com/> )**

#### **LA REGLA DE ORO DE LAS RELIGIONES**

Adopta la postura de meditación. Identifica dos situaciones de máxima compasión hacia otras personas y otras dos de gran afecto hacia ti mismo. Revive ambas situaciones y conecta con la emoción positiva, casi sublime, que se produce al sentir compasión hacia otro y hacia ti mismo.

Reflexiona sobre la dificultad:

¿Cuál de los dos tipos de compasión te resulta más complicada de generar?

Reflexiona sobre la satisfacción:

¿Cuál de las dos compasiones te produce mayor sensación de satisfacción y bienestar? Ambas son imprescindibles para nuestro bienestar psicológico.

#### **BODY SCAN COMPASIVO**

Es una modificación del body scan estándar en mindfulness, con un toque compasivo.

Adoptamos la posición sentada habitual de meditación o, como es frecuente en el body scan, la posición tumbada boca arriba. Realizamos unas pocas respiraciones con atención, tomamos conciencia de nuestro cuerpo de forma global y, si hay alguna zona de tensión, la relajamos. Llevamos nuestra atención progresivamente a la cabeza, a la frente —lugar frecuente de contracturas en forma de arrugas transversales—, a los ojos —intentando que los párpados no presionen en exceso—, la boca —manteniendo la lengua apoyada en el paladar y procurando que los labios no ejerzan excesiva presión entre sí—, las orejas y sentimos finalmente el interior de la cabeza —el cerebro—. Percibimos toda la cara y la cabeza en su conjunto. Si notamos dolor o malestar, prestamos atención compasiva a esa parte del cuerpo,

deseando que se recupere pronto y agradeciéndole su función. Nos movemos hacia el cuello y la garganta permitiendo que se relajen y llevando la atención hacia cualquier tensión o malestar. Seguimos bajando hacia los hombros. Llevamos la atención a ambos brazos simultáneamente, desde los hombros hasta los dedos pasando por brazo, codo, antebrazo y manos. Pasamos ahora al tronco, empezando por el pecho, llenando todo el cuerpo con una sensación de bondad y afecto. Si notamos cualquier molestia, la invitamos a que se suavice y diluya. Llevamos la atención compasiva hacia cualquier dolor o emoción negativa. No nos resistimos, dejamos que sea así. Si estamos teniendo problemas en este período de la vida, dejamos que nuestra mano se apoye en el corazón sintiendo que ese contacto nos reconforta y suaviza esa emoción negativa. Continuamos con el abdomen y el ombligo. Posteriormente, los costados y luego la espalda y la columna, sintiendo las vísceras del tronco —corazón, pulmones, estómago e intestinos, vejiga...—. Llevamos la atención compasiva a cualquier zona de malestar. También podemos volver a la respiración o repetirnos frases como: «Ojalá que pueda tener salud», «Que pueda sentirme seguro», «Que pueda tener paz» o las frases con las que más nos identifiquemos. Podemos simplificarlas diciendo solo una palabra: «paz», «salud», «bienestar». Posteriormente, llevamos la atención a ambas piernas simultáneamente, desde la parte superior hasta la punta de los pies. Si hay alguna zona tensa, llevamos allí la atención compasiva. Hay veces en que resulta muy difícil focalizar la atención en alguna zona del cuerpo porque está asociada a un recuerdo desagradable. Si es así, podemos saltarnos esa zona. Agradecemos todo lo que hace nuestro cuerpo por nosotros. Finalizamos con la parte más específicamente compasiva del body scan. Tomamos conciencia de las zonas de nuestro cuerpo que no nos gustan, con las que tenemos conflictos. Notaremos que sentimos menos o peor esas zonas que el resto del cuerpo. Los conflictos suelen ser por: 1) razones estéticas —no nos gusta el aspecto, es demasiado... grande, pequeño, exceso de peso—, que se dan más en la juventud; o 2) por razones funcionales —duele, está enferma, no funciona como a nosotros nos gustaría—, que son más frecuentes conforme nos vamos haciendo mayores. Ponemos nuestras manos sobre las zonas en conflicto y sentimos que transmitimos todo nuestro afecto mediante la respiración o, incluso, asociando algún tipo de visualización. Sentimos que podemos querer este cuerpo tal como es ahora, pese a que no sea perfecto, porque nos permite estar en el mundo, besar, abrazar y relacionarnos. No tenemos un cuerpo, sino que somos este cuerpo. Como se dice en las tradiciones orientales: «Cada ser humano es responsable del cuidado de una parte del universo y esa parte es su cuerpo». Progresivamente vamos moviendo las diferentes partes del cuerpo y tomamos conciencia de que volvemos a la sala de meditación. Intentamos llevar esta actitud auto-compasiva hacia nuestro cuerpo el resto del día.

### FICHA 2.4.5.2. LA COMPASIÓN EN LOS LAKOTA Y SUS SIETE PUNTOS CARDINALES

La cultura indígena norteamericana representa un referente de civilización, convivencia y de conexión con la esencia de las cosas, que solo en las últimas décadas se está redescubriendo. La nación lakota, perteneciente a la gran familia sioux, destaca como uno de los más altos exponentes de madurez relacional.

#### LA COMPASIÓN EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES DE LOS LAKOTA

Dos de las cosas que realmente importan según ellos son:

- 1) ser uno con todas nuestras relaciones y
- 2) la grandeza de pedir ayuda.

- **MITAKUYE OYAS'IN (soy todas mis relaciones)**: los lakota, como cualquier nación indígena, poseían su propia noción del Camino Rojo o de «la búsqueda personal de sentido». El Camino Lakota se resume en la máxima «Mitakuye Oyas'in» que significa «soy todas mis relaciones» o «todo está conectado». Para los lakotas todo sentido de la vida está fundado en una comunicación eficaz con aquellos que nos rodean. Entienden la vida como un todo, como la comunión e intercambio continuo entre lo que uno es y lo que los demás son. De forma que, según su ley de la generosidad, la energía que una persona invierte en comunicarse con otra le será devuelta multiplicada por cuatro. Esta parece ser la base de la oración lakota: «**La alegría de uno es la alegría de todos; el dolor de uno es el dolor de todos**», visión todavía vigente en los códigos éticos de la pedagogía de las escuelas nativas norteamericanas.
- **UNSIMALA (tengo una necesidad y necesito tu ayuda)**: unsimala no tiene equivalente en la cultura del hombre blanco. Al contrario que en la cultura occidental, donde la expresión de necesidad está vista como una debilidad, para los lakotas expresar unsimala implica auténtico valor y respeto por uno mismo y por los demás. Cuando alguien dice unsimala está dando parte de su energía a otra persona y no significa que esto le haga más débil, sino que, al expresar su necesidad, ofrece parte de su fortaleza (en su cultura, asociada al honor y a la dignidad) a otra persona para que esta la tome multiplicada por cuatro, si honestamente se ofrece a atenderla. Atender una necesidad que otro expresa, es decir, la compasión, es visto como el mayor de los valores lakotas.

**LOS 7 PUNTOS CARDINALES** Cualquier lakota que fuera preguntado por los primeros colonizadores europeos acerca de su cosmología y de las nociones básicas de geografía, se hubiera reído a carcajadas de la noción unidimensional de la

geografía europea. Para los europeos, existen tan solo cuatro puntos cardinales: Norte, Sur, Este y Oeste, que además se pueden fijar en un plano bidimensional como un mapa o una brújula. Sin embargo, la visión lakota es tridimensional y no admite planos para los siete puntos cardinales que conoce: el Oeste, el Norte, el Este, el Sur, la Tierra, el Cielo y Uno mismo. Para evitar perderse, un lakota no solo se ha de ser consciente de los cuatro puntos cardinales clásicos, sino que también ha que honrar la tierra que pisa y el cielo que le cubre. Pero lo más increíble, es el respeto por la dignidad humana que supone entender que alguien puede recorrer un camino con dirección hacia sí mismo. Si alguien pierde su séptima dirección empieza a ver todo de forma binaria (por ejemplo: bueno/malo) y tiende a comportarse de acuerdo a uno de los dos opuestos. Esto le genera tensión y dedica gran parte de su vida a intentar demostrar que el otro está equivocado. Si no logra convencer al otro, tratará de oprimirle. Esto revela que esta persona necesita controlar a otros que son diferentes a él mismo, tanto como controlar su miedo a la diferencia. Por el contrario, cuando una persona encuentra su séptima dirección, y se reconcilia con el cielo y la tierra, los lakotas dicen que esta persona «camina en la belleza».



## **Unidad 3. Igualdad y no discriminación**

### **1. PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD**

La ONU refiere que principios de igualdad y no discriminación constituyen la esencia de los derechos humanos y ayudan a reducir las desventajas por numerosas razones y en muchos ámbitos. Los derechos humanos no se restringen a grupos especiales.

Este mandato es de obligado cumplimiento tanto para instituciones como para personas, por ello es necesario dentro de un taller como este incluir una unidad en la que los participantes sean conscientes de todas las situaciones de desigualdad que observan día a día y como en ocasiones son ellos los que ejercen este trato desigual hacia otras personas y como otras veces son objeto del mismo.

Estas desigualdades pueden darse tanto por sexo, como por edad, nacionalidad, orientación sexual, discapacidad, raza, etc...

### **2. OBJETIVOS**

- Conocer los tipos de discriminación que pueden ejercerse.
- Tomar conciencia de en qué momento se ejerce o se es objeto de la discriminación.
- Asumir la igualdad como un derecho y una obligación.
- Conocer los roles empleados por la mujer a lo largo del tiempo.
- Conocer la diversidad existente, tanto racial, sexual etc... y aprender a respetarla.
- Conocer las diferentes fechas importantes para celebrar el respeto a la diversidad y la no discriminación.

### 3. DESARROLLO DE LAS SESIONES



#### UNIDAD 3. IGUALDAD Y NO DISCRIMINACIÓN

Actividad 3.1. ¿Qué tipos de discriminación existen?

Actividad 3.2. Frases para reflexionar.

Actividad 3.3. El árbol violeta.

Actividad 3.4. Respeto a la diversidad.

Actividad 3.5. Celebración de días señalados que puedan ser significativos. (actividad en pequeño grupo abriendo la participación al centro en su totalidad).

- Día internacional de la no violencia. 02 de octubre.
- Día Mundial de la diversidad cultural para el diálogo y el desarrollo, 21 mayo.
- Día mundial de la CC para la paz y el desarrollo. 10 noviembre.
- Día de la lengua árabe. 18 diciembre.
- Día de la mujer. 8 de marzo.

#### Actividad 3.1. ¿Qué tipos de discriminación existen?

Esta actividad se desarrollará a lo largo de una o varias sesiones en función de las características del grupo y de las posibles reflexiones que surjan a lo largo de la misma. Debe ser una oportunidad no solo para dar a conocer los tipos de discriminación sino para que los participantes sean conscientes de en qué momentos han podido ejercer esa discriminación o haber sido objeto de la misma.

La actividad se desarrollará por medio de fichas, en cada una de las cuales habrá una definición, por un lado, el otro lado estará vacío. Se pondrán boca abajo en una mesa y cada participante o pequeño grupo elegirá una. Después le irán dando la vuelta y antes de que se lea la definición se preguntará al resto de participantes para hacer la actividad más amena y fomentar la participación.

**Xenofobia:**

Se refiere a las actitudes y/o comportamientos relativos a la exclusión social de las personas con una nacionalidad distinta a la propia.

**Racismo:**

Son las actitudes y/o comportamientos relativos a la exclusión social de las personas de otras razas diferentes a la propia.

**Machismo y discriminación por razón sexo:**

Machismo: actitud o manera de pensar de quien sostiene que el hombre es por naturaleza superior a la mujer.

Se considera discriminación directa por razón de sexo la situación en que se encuentra una persona que sea, haya sido o pudiera ser tratada, en atención a su sexo, de manera menos favorable que otra en situación comparable.

### **Discriminación por razón orientación o identidad sexual:**

Actitudes y conductas que sitúan a una persona en una situación más desfavorable por su:

- orientación sexual (por quién siente atracción).
- identidad de género (cómo se define como persona, al margen de su sexo biológico).
- expresión de género (cómo expresa su género al vestirse, peinarse o maquillarse).

### **Aporofobia y discriminación por el status o la condición socioeconómica:**

Fobia a las personas pobres o desfavorecidas.

Es un fenómeno de crecientes dimensiones y se proyecta en todos los ámbitos, cronificando las situaciones de pobreza.

### **Edadismo:**

“los estereotipos, los prejuicios y la discriminación contra las personas debido a su edad”.

El edadismo se manifiesta, por ejemplo, a través del paternalismo, la infantilización de las personas mayores en distintos ámbitos, la marginación y la invisibilización de las aportaciones de las personas mayores a la sociedad.

### **Discriminación por ideología, creencias y religión:**

El artículo 18 de la Declaración Universal de Derechos Humanos asegura que todos tenemos derecho a nuestras propias creencias, a tener una religión, a no tener ninguna o a cambiarla.

En muchos lugares del mundo los conflictos entre minorías religiosas siguen latentes y generan situaciones de discriminación y desigualdad.

### **Discriminación por enfermedad:**

Cualquier situación que conduce a una distinción arbitraria entre las personas por razón de su estado de salud.

Una de las enfermedades que provoca más situaciones de discriminación es el VIH.

Existen múltiples ejemplos de discriminación por enfermedad en el acceso a ciertos empleos o productos.

### **Cuerpos normativos y discriminación:**

Estereotipos sobre los cuerpos han estado presentes durante toda la Historia a través de cambiantes criterios estéticos sobre lo que se consideraba normal o deseable, frente a lo considerado anormal, feo o indeseable.

Los prejuicios estéticos con consecuencias de exclusión y discriminación que nos afectan desde la infancia, además de generar una insatisfacción constante con nuestra imagen corporal.

Desde el acoso escolar a los procesos de selección, podemos encontrar ejemplos de cómo la presión estética determina las vidas de muchas personas.

### Actividad 3.2. Frases para reflexionar

La actividad se puede llevar a cabo de diferentes maneras, siendo el objetivo que los/as participantes reflexionen sobre su significado. Estas pueden ser leídas en la sesión y abrirse debate o puede hacerse una actividad práctica en la que cada participante o pequeño grupo elabore una manualidad sobre una de ellas, como por ejemplo realizar un mural o incluso en los casos en los que sea posible pintar alguna frase en un lugar del centro.

En la ficha actividad 3.2.1 se proponen diversas frases, pudiendo incorporarse todas aquellas que se consideren oportunas para el grupo. Para ello se sugieren dos enlaces.

<https://blog.oxfamintermon.org/frases-de-igualdad-de-genero-que-inspiran/#:~:text=%22La%20igualdad%20de%20g%C3%A9nero%20ha,ex%20secretario%20de%20la%20ONU>

<https://www.es.amnesty.org/en-que-estamos/blog/historia/articulo/10-frases-celebres-sobre-libertad-y-feminismo/>

#### FICHA 3.2.1. FRASES PARA REFLEXIONAR

*“Nadie nace odiando a otra persona por el color de su piel, su origen o su religión. La gente debe aprender a odiar, y si puede aprender a odiar, se les puede enseñar a amar, porque el amor viene más naturalmente al corazón humano que su contrario”.*

**Nelson Mandela**

*“Mientras la pobreza, la injusticia y la desigualdad persisten en nuestro mundo, ninguno de nosotros puede descansar”.*

**Nelson Mandela**

*“Mi sueño sería una sociedad multicultural, diversa y donde cada hombre, mujer y niño sean tratados igualmente. Sueño con un mundo donde todas las personas de todas las razas trabajen juntas en armonía”.*

**Nelson Mandela**

*“Mi respeto por los seres humanos no se basa en el color de la piel de un hombre ni en la autoridad que pueda ejercer, sino en su mérito”.*

**Nelson Mandela**

*“No son los dos sexos superiores o inferiores el uno al otro. Son, simplemente, distintos”.*

**Gregorio Marañón**

*“He comprendido que mi bienestar sólo es posible cuando reconozco mi unidad con todas las personas del mundo, sin excepción».*

**León Tolstoi**

### Actividad 3.3. El árbol violeta

El objetivo de esta actividad es descubrir cómo ha ido cambiando el papel de la mujer y sus condiciones de vida a lo largo del tiempo, para ello vamos a ponernos las gafas violetas para echar una mirada a nuestro árbol familiar. Los/as participantes tendrán que **averiguar acerca de las mujeres de su familia**, remontándose tres generaciones (bisabuela, abuela y madre). Tendrán que investigar cómo vivían, en qué trabajaban y qué podían hacer y qué no.

Después se elaborará un árbol genealógico violeta con toda esta información de la forma más creativa posible. Podemos hacer dibujos, collages o pequeñas redacciones.



### Actividad 3.4. Respeto a la diversidad

Para llevar a cabo esta actividad se utilizarán diversos recursos audiovisuales, los cuales se proyectarán en el grupo y serán comentados después.

- Afectivo sexual. La Historia de Pau.

Se trata de un corto de animación en el que Pau, su protagonista trans, explica la diferencia entre orientación sexual e identidad de género a través de su historia personal.

<https://www.youtube.com/watch?v=gWdznz6S5IWU>

- Respeto a la libertad religiosa.

<https://www.youtube.com/watch?v=L3MpGsJQyJU>

[https://www.youtube.com/watch?v=AZ\\_\\_Q5DohS4](https://www.youtube.com/watch?v=AZ__Q5DohS4)

- Discriminación por razón de raza.

<https://www.youtube.com/watch?v=aISJOL9qz20>



### **Documental Curvy Crew. Caminar para romper estereotipos**

Este es un documental que rompe con los estereotipos y pone ante el espejo la presión social y el reto de la autoaceptación que sufren las personas con un cuerpo no normativo a través de entrevistas íntimas.

La primera vez que Christa subió el Kilimanjaro (Tanzania) fue lo más difícil que había hecho jamás: no encajaba, se sentía demasiado lenta, demasiado gorda. Entonces no consiguió llegar a la cima. Años después decidió terminar lo que había empezado; esta vez, con un grupo de veinte mujeres de talla grande decididas a conquistar la cima africana. A todas se les ha dicho siempre que su cuerpo les limita y que no están hechas para subir montañas. Con esta historia llena de sororidad las autoproclamadas Curvy Kili Crew afrontarán un reto que a ellas mismas les parece imposible alcanzar.

Enlaces para ampliar:

<https://www.rtve.es/play/videos/objetivo-igualdad/>

<https://www.youtube.com/watch?v=Ij7K6QFE5Ns>. Anuncio Venezuela

<https://www.youtube.com/watch?v=-4o6tQkJdwo>. Igualdad y no discriminación

<https://www.youtube.com/watch?v=kEcB78HIRUI>. Desigualdad género en el mundo

<https://www.youtube.com/watch?v=Kc92s05D8L8> Aporofobia BBVA

### Actividad 3.5. Días para celebrar

Se propone esta actividad con carácter transversal para realizar a lo largo del taller y abierta en caso de que se considere a todo el centro.

Se proponen los siguientes días, aunque podrán incorporarse aquellos que sean interesantes para el grupo.

- Día internacional de la no violencia, 02 de octubre.
- Día Mundial de la diversidad cultural para el diálogo y el desarrollo, 21 mayo.
- Día mundial de la CC para la paz y el desarrollo, 10 noviembre.
- Día de la lengua árabe, 18 diciembre.
- Día de la mujer, 8 de marzo.





## Unidad 4. Valores democráticos

### 1. PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD

La sociedad en la que vivimos, regulada mediante un marco legal que emana de nuestra Constitución, es un sistema de convivencia válido puesto que permite y promueve la tolerancia, el respeto, la solidaridad y la participación democrática de todos en un ámbito global de igualdad de oportunidades.

La interculturalidad es el producto educativo de una sociedad democrática, que es consciente de la necesidad de aprovechar los valores positivos de todas y cada una de las culturas que en ella conviven, basándose en el respeto y la aceptación de un marco superior de valores.

El respeto de los derechos humanos ha sido una gran preocupación desde mediados del siglo xx y se plasmó en la Declaración Universal de Derechos Humanos (DUDH) de la ONU. El siglo concluyó con la carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea. Es conveniente que el grupo conozca y analice estos documentos, especialmente en aquellos aspectos de respeto a los derechos de la cultura propia.

### 2. OBJETIVOS

- Conocer la Declaración Universal de Derechos Humanos y la carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea.
- Propiciar una reflexión acerca de valores éticos y actitudes individualistas.
- Motivar el cuestionamiento del compromiso que podemos adquirir tanto individual como colectivamente.
- Desarrollar la empatía y la compasión.

### 3. DESARROLLO DE SESIONES



#### UNIDAD 4. VALORES DEMOCRÁTICOS

Actividad 4.1. La DUDH y la Carta de los Derechos fundamentales de la Unión Europea.

Actividad 4.2. Injusticias.

Actividad 4.3. Juego para demócratas.

Actividad 4.4. Valoramos nuestra responsabilidad y compromiso con los derechos humanos.

Actividad 4.5. La carta de la compasión.

Actividad 4.6. Construyendo nuestra carta entre prisiones.

#### Actividad 4.1. DUDH y la carta de los derechos fundamentales de la Unión Europea

Tanto la DUDH y la carta de los derechos fundamentales de la Unión Europea son documentos básicos para conocer los derechos humanos. La DUDH fue adoptada por las Naciones Unidas (ONU), que acababa de establecerse, el 10 de diciembre de 1948 como respuesta a los “actos de barbarie ultrajantes para la conciencia de la humanidad” cometidos durante la Segunda Guerra Mundial. Su adopción reconocía que los derechos humanos son la base de la libertad, la justicia y la paz.

La Declaración contiene 30 derechos y libertades que pertenecen a todas las personas y que nadie nos puede arrebatar. Los derechos que se incluyeron siguen siendo la base del derecho internacional de los derechos humanos. Actualmente, la Declaración sigue siendo un documento vivo. Es el documento más traducido del mundo.

La DUDH supone, en la actualidad, uno de los pocos referentes universales, un código ético universal para toda la humanidad.

La carta de los derechos fundamentales de la Unión Europea recoge en un único texto, por primera vez en la historia de la Unión Europea, el conjunto de los derechos civiles, políticos, económicos y sociales de los ciudadanos europeos y de todas las personas que viven en el territorio de la Unión.

Es necesario conocer los derechos humanos redactados y probados hace más de 50 años. Tan importante es trabajar los valores éticos como las actitudes. Por ello, lo que se pretende con las actividades propuestas en esta sesión es crear un espacio de reflexión no sólo sobre valores, sino también sobre las actitudes.

En la presente actividad el equipo Multidisciplinar explicará brevemente en qué consiste la Declaración Universal de Derechos Humanos y la Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea, utilizando si lo considera conveniente el texto que se encuentra en el **documento 4.1.1.** y en el **documento 4.1.2.**

A continuación, se formarán pequeños grupos y se les facilitará a unos la Declaración Universal de Derechos Humanos de la ONU, y a otros la Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea. Los diferentes grupos buscarán aquellos **derechos recogidos en ambos documentos** en los que se realice especial mención a **aspectos culturales**. Posteriormente, cada grupo leerá el resultado de su trabajo, que se escribirá en la pizarra. Al final, se hará un debate sobre cómo consideran que son aplicados los diferentes derechos en sus entornos más próximos.

Otra alternativa es proponer la elaboración por grupos de murales que recojan los textos de la Declaración Universal de Derechos Humanos de la ONU y de la Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea en diferentes idiomas.

### DOCUMENTO 4.1.1. LA DECLARACIÓN UNIVERSAL DE LOS DERECHOS HUMANOS

*Declaración Universal de Derechos Humanos de la ONU. El 10 de diciembre de 1948, la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó y proclamó la Declaración Universal de Derechos Humanos, cuyo texto completo figura en las páginas siguientes. Tras este acto histórico, la Asamblea pidió a todos los países miembros que publicaran el texto de la Declaración y dispusieran que fuera "distribuido, expuesto, leído y comentado en las escuelas y otros establecimientos de enseñanza, sin distinción fundada en la condición política de los países o de los territorios".* Preámbulo Considerando que la libertad, la justicia y la paz en el mundo tienen por base el reconocimiento de la dignidad intrínseca y de los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana. Considerando que el desconocimiento y el menosprecio de los derechos humanos han originado actos de barbarie ultrajantes para la conciencia de la humanidad, y que se ha proclamado, como la aspiración más elevada del hombre, el advenimiento de un mundo en que los seres humanos, liberados del temor y de la miseria, disfruten de la libertad de palabra y de la libertad de creencias. Considerando esencial que los derechos humanos sean protegidos por un régimen de Derecho, a fin de que el hombre no se vea compelido al supremo recurso de la rebelión contra la tiranía y la opresión. Considerando también esencial promover el desarrollo de relaciones amistosas entre las naciones. Considerando que los pueblos de las Naciones Unidas han reafirmado en la Carta su fe en los derechos fundamentales del hombre, en la dignidad y el valor de la persona humana y en la igualdad de derechos de hombres y mujeres, y se han declarado resueltos a promover el progreso social y a elevar el nivel de vida dentro de un concepto más amplio de la libertad. Considerando que los Estados Miembros se han comprometido a asegurar, en cooperación con la Organización de las Naciones Unidas, el respeto universal y efectivo a los derechos y libertades fundamentales del hombre. Y considerando que una concepción común de estos derechos y libertades es de la mayor importancia para el pleno cumplimiento de dicho compromiso.

- Texto completo: <http://www.un.org/spanish/aboutun/hrights.htm>
- Texto en 300 idiomas: <http://www.unhchr.ch/udhr/navigate/alpha.htm>

## **DOCUMENTO ACTIVIDAD 4.1.2 CARTA DE LOS DERECHOS FUNDAMENTALES DE LA UNIÓN EURPEA**

La Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea es el resultado de un procedimiento original y sin precedentes en la historia de la Unión Europea.

La Carta de los derechos fundamentales de la Unión Europea recoge en un único texto, por primera vez en la historia de la Unión Europea, el conjunto de los derechos civiles, políticos, económicos y sociales de los ciudadanos europeos y de todas las personas que viven en el territorio de la Unión.

Estos derechos se agrupan en seis grandes capítulos:

- Dignidad
- Libertad
- Igualdad
- Solidaridad
- Ciudadanía
- Justicia

Se basan esencialmente en los derechos y libertades fundamentales reconocidos en el Convenio Europeo para la Protección de los Derechos Humanos, las tradiciones constitucionales de los Estados miembros de la Unión Europea, la Carta Social Europea del Consejo de Europa y la Carta Comunitaria de los Derechos Sociales Fundamentales de los Trabajadores, así como en otros convenios internacionales a los que se han adherido la Unión Europea o sus Estados miembros. La cuestión del estatuto jurídico (es decir, la del carácter vinculante de la Carta por efecto de su incorporación en el Tratado de la Unión Europea) fue planteada por el Consejo Europeo de Colonia. La Convención redactó el proyecto de Carta desde la perspectiva de la posible incorporación de la misma en el Tratado y el Parlamento Europeo se manifestó a favor de dicha incorporación. El Consejo Europeo de Niza decidió examinar la cuestión del estatuto jurídico de la Carta en el contexto del debate sobre el futuro de la Unión Europea, que se inició el 1 de enero de 2001.

- Texto completo: [http://www.europarl.eu.int/charter/pdf/text\\_es.pdf](http://www.europarl.eu.int/charter/pdf/text_es.pdf)

### **Actividad 4.2. Injusticias. (extraído de *Materiales para la educación de los Derechos Humanos*. Gorka y cols,2000)**

El objetivo de esta actividad es intentar fomentar el compromiso para resolver situaciones de injusticia.

Se proporcionará al grupo la siguiente cita:

**“Debemos comprender que no podemos escapar al dolor común y que la única justificación, si la hay, es hablar mientras podamos en nombre de los que no pueden.”**

Albert Camus.

Se sugiere que durante los primeros 15 minutos se contesten de manera individual las preguntas. Posteriormente se pondrán los resultados en común. A continuación, cada participante reflexionará, por escrito, sobre las conclusiones que han sacado.

Se reservarán los últimos 15 minutos de la sesión para reflexionar sobre las posibles respuestas que, desde distintos colectivos, se dan a las diferentes situaciones de injusticia descritas.

***Cuestiones para la primera parte de la actividad:***

1. ¿Qué crees que quiere decir Albert Camus con esa cita? ¿Crees que hay ocasiones donde se cometen injusticias ante la pasividad general? Cita algún ejemplo.
2. Si el equipo de tu hija/o se ha clasificado para la final de un campeonato entre distintos Institutos, y en el partido el árbitro no ve un penalti claro a vuestro favor, con lo que el equipo pierde el campeonato, ¿qué haces?
3. Si un amigo tuyo ha perdido a su padre porque es un policía y ha sufrido un atentado, ¿qué haces?
4. Si una amiga tuya ha sido detenida porque creen que ha lanzado un coctel molotov a un banco, ¿qué piensas?
5. Si por la noche, ves que una familia revuelve la basura de tu portal y recoge cosas que habéis desechado en casa, ¿qué piensas?
6. Si en la televisión ves imágenes de las grandes hambrunas de Somalia o Ruanda, ¿se te ocurre alguna manera de ayudar?
7. En la televisión ves un documental sobre la segunda guerra mundial y los campos de concentración nazis, ¿por qué crees que los hicieron?, ¿por qué mataron a tanta gente sin que a nadie pareciera importarle?, ¿tú hubieras hecho algo?

***Cuestiones para la segunda parte de trabajo individual:***

1. Volviendo a la cita que se hace de Albert Camus, si observaras alguna situación de injusticia, ¿podrías hacer algo tú sólo?, ¿te unirías a otras personas para intentar conseguirlo entre todos?, ¿crees que lo conseguiríais?
2. Hay muchas asociaciones, organizaciones no gubernamentales e instituciones que tratan de solucionar distintas situaciones de injusticia que se dan tanto en nuestro entorno más cercano como en el resto del mundo, ¿recuerdas alguna?, ¿sobre qué trabajan?

**Actividad 4.3. Juego para demócratas. (extraído de *Materiales para la educación de los Derechos Humanos. Gorka y cols,2000*)**

En esta actividad reflexionaremos sobre la toma de decisiones y el respeto a las minorías. El grupo se dividirá en dos, en uno de los subgrupos quedará aproximadamente el 75% del total de participantes. Y en el otro el 25 %.

El problema que se plantea es el de cómo eliminar los residuos tóxicos de la zona. Los miembros del grupo pequeño serán los más afectados por ser los que viven más cerca del río contaminado. Hablando, deberán llegar a un consenso sobre cómo se reducirá el nivel de contaminación.

- Habrá que subir los impuestos. Ahora cada uno paga 10 euros al mes. Deberán subir la media a 15 euros.
- Ahora nadie presta servicios comunitarios. Deberán elegir a cinco personas cada mes para que haga cierto tipo de limpieza gratis. Habrá que elegir ya a las cinco primeras, y fijar un sistema para futuras elecciones de «voluntarios y voluntarias» para limpiar.
- Cada participante deberá aceptar por mayoría pagar más impuestos para que haya menos contaminación. La gente del grupo pequeño deberá intentar convencer a la gente del grupo grande. Los del grupo grande no querrán pagar más ni trabajar más, a ellos no les afecta.
- No olvidar que todo debe ser decidido y acordado democráticamente.

Como material para fomentar la participación y el debate se entregará a cada participante un documento con las siguientes frases para su comentario brevemente por escrito.

***Comenta por escrito las siguientes frases:***

*“La democracia debe confiar en que la mayoría de la gente tenga razón la mayoría de las veces”.*

*“El nazismo estaba legitimado para hacer lo que hizo con los judíos, ya que Hitler había ganado unas elecciones democráticas”.*

*“Nadie externo a un país tiene derecho a inmiscuirse en las decisiones que democráticamente se adoptan en ese país”.*

*“La Declaración Universal de los Derechos Humanos está por encima de cualquier constitución”.*

*“Cualquier país tiene derecho a no adherirse a la Declaración Universal y a regirse por sus propias normas”.*

*“La Declaración Universal es como las leyes en algunos países; existen, pero nadie tiene capacidad de hacer que se cumplan”.*

*“Las leyes internacionales son como telas de araña, sirven para capturar pequeños insectos, pero no sirven para nada con los bichos grandes”.*

Posteriormente se hará una puesta en común y un pequeño debate.

### **Actividad 4.4. Valoramos nuestra responsabilidad y compromiso con los derechos humanos a través de Amnistía Internacional**

**Amnistía Internacional** es un movimiento global de más de 10 millones de personas que se toman la injusticia como algo personal. Trabajan por un mundo en el que todas las personas puedan disfrutar de sus derechos humanos. Se trata de una organización independiente de toda ideología política, interés económico y religión.

Cada vez que se comete un abuso en algún lugar del mundo, Amnistía investiga los hechos y arroja luz sobre ellos. También captan apoyos entre los gobiernos y entre otros focos de influencia, como las empresas, y se aseguran de que cumplan sus promesas y respeten el derecho internacional. Amnistía ayuda a las personas a reivindicar sus derechos a través de la educación y la formación.

Para comenzar la actividad, se dará una pequeña explicación al grupo sobre la organización Amnistía internacional y se analizarán algunas de las causas por las que están pidiendo en la actualidad colaboración a la ciudadanía.

Para ello, se entregará a cada participante el material impreso que se recoge en el **documento 4.4.1.**

Después de leer en voz alta para el grupo el material entregado, reflexionaremos acerca de cómo percibimos la vulneración de los derechos humanos cuando no nos tocan de cerca.

Para fomentar el debate podemos plantear las siguientes preguntas:

- ¿Realmente nos ponemos en la piel de las personas más vulnerables?
- ¿Empatizamos más con personas que se parecen más a nosotros? Ponemos el ejemplo de refugiados africanos, sirios y en la actualidad, ucranianos. (se adjunta la noticia en el **documento 4.4.2.**)
- Posteriormente se propondrá la siguiente tarea:

Cada grupo (4/5 personas) elaborarán un manifiesto que haga referencia a algún derecho que se esté vulnerando en la actualidad, siguiendo el ejemplo de las peticiones de firma de Amnistía Internacional.

Intentaremos orientar hacia situaciones que se estén dando en el ámbito local o en el entorno más cercano, que puedan estar afectando a familiares o amistades de integrantes del grupo. Para facilitar la tarea se proporcionarán periódicos, revistas con noticias de actualidad que puedan proporcionar ideas para la elaboración de la tarea. Es importante que haya consenso en cada grupo en cuanto a la temática a desarrollar.

Para finalizar, se expondrán a través de un/una representante de cada grupo las propuestas. Opcionalmente y en función del resultado final obtenido, se pueden programar actividades complementarias a esta actividad, como la exposición en gran grupo del manifiesto o la presentación del mismo en diferentes módulos con debates posteriores.



Recuerda que:

*El material elaborado por el grupo cobra un valor añadido importantísimo que puede servir de herramienta muy útil para la transmisión de valores entre iguales.*

## DOCUMENTO 4.4.1. ¿FIRMARÍAS ESTAS PETICIONES?

### IRÁN: NARGES MOHAMMADI, ENCARCELADA Y CONDENADA A 74 LATIGAZOS



Narges Mohammadi fue condenada el 15 de enero a 8 años y dos meses de prisión y a 74 latigazos por delitos relacionados con la seguridad nacional. El juicio fue injusto, duró cinco minutos y Narges no tuvo acceso a un abogado. El tribunal también le ha impuesto la prohibición durante dos años de vivir en Teherán, la prohibición durante dos años de usar “telecomunicaciones” incluidas redes sociales, y la prohibición durante dos años de “pertenecer a partidos, grupos o colectivos políticos y sociales”. En protesta por el carácter injusto del caso, Narges ha decidido no apelar la condena. El 19 de enero, Narges Mohammadi fue trasladada de la cárcel de Evin, donde se encontraba en aislamiento prolongado, a la prisión de Shahr-e Rey.

Narges Mohammadi es una de esas mujeres iraníes que sorprende por su fuerza y su coraje. Está detenida desde el 16 de noviembre y sobre ella pesa también el terrible castigo de ser flagelada.

¿Qué ha hecho para merecer tal condena? Pedir justicia, reclamar verdad, acompañar a los familiares de víctimas de la violencia policial, clamar contra la pena de muerte. En definitiva, **defender los derechos humanos**. Lo que lleva haciendo toda la vida.

Hace apenas un año salió de prisión después de pasar encerrada más de cinco años durante los que le negaron hasta el contacto con sus hijos pequeños. En la cárcel su salud se deterioró gravemente y la castigaron sin los tratamientos que necesitaba.

Pero Narges continuó peleando. En noviembre de 2019, cuando las protestas y la represión se extendían por todo el país, participó en una sentada junto a otras compañeras presas en la cárcel de Evin para denunciar las muertes de cientos de manifestantes a manos de la policía.

Por esta acción le abrieron una nueva causa que ahora la ha llevado de nuevo a la cárcel y a estar en riesgo de ser azotada. La flagelación que se aplica en Irán constituye tortura, un delito prohibido en términos absolutos en el derecho internacional.

## **UCRANIA: LA POBLACIÓN CIVIL ESTÁ EN PELIGRO. ¡DETENGAN LA AGRESIÓN YA!**



Un niño en un columpio fuera de un edificio residencial dañado por un misil el 25 de febrero de 2022 en Kiev, Ucrania. (Foto de Pierre Crom/Getty Images)

¿Qué harías si en cuestión de días empezara una guerra en tu país? ¿Escaparías? ¿Te quedarías? ¿Qué harías con tu familia si escucharas disparos y cómo las bombas caen cerca de tu hogar?

A las 5 de la mañana del 24 de febrero, la población de toda Ucrania se despertó con una noticia terrible: **el ejército ruso estaba invadiendo su país**. En medio de la noche, los tanques rusos entraron y los militares atacaron desde diferentes direcciones. Desde entonces, el gobierno ruso no ha hecho más que intensificar su agresión.

“Iba caminando con mi esposa cuando oí unas explosiones muy próximas. Todo el mundo estaba cubierto de sangre, había sangre por todas partes. Al mirarlo... [palabrota], me mató el hecho de que es un jardín de infancia. ¿Es a esto a lo que disparan? ¿A objetos militares? ¿Dónde están esos objetos militares?”

Testimonio obtenido por Amnistía Internacional en Ucrania.

En Amnistía Internacional lo estamos investigando: hemos verificado informes y vídeos de ataques indiscriminados contra civiles en todo el país. Hemos documentado que **el ejército ruso ha atacado hospitales y escuelas**, está usando armas indiscriminadas,

como misiles balísticos y armas prohibidas como municiones de racimo. ¿El resultado? Están muriendo civiles: mujeres, hombres, niños y niñas.

Con estos ataques, las tropas rusas ya están cometiendo **posibles crímenes de guerra**. Al utilizar la fuerza contra otro Estado sin ninguna justificación legal, Rusia ha violado flagrantemente la Carta de las Naciones Unidas. Además, está abusando de su posición como miembro permanente del Consejo de Seguridad de la ONU para protegerse de la responsabilidad. La Federación Rusa debe detener este acto de agresión contra Ucrania de inmediato y proteger a la población civil.

En estos momentos, la población de Ucrania se enfrenta a una catastrófica **crisis de derechos humanos**. Están muriendo personas, incluso menores, y muchos miles de vidas están en peligro. No podemos esperar más días: es urgente actuar para protegerlos.

## **AFGANISTÁN: MUJERES Y NIÑAS EN PELIGRO. ¡FIRMA PARA PROTEGER SUS DERECHOS!**



Defensoras de los derechos humanos de las mujeres afganas y activistas civiles protestan para pedir a los talibanes la preservación de sus derechos y el acceso a educación, Afganistán, septiembre de 2021. © REUTERS/Stringer.

El 15 de agosto, los talibanes tomaron el poder en Afganistán. Y con eso, el control sobre los derechos humanos de las personas que viven allí, poniendo en riesgo, especialmente, a mujeres y niñas.

Hasta entonces, las mujeres y niñas afganas podían ir al colegio y universidades, ser dueñas de sus propios negocios y ocupar cargos políticos. Pero ahora, la gran mayoría tienen que quedarse en casa hasta que las leyes vuelvan a tenerlas en cuenta.

Es un porcentaje bajísimo de niñas el que puede ir al colegio y la segregación entre hombres y mujeres en las universidades está siendo un obstáculo para muchas mujeres jóvenes que quieren seguir estudiando para tener una carrera.

La persecución a mujeres no es sólo en la educación. Están limitando su derecho a la libertad de movimiento, libertad de expresión y asociación e incluso que puedan vestir como quieran.

Las mujeres afganas ya habían conseguido avanzar en muchos derechos durante los últimos 20 años a pesar de la inestabilidad política y el conflicto en Afganistán. Y ahora podrían perder todo lo que habían logrado con la presencia de los talibanes.

#### **DOCUMENTO 4.4.2. NOTICIA:**

<https://www.elimparcial.com/mundo/Racismo-en-Europa-Refugiados-arabes-ven-un-doble-estandar-en-la-calida-acogida-de-Europa-a-los-ucranianos-20220302-0082.html>

**Racismo en Europa: Refugiados árabes ven un doble estándar en la cálida acogida de Europa a los ucranianos**

**El año pasado, 3 mil 800 sirios solicitaron protección en Bulgaria.**

(02 de marzo de 2022)

LONDRES. El refugiado sirio **Ahmad al-Hariri**, que huyó de la guerra en su país hacia el vecino Líbano hace 10 años, pasó la última década esperando en vano escapar a una nueva vida en Europa.

Al ver cómo los países europeos abren sus brazos a cientos de miles de ucranianos en menos de una semana, este padre de tres hijos **no puede evitar comparar sus destinos.**

Nos preguntamos, “¿por qué los ucranianos fueron bienvenidos en todos los países mientras nosotros, los refugiados sirios, seguimos en tiendas de campaña y permanecemos bajo la nieve, enfrentándonos a la muerte, y nadie nos mira?”, dijo a Reuters en un centro de refugiados donde 25 familias están refugiadas a las afueras de la ciudad mediterránea de Sidón.

En el mundo árabe, donde 12 millones de sirios han sido desarraigados por la guerra, los críticos, desde Hariri hasta activistas y caricaturistas, contrastan la reacción occidental a la crisis de refugiados desencadenada por la invasión rusa de Ucrania **con la forma en que Europa trató de contener el flujo de refugiados sirios y de otros países en 2015.**

Algunos recuerdan las imágenes de los refugiados caminando durante días en condiciones climáticas adversas, o perdiendo la vida en peligrosas travesías marítimas cuando **intentaban traspasar las fronteras de Europa.**

El lunes, cuatro días después de que Rusia inició su ataque, la Unión Europea dijo que al menos 400 mil refugiados **habían entrado en el bloque desde Ucrania**, que tiene fronteras terrestres con cuatro estados de la UE.

Se esperan millones más y la UE está preparando medidas que ofrecerían **permisos de residencia temporal**, así como acceso al empleo y a la asistencia social, una rápida apertura de sus puertas que contrasta con su respuesta a **las guerras en Siria y otros lugares**.

A principios de 2021, diez años después del estallido del conflicto en Siria, los Estados de la UE habían acogido a un millón de refugiados y solicitantes de asilo sirios, de los cuales solo Alemania acogió a más de la mitad.

La mayoría de ellos llegaron antes de un acuerdo de 2016 en el que la UE pagó miles de millones de euros para que Turquía siguiera acogiendo a 3.7 millones de sirios. **Esta vez la acogida ha sido inmediata**.

“No tenemos aquí la ola de refugiados a la que estamos acostumbrados y con la que no sabemos qué hacer: gente con un pasado poco claro”, dijo el primer ministro búlgaro, Kiril Petkov, que **describió a los ucranianos como inteligentes, educados y altamente cualificados**.

“Son europeos cuyo aeropuerto acaba de ser bombardeado, que están bajo fuego”, dijo. **Bulgaria ha dicho que ayudará a todos los que vengan de Ucrania**, donde hay unos 250 mil búlgaros étnicos.

El año pasado, 3 mil 800 sirios solicitaron protección en Bulgaria y mil 850 obtuvieron el estatuto de refugiado o humanitario. Los sirios dicen que la mayoría de los refugiados **sólo pasan por Bulgaria hacia los Estados más ricos de la UE**.

El gobierno de Polonia, que el año pasado fue objeto de fuertes críticas internacionales por oponerse a una oleada de inmigrantes que cruzaban desde Bielorrusia, en su mayoría procedentes de Oriente Medio y África, ha acogido a los que huyen de la guerra de Ucrania.

En Hungría, que construyó una barrera a lo largo de su frontera meridional para evitar que se repitiera la afluencia de personas procedentes de Oriente Medio y Asia en 2015, la llegada de refugiados de la vecina Ucrania ha desencadenado una avalancha de apoyo y ofertas de transporte, alojamiento a corto plazo, ropa y alimentos.

Tanto Hungría como Polonia afirman que los refugiados de Oriente Medio que llegan a sus fronteras ya han atravesado otros países seguros que tienen el deber de darles cobijo.

El ministro húngaro de Asuntos Exteriores, Peter Szijjarto, defendió los diferentes enfoques. “Debo rechazar que se establezcan comparaciones entre los que **huyen de la guerra y los que intentan entrar ilegalmente** en el país», dijo en una reunión de las Naciones Unidas en Ginebra. La acogida se ha visto facilitada por el hecho de que Ucrania alberga una importante comunidad étnica húngara.

Lazos como esos han llevado a algunos periodistas occidentales a sugerir que el desastre humanitario en Ucrania es diferente a las crisis de Siria, Irak o Afganistán, porque los  **europeos podrían relacionarse más estrechamente con las víctimas**.

Sus comentarios provocaron una ola de condenas en las redes sociales, acusando a Occidente de parcialidad. Los clips de los reportajes se difundieron ampliamente y fueron muy criticados en toda la región.

### **Actividad 4.5. La carta de la compasión**

**La carta de la compasión.** ( extraído del artículo publicado en la página oficial de Premio Princesa Asturias <https://www.premiosprincesa.es/2017/karen-armstrong-premio-princesa-asturias.html>)

Karen Armstrong es una de las mayores investigadoras del fenómeno religioso del mundo, defensora del papel de la religión para la construcción de la paz, fue galardonada en 2017 con el Premio Princesa de Asturias de Ciencias Sociales.

“La doctora Armstrong es una de las mayores autoridades actuales en el conocimiento de las tres religiones del Libro, judaísmo, cristianismo e islam. Sobresale por la profundidad de sus análisis históricos, así como por su compromiso activo con la difusión de un mensaje ético de compasión, paz y solidaridad” rezaba el dictamen del Jurado, que destacó su esfuerzo por fomentar, desde la investigación más profunda y rigurosa, el diálogo cívico religioso.

Armstrong pertenece al grupo de expertos de la Alianza de Civilizaciones de la ONU y promovió la denominada “Carta por la Compasión”, un documento que insta al entendimiento de las religiones del mundo tomando como base el valor de la compasión.

En el siguiente enlace se puede visionar la conferencia desarrollada por Karen Armstrong, en la que explica que significa la Carta por la Compasión y la Regla de Oro que todas las religiones tiene en común:

**“no hagas a los demás lo que no quieres que te hagan a ti”.**

[https://www.youtube.com/watch?v=IcLpn5XLw\\_0](https://www.youtube.com/watch?v=IcLpn5XLw_0)

El objetivo de esta actividad es tomar conciencia de los valores comunes que se comparten en las diferentes religiones, y en concreto en la práctica de la compasión.

Tras la visualización de la conferencia y la lectura de la carta de la compasión se abrirá un debate acerca de aquellos aspectos que a cada participante han resultado más interesantes de esta iniciativa.

Para fomentar el debate se pueden realizar las siguientes preguntas:

- ¿Qué opinas sobre la llamada Regla de oro?
- ¿Creéis que nos iría mejor en la sociedad actual si todas las personas la aplicásemos?
- ¿Qué creéis que nos impide comportarnos de forma compasiva?
- ¿Tiene qué ver con el egoísmo y el individualismo? ¿Y con la ira o el odio? ¿Con la envidia?

- ¿De qué forma podemos tener presente esta regla en nuestro día a día?
- ¿Qué beneficios encontraréis cuando os comportáis de forma compasiva?

Se propone a los participantes cerrar la sesión con algún compromiso de cambio en nuestra conducta que pueda contribuir a mejorar las relaciones interpersonales en el día a día. Por ejemplo, pequeñas acciones en el día a día como saludarnos por la mañana, interesarse por cómo se encuentra algún/a compañero/a, ofrecer nuestra ayuda a alguna persona al menos una vez al día...



*En las siguientes sesiones podemos recordar este compromiso y pedir que al menos una persona del grupo nos cuente brevemente la acción compasiva más reciente que ha realizado en los días previos.*

Para finalizar la sesión se proyectará el siguiente vídeo, que nos hace reflexionar sobre nuestro comportamiento diario y la aplicación de la regla de oro.

<https://www.youtube.com/watch?v=Us2Cbjl9BQQ>

### **Material complementario:**

Si se quiere profundizar más sobre la compasión se recomienda el siguiente enlace:

En este capítulo del programa de RTVE REDES, el divulgador científico Eduardo Punset nos acerca a la ciencia de la compasión.

<https://www.youtube.com/watch?v=iu0yXkRCtQg>

Según el biólogo y monje budista que escucharemos, Matthieu Ricard, la felicidad no es una sucesión interminable de placeres que terminan por agotamiento, sino una forma de ser. Y si es así, ¿no deberían nuestros hijos e hijas aprender en el colegio a ser felices, y también a ser buenas personas? ¿No es acaso lo que desea cualquier madre o padre de hoy en día? (sinopsis extraída de la página web de RTVE)

## **DOCUMENTO 4.5.1 LA CARTA DE LA COMPASIÓN**

### ***Carta por la Compasión***

*El principio de compasión permanece en el corazón de todas las tradiciones religiosas, éticas y espirituales, y siempre nos pide tratar a los otros como nos gustaría ser tratados. La compasión nos impulsa a trabajar sin cansancio para aliviar el sufrimiento de nuestros semejantes; nos motiva a dejar de lado el egoísmo y aprender a compartir y nos pide honrar la inviolable santidad de cada ser humano, tratando a todos, sin excepción, con absoluta justicia, equidad y respeto.*

*Es además necesario en la vida pública y en la privada abstenerse de causar dolor de manera sistemática y categórica, actuar o hablar de manera violenta, obrar con mala intención, manejarse priorizando el interés personal, explotar o denegar los derechos básicos e incitar al odio denigrando a los otros -aunque sean enemigos- actuar de manera contraria, implica negar nuestra humanidad. Reconocemos haber fallado en vivir con compasión y sabemos que alguien ha incrementado incluso la miseria humana en nombre de la religión.*

*Por eso pedimos a hombres y mujeres restaurar la compasión al centro de la moralidad y de la religión, volver al antiguo principio que afirma que cualquier interpretación de la escritura que incite a la violencia, el odio o al desprecio, es ilegítima; garantizar a los jóvenes una información positiva y respetuosa sobre otras tradiciones, religiones y culturas; estimular a una positiva apreciación de la diversidad cultural y religiosa; cultivar una empatía consecuente con el sufrimiento de los seres humanos, hasta con aquellos que consideramos enemigos.*

*En nuestro mundo polarizado hay una necesidad urgente de transformar la compasión en una fuerza clara, luminosa y dinámica. Arraigada en la determinación de trascender el egoísmo, la compasión puede romper las fronteras políticas, dogmáticas, ideológicas y religiosas. Nacida de nuestra profunda interdependencia, la compasión es esencial para las relaciones humanas y para la realización de la humanidad. Es el camino hacia la claridad, indispensable para la creación de una economía justa y de una comunidad global y pacífica.*

Los siguientes documentos audiovisuales puede ayudar a entender el significado de la carta de la compasión:

<https://youtu.be/pEw5nwxizZo>

En nuestro mundo polarizado, la compasión es el antídoto. A medida que la Carta por la Compasión celebra 10 años de servicio global, buscamos inversores que apoyen el crecimiento de Ciudades Compasivas y el Instituto de Educación Compasiva de la Carta. (Duración 6 min)

<https://youtu.be/DXONo2DPwmM>

Karen Armstrong explica el mensaje que pretende transmitir la carta de la compasión (Duración 3min)

#### **Actividad 4.6. Construyendo nuestra carta entre prisiones**

Para finalizar esta unidad se propondrá al grupo la elaboración de una carta de compasión para las prisiones.

Para ello se organizarán pequeños grupos (4-5 participantes) y se les pedirá que en el documento pongan de manifiesto aquellos valores que consideran que se comparten en todas las tradiciones que conviven y que pueden favorecer la interrelación entre personas que inicialmente se perciben como diferentes.

Posteriormente se pondrán en común las ideas surgidas en cada subgrupo y se elaborará una carta conjunta en la que estén incluidas las propuestas de todos los grupos.

La finalidad de esta tarea es intentar conectar con valores esenciales compartidos por la humanidad y que pueden tender puentes entre personas de distintos grupos sociales, étnicos, religiosos, etc.

En el siguiente documento se adjunta un ejemplo de modelo de carta que podría servir de inspiración para la realización de la tarea, si bien lo ideal sería que se de libertad para desarrollar la creatividad del grupo.

## **DOCUMENTO 4.6.I. CONTRUYENDO NUESTRA CARTA ENTRE PRISIONES**

### *Carta de compasión en prisión*

*Si quieres que otros sean felices, practica la compasión.*

*Si quieres ser feliz, practica la compasión.*



DÁLAI LAMA

Somos un pequeño grupo de personas de diferentes culturas, razas, ideologías y religiones que compartimos un espacio de convivencia en una prisión, y creemos que nuestra actitud y nuestras acciones pueden contribuir a mejorar nuestra vida y la de nuestros compañeros y compañeras en el centro.

Para ello nos proponemos llevar a cabo pequeños cambios en nuestro día a día como:

- saludar por la mañana con una sonrisa.
- practicar la escucha activa, al menos, una vez al día.
- hacer autocrítica.
- *a añadir por el grupo.*

Y también creemos que podemos erradicar determinadas conductas y actitudes que dañan a nuestros compañeros y compañeras, como:

- hacer 3 respiraciones antes de responder mal a un compañero/a.
- evitar juzgar a los demás.
- *a añadir por el grupo.*

Si cada uno de nosotros y nosotras nos comprometemos a introducir estos pequeños cambios en nuestras vidas, estaremos construyendo un espacio más sano y positivo que repercutirá en nuestra felicidad y en la de nuestros seres queridos.

**¿TE UNES A NUESTRO PLAN?**



# Unidad 5. Nuevas tecnologías

## 1. PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD

Los medios de comunicación y las nuevas tecnologías incrementan la posibilidad de contacto entre diferentes culturas a través de la conexión en redes sociales.

Se hace imprescindible educar en el uso de las nuevas tecnologías ya que son la clave del futuro social. El uso crítico de los medios de comunicación es fundamental ya que se trata de un canal de primer orden para el desarrollo de relaciones interpersonales, búsqueda de información y herramienta de aprendizaje.

El mundo está intercomunicado debido a la renovación tecnológica y, de hecho, se convierte en un mundo de crecimiento intercultural (Martinez-Salanova, 2008).

El cine, por ejemplo, puede ayudar a conocer y valorar mejor otras culturas, otras normas de vida y convivencia (Gurpegui, 2000).

En esta unidad nos centraremos en conocer aquellos riesgos a los que nos enfrentamos como usuarios y usuarias de las nuevas tecnologías. Conocer estos peligros nos permitirá hacer un uso más responsable y sacar un mayor partido a esta fuente de información y comunicación tan extraordinaria.

Para todo ello se propone actividades enfocadas a adquirir conocimientos básicos de internet y redes sociales y al desarrollo del pensamiento crítico como herramienta fundamental para gestionar de forma adecuada toda la información que tenemos accesible a través de estos medios.

## 2. OBJETIVOS

- Internet y las redes sociales. Qué es y para qué sirve.
- Conocer riesgos y potenciales peligros de las redes sociales.
- Aprender a buscar información en internet: distinguir fuentes fiables de “fakes”.
- Conocer la capacidad de los medios de comunicación para manipularnos.
- Desarrollar el pensamiento crítico.
- Conocer la relación entre las nuevas tecnologías e interculturalidad.

### 3. DESARROLLO DE SESIONES



#### UNIDAD 5. NUEVAS TECNOLOGÍAS

Actividad 5.1. Internet y redes sociales.

Actividad 5.2. Ciberodio.

Actividad 5.3. Las campañas contra el discurso de odio en internet.

Actividad 5.4. Construyendo la realidad.

Actividad 5.5. 40 preguntas para pensar.

Actividad 5.6. Reflexionando sobre nuestro estilo de vida.

#### Internet y redes sociales

Las redes sociales, son, en palabras del experto en tecnologías de la información y la comunicación, Manuel Castells, una plataforma de “auto-comunicación de masas”, un espacio de autonomía comunicativa idóneo para que los actores sociales propicien la transición de la indignación a la esperanza. En este sentido, se considera la entonces denominada Primavera Árabe, el 15-M, u Occupy Wall Street como ejemplos de cómo las redes sociales pueden contribuir a transformar la indignación en acciones y movimientos horizontales, transformadores y emancipadores (Castells 2012). Sin embargo, no conviene pecar de un exceso de optimismo, porque lo cierto es que internet y las redes sociales también pueden ser utilizadas con fines radicalmente diferentes a los expuestos. Tal y como afirma el ciberescéptico Evgeny Morozov, “Internet no conduce necesariamente al respeto universal de los derechos humanos”. Internet no es liberador ni democratizador en sí, sino que puede producir “diferentes resultados políticos en diferentes entornos”, y por tanto conviene no dejarse llevar por cierto “solucionismo tecnológico” o “ciberutopismo” (Morozov 2012).

Pero quizás el ejemplo más trágico, de cómo pueden ser utilizados internet y las redes, es el de la crisis desatada en Kenia tras las elecciones de diciembre de 2007. La propagación de mensajes incitadores a la violencia, a través de una variedad de foros en Internet, está documentada como “un canal determinante a través del cual la violencia fue alimentada, llevándose las vidas de más de mil personas, y el desplazamiento de más de 600.000” (Gagliardone et al. 2014).

En toda Europa se está produciendo una gran proliferación de mensajes extremistas, asociada al contexto de la crisis de refugiados, con preocupantes “picos” de odio islamófobo detectados en las redes a raíz de los atentados de París, Bruselas, o Niza. Tras los atentados de París, #matadatodoslosmusulmanes se convirtió durante algunas horas en el tercer hashtag más utilizado en España (Jubany y Roiha 2016). Según estudios del think tank Demos, en Twitter, hay aproximadamente unos 10.000 tuits por día con insultos

racistas en lengua inglesa, lo que supone uno de cada 15.000 tuits (Gagliardone et al. 2014). En otro estudio realizado por Demos, sobre misoginia, que es otro de los motivos recurrentes de intolerancia, durante tres semanas de abril de 2016, entre usuarios británicos de Twitter, se encontraron más de 200.000 tuits con las palabras “zorra” o “puta”; constatándose que cada diez segundos, alguien insulta con esas palabras a una mujer en Twitter. En el estado español el problema no es menor. A continuación, se describen algunos ejemplos:

- **Moha Gerehou, presidente de SOS Racismo Madrid**, de origen gambiano, ha sido objeto de múltiples ataques. En julio de 2016, se le “subastaba” en Twitter como un esclavo o una pieza de caza, como respuesta a la campaña #EstadoEspañolNoTanBlanco. En septiembre del mismo año, fue amenazado de muerte tras colgar en Twitter, una foto de una concentración en contra de la retirada del callejero de Madrid del nombre de Millán Astray, fundador de La Legión.
- En septiembre de 2016, la transexual **Carla Antonelli, diputada de la Asamblea de Madrid**, recibió amenazas de muerte a través de Twitter, por su defensa de los derechos del colectivo LGTB.
- El árbitro de fútbol infantil, **Jesús Tomillero, presidente de la asociación contra la LGTBfobia en el deporte**, recibió insultos y amenazas de muerte en Twitter, por ser el primer colegiado auto-declarado gay en España.

Estos son solo algunos casos de acoso individual por motivos de odio e intolerancia, que han llegado a los medios de comunicación, y que constituyen la punta del iceberg de una situación que se ha convertido en habitual en las redes sociales.

Todas las ideologías intolerantes encuentran en las redes sociales un espacio de expresión privilegiado, que ha generado una especie de cultura de odio, que contamina e intoxica las redes con lenguaje abusivo, denigrante o abusivo, por motivos, en gran medida, de intolerancia contra población migrada, refugiados, musulmanes, homosexuales, y otras minorías. (extraído del Manual “*Contrólale en las redes*”)

### **Actividad 5.1. Internet y redes sociales**

A continuación, proponemos varios enlaces audiovisuales para introducir el tema de las redes sociales. El Equipo Multidisciplinar realizará una pequeña introducción sobre lo que son las redes sociales y a continuación se proyectarán la selección de videos que puedan ser más idóneos en función del grupo de participantes.

Finalizada la proyección se estimulará un debate grupal aclarando todos aquellos conceptos o ideas erróneas acerca de las redes sociales.

- *Las redes sociales, documental*. Duración: 5 minutos, 26 segundos.

Explica de manera didáctica y sencilla qué son las redes sociales.

<https://youtu.be/o5Rpfsw5AGs>

- *Conferencia de TED de Santiago Bilinkis*. Duración: 17 minutos, 51 segundos.

Aunque no la veamos, la manipulación está presente en las redes sociales y a través de nuestros dispositivos. Santiago Bilinkis hace un alto en el camino y nos advierte sobre este mundo que se nos vino encima, y propone el contraataque creativo, aprovechando todo el potencial digital, sin dejarnos manejar... ¡o al menos sabiéndolo!

<https://youtu.be/8nKCA9h-7BA>

- *Las nuevas sectas españolas*. Duración: 12 minutos, 6 segundos.

En el imaginario colectivo las nociones que manejamos de las sectas tienen que ver con ritos macabros o secretos, pero en el siglo XXI los grupos sectarios o de control coercitivo han evolucionado. En España, donde los expertos hablan de unos 200 grupos de este tipo, hoy sigue habiendo sectas oscuras y herméticas, pero también las hay bajo la apariencia de grupos ecológicos o de terapia sexual, o que venden la transformación del mundo a través de la educación universitaria.

<https://youtu.be/tKCSw95vELY>

- *Las redes sociales: twitter en 30 segundos*. Duración. 1 minuto, 24 segundos.

Parodia que refleja de forma cómica el mal uso de esta red social.

[https://youtu.be/M\\_4o8FPcf-w](https://youtu.be/M_4o8FPcf-w)

## **Actividad 5.2. Ciberodio**

Se ha acuñado la expresión de **ciberodio** para referirnos al discurso de odio online. Por medio de internet y las redes sociales, la comunicación de mensajes que antes estaban limitados al ámbito privado, se ha convertido en pública de manera absolutamente masiva. Por otra parte, la descentralización de la comunicación, que “democratiza” las comunicaciones, en el sentido de que cualquiera puede emitir un mensaje con un enorme potencial de audiencia. El efecto multiplicador de las redes sociales, permite convertir un determinado mensaje en un fenómeno de transmisión exponencial, dando lugar a lo que se denomina metafóricamente como “viralizaciones”.

La permanencia de los contenidos, la itinerancia entre diferentes plataformas, el uso de pseudónimos, el anonimato, y la transnacionalidad son otras particularidades del espacio online que añaden desafíos en relación con el discurso de odio (Gagliardone et al. 2015).

Mediante la aceptación del discurso de odio se produce una reducción de la empatía hacia los colectivos deshumanizados, y como consecuencia, se puede generar el caldo de cultivo adecuado para justificar actos discriminatorios, abusos y actos violentos de diversa naturaleza.

Si bien no todo discurso de odio desencadena episodios de violencia, lo que sí parece evidente es que raramente se producen episodios de crímenes de odio, sin una previa estigmatización y deshumanización de las víctimas. Por tanto, no está de más recordar aquí, los incidentes de delitos de odio registrados en 2021 por el Ministerio de Interior.

Durante 2021 se investigaron **1.802** delitos de odio, casi cinco al día, y eso sólo supone el 20% del total de delitos de este tipo que se llevan a cabo, porque ocho de cada diez no se denuncian ([www.interior.gob.es](http://www.interior.gob.es)).

Una gran parte del discurso de odio en las redes sociales procede de individuos directa o indirectamente vinculados con colectivos fascistas, grupos ultras simpatizantes de equipos de fútbol, o partidos políticos de ideología extremista. Estos grupos han encontrado en las redes una útil herramienta de difusión de sus mensajes y su simbología fascistas, que les sirve tanto para atacar a sus víctimas como para captar adeptos.

Sin embargo, el fenómeno del discurso de odio no se agota en estos grupos con un marcado perfil ideológico. Hay otros perfiles de usuarios de las redes sociales, que en la jerga de internet son conocidos como *haters* o *troles*, que constituyen una parte importante del problema.

En internet, se denomina **haters** a individuos que se dedican obsesivamente a atacar y agredir verbalmente a individuos concretos (en gran medida, personas famosas), o a colectivos a los que desprecian por su origen étnico, su religión, etc... Las redes sociales están plagadas de usuarios con una dedicación obsesiva al desprecio y la agresión verbal contra musulmanes, gitanos, homosexuales, mujeres, etc.

El **fenómeno del troleo** también está ampliamente extendido en las redes. Algunos actúan a título individual para buscar atención o descargar su frustración. Otros actúan de manera colectiva, y se organizan para atacar a determinados objetivos de manera irreflexiva, y muchas veces ajenos al daño que pueden llegar a ocasionar. Muchos/as usuarios/as de las redes se dedican a esparcir su hostilidad y agredir verbalmente a otros individuos o a colectivos minoritarios para divertirse con las reacciones que producen los demás, bajo la coartada de un pretendido sentido del humor.

Las obsesiones hostiles de los haters, el sadismo narcisista de los troles tiene su espacio de expresión en las redes, pero sus motivaciones y sus prejuicios hostiles proviene del espacio offline.

No está de más recordar qué dicen nuestras leyes acerca de los delitos de odio.

La legislación española relativa al discurso del odio en las redes sociales está condicionada por la necesidad de ajustarse a las normas europeas, que siguen la tendencia, cada vez más generalizada a nivel global, de introducir restricciones penales al discurso del odio.

La última reforma del Código Penal responde a la exigencia de ajustarse a dicha regulación europea, y a la sentencia del TC 235/2007, de 7 de noviembre, que impuso una interpretación restrictiva del delito de negación del genocidio, limitando su aplicación a los

casos en que esta conducta implique una incitación al odio u hostilidad contra minorías. La nueva regulación ha unificado los diferentes delitos de discurso del odio en **el artículo 510 del Código Penal**, y los castiga con las siguientes penas:

1. 1 a 4 años de prisión y multa de 6 a 12 meses,
  - a. Incitación directa o indirecta al odio, a la hostilidad, a la discriminación y a la violencia, contra grupos o individuos por motivos racistas, antisemitas u otros relativos a su ideología, religión, origen, sexo, orientación sexual, enfermedad o discapacidad.
  - b. a. Producción y difusión de materiales, con la misma motivación que en el apartado a).
  - c. negación o enaltecimiento de los delitos de genocidio, lesa humanidad o contra las personas o bienes protegidos en caso de conflicto armado que hubieran sido cometidos contra los grupos señalados, cuando ello promueva o favorezca un clima de violencia, hostilidad u odio contra los mismos.
2. penas de prisión de 6 meses a 2 años y multa de 6 a 12 meses (y prisión de 1 a 4 años cuando se promueva un clima de violencia, odio o discriminación).
  - a. Realización de actos, o producción o difusión de materiales, que supongan humillación o menosprecio contra alguno de los grupos señalados o de sus miembros por motivos discriminatorios.
  - b. el enaltecimiento o justificación pública de los delitos cometidos contra los grupos señalados.

La regulación del art. 510 establece además una serie de agravantes y consecuencias accesorias.

En el siguiente enlace:

[legislacionDelitosVinculando.pdf \(inclusion.gob.es\)](#) se puede descargar la GUÍA PRÁCTICA DE LEGISLACIÓN DELITOS DE ODIO editada por el Gobierno de España.

Teniendo en cuenta el escaso conocimiento que la persona privada de libertad tiene acerca de las redes, se propone como actividad presentarles diferentes ejemplos de odio en las redes, explicándoles el funcionamiento básico de las mismas. Para que el grupo de participantes se familiarice con las redes sociales, se sugiere como actividad presentarles diferentes casos de odio en las redes, como por ejemplo hilos de la red social TWITTER, artículos de prensa, etc.. lo más actualizados posible, con los que iniciar un debate sobre este fenómeno.

A continuación, proponemos el siguiente material:

- [https://www.elconfidencial.com/tecnologia/2019-11-02/odio-internet-ciberacoso-sexual-mujeres-fake-news\\_2306195/](https://www.elconfidencial.com/tecnologia/2019-11-02/odio-internet-ciberacoso-sexual-mujeres-fake-news_2306195/)

Este artículo analiza quién sufre más acoso y por qué. El odio 'online' no es casual ni improvisado: la mayoría de veces, de hecho, está organizado y tiene a sus víctimas bien identificadas. Spoiler: si eres mujer, homosexual o no blanco, estás en la diana.



- Discursos de odio y violencia de género en Internet - Hiperderecho  
Artículo que describe las diferentes tipologías de discurso de odio en internet.

### **Actividad 5.3. Las campañas contra el discurso de odio en internet**

#### ***Campaña “no hate speech”***

El Consejo de Europa puso en marcha en 2013 la campaña europea “No Hate Speech”, contra el discurso de odio y la intolerancia, tanto en Internet como en general en la sociedad. La campaña estaba dirigida a los jóvenes para sensibilizar sobre este fenómeno, informar de su funcionamiento, su desarrollo y sus consecuencias, así como para dar visibilidad a los jóvenes que fuesen víctimas, y trabajar por crear discursos alternativos al de odio.

En España, el Instituto de la Juventud, Injuve, fue el organismo encargado de desarrollar esta Campaña desde su lanzamiento hasta finales de 2017 que abarcó su extensión, y cuyos recursos han servido de base para desarrollar la iniciativa que se lleva a cabo en la actualidad, y que continúa el trabajo contra el discurso de odio, la discriminación y el radicalismo a través de la educación en derechos humanos y la tolerancia. (extraído de *La campaña No Hate Speech | Injuve, Instituto de la Juventud.*)

La meta principal de esta campaña es movilizar a los jóvenes europeos, creando un movimiento social contra el discurso del odio en internet (No Hate Speech Movement). Para ello, esta campaña se marcó cuatro objetivos específicos:

- reducir el nivel de aceptación del discurso del odio offline y online;
- prevenir y contrarrestar este problema con la educación en derechos humanos;
- sensibilizar sobre los riesgos que entraña la propagación del discurso del odio para la democracia y el bienestar de los jóvenes;
- desarrollar y diseminar herramientas y mecanismos para denunciarlo, entre los que destacan el Observatorio de Discurso de Odio (Hate speech Watch), que permite que los usuarios remitan casos de discurso de odio que hayan identificado en las redes u en otros espacios digitales.

A continuación, se facilita el enlace a la campaña para poder visualizarla:

<https://youtu.be/0JachJQflkw>

### ***Campañas afirmativas***

Las campañas afirmativas tienen como objetivo presentar a las minorías de manera positiva al público en general para prevenir comportamientos discriminadores.

– Campaña **“Yo no soy trapacero”**,

Entre otras podemos destacar la campaña **“Yo no soy trapacero”**, que protestaba contra la imagen negativa de los gitanos que difunde la Real Academia Española (RAE):

<https://youtu.be/DqBvpWbmdkQ>

– Campaña **“El islam es peace”**

Con respecto a las personas musulmanas, destaca la campaña británica **“El islam es paz”**, centrada en proporcionar información sobre el islam y las personas musulmanas, que desmonte los abundantes prejuicios sobre esta religión y sus practicantes.

– Campaña **“no en mi nombre”**



Ocurrió tras el *ataque a la revista satírica Charlie Hebdo* y ha vuelto a ocurrir ahora. Cada vez que un atentado terrorista pone en el ojo de mira a los musulmanes, los integrantes de esta comunidad alzan la voz en las redes sociales para romper el estigma.

#NotInMyName fue el hashtag utilizado y que ha resurgido tras los atentados de París tal y como puede verse en la anterior imagen. La ONG británica *Active Change Foundation* ya lo había utilizado en septiembre de 2014 cuando lanzó un vídeo en el que musulmanes británicos explicaban por qué el ISIS no los representaba. (<https://youtu.be/wfYanI-zJes>). Tanto el vídeo como las fotos de esa campaña han acompañado de nuevo los mensajes de quienes abogan por la paz y no quieren ser señalados por motivos religiosos.

Los musulmanes hispanohablantes también han popularizado la etiqueta #NoEnMiNombre con reflexiones y lemas actualizados tras lo ocurrido en París. El miedo a que se

desate una corriente de islamofobia está, una vez más, entre sus principales preocupaciones.

– Campaña “**no more haters**”

Según el Ministerio del Interior, más de la mitad de los delitos de odio conocidos por las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado se han producido en internet, seguidos de las redes sociales, la telefonía y los medios de comunicación social.

Para luchar contra los mensajes de odio nace **NO MORE HATERS**, un proyecto de la **Fad y Maldita.es** con el apoyo de Google.org a través de su programa Impact Challenge. El objetivo es llegar a 35.000 adolescentes de entre 14 y 29 años para que sean conscientes de la importancia de generar discursos responsables libres de odio, basados en la inclusión y en el respeto.

¿Por qué centrarnos en los jóvenes? De los delitos de odio registrados en 2019 en España, casi la mitad de los autores tenían menos de 26 años, según datos del Ministerio de Interior.

Dentro de este proyecto, **Fad y Maldita.es** pondrán en marcha una investigación que dibujará un diagnóstico de la situación y que se basará en entrevistas con expertos, grupos online con adolescentes y jóvenes y seguimiento de redes sociales para identificar y analizar este tipo de mensajes.



NO MORE HATERS también se apoya en una app con la que adolescentes y jóvenes pueden identificar y denunciar mensajes de odio que encuentren en la red o en su entorno más cercano. El objetivo es que 15.000 estudiantes de Secundaria y 20.000 jóvenes de hasta 29 años la utilicen en su rutina diaria y les sirva también reconocer este tipo de mensajes, que no siempre son tan fáciles de identificar. Con una sencilla evaluación previa y posterior, y pruebas específicas para saber cómo resolver conflictos y generar discursos alternativos basados en el respeto, los adolescentes y jóvenes tendrán herramientas para enfrentarse a este tipo de situaciones.

Se trata, en definitiva, de que busquemos soluciones y luchemos contra el odio, con mensajes inclusivos, integradores y que fomenten la igualdad dentro una sociedad diversa.

Se puede acceder al contenido de la app en el siguiente enlace:

<https://play.nomorehaters.es>

En caso de que no sea posible la utilización de ordenadores para esta actividad, se puede descargar el contenido en papel para realizar los juegos con el grupo de participantes.

A modo de ejemplo, se describe uno de los juegos propuestos:

**“Verdad o Bulo”**. Se trata de aprender a diferenciar entre la verdad y la desinformación. Se presentan una serie de frases, algunas falsas y otras reales. El grupo tendrá que identificar el bulo. También facilitan la fuente de información para desmontar el bulo.

A continuación, se presenta un extracto del contenido que podemos encontrar en la app:

- LOS GITANOS TIENEN TENDENCIA A ROBAR.

Es falso que los gitanos tengan tendencia a robar. Es un discurso de odio hacia esa comunidad.

- TODOS LOS EXTRANJEROS MENORES DE 23 AÑOS QUE LLEGAN A ESPAÑA COBRAN 664 EUROS SOLO POR EL HECHO DE SER EXTRANJEROS.

Falso. Es un discurso de odio hacia los extranjeros.

- PARA COBRAR LA PRESTACIÓN POR DESEMPLEO HAY QUE SER DE NACIONALIDAD DISTINTA A LA EXTRANJERA.

Falso. Es un discurso de odio hacia los extranjeros.

Fuente: [https://www.eldiario.es/desalambre/espanol-excluye-recibir-prestacion-desempleo\\_1\\_6013781.html](https://www.eldiario.es/desalambre/espanol-excluye-recibir-prestacion-desempleo_1_6013781.html)

- LOS NIÑOS DE FAMILIAS LGTBI CRECEN CON PROBLEMAS MENTALES Y DE IDENTIDAD DE GÉNERO.

Falso. Es un discurso de odio hacia estas familias.

Fuente: *Cinco bulos sobre las personas LGTBI que la ciencia ha desmentido* (nobot.com)

- HISTÓRICAMENTE LOS JUDÍOS HAN SIDO PRESTAMISTAS Y ESO EXPLICA QUE SUELAN SER AVAROS.

Falso. Es un discurso de odio hacia los judíos.

- EL GOBIERNO QUITA LA RELIGIÓN CATÓLICA DE LA EDUCACIÓN, PERO SE PODRÁ ELEGIR LA ISLÁMICA.

Falso. Es un discurso de odio hacia esta comunidad.

Fuente: *Islam en los colegios: los bulos que atacan a los musulmanes en España por una asignatura que está aprobada desde 1992* · Maldita.es - Periodismo para que no te la cuelen.

- LOS MUSULMANES SUELEN SER RADICALES PORQUE SE LO DICE SU RELIGIÓN.

Falso: es un discurso de odio hacia esta comunidad.

- LOS MUSULMANES DEMANDARÁN A ESPAÑA POR LAS PROCESIONES DE SEMANA SANTA.

FALSO

Fuente: *No, los musulmanes no “demandarán a España” por las procesiones de Semana Santa* · Maldita.es - Periodismo para que no te la cuelen.

#### **Actividad 5.4. Construyendo la realidad. (adaptado de <https://dinamicas-grupales.com.ar/dinamicas-de-coleccion/4-dinamicas-para-trabajar-el-pensamiento-critico/>)**

Es necesario dotar de herramientas a las personas para desarrollar un pensamiento crítico adaptado a la era digital. En este sentido, cuestionar la información que aparece en internet y aprender a buscar evidencias que aporten las opiniones expresadas es central para proteger a los más jóvenes contra el “populismo digital” o formas diversas de discurso de odio.

El objetivo para trabajar el pensamiento crítico es identificar que la realidad es una construcción social y detectar que el contexto influye en como percibimos el mundo.

El Equipo Multidisciplinar deberá formar cuatro subgrupos a los que le entregará una serie de ejercicios para realizar en 5 / 10 minutos.

A cada equipo se le entregará una de las imágenes que se adjuntan a continuación y se les solicitará que identifiquen características.

¿Cuál es el de menor estatura, el más delgado, el de mayor estatura, el más gordo, y el que posee más fuerza?

Imagen 1

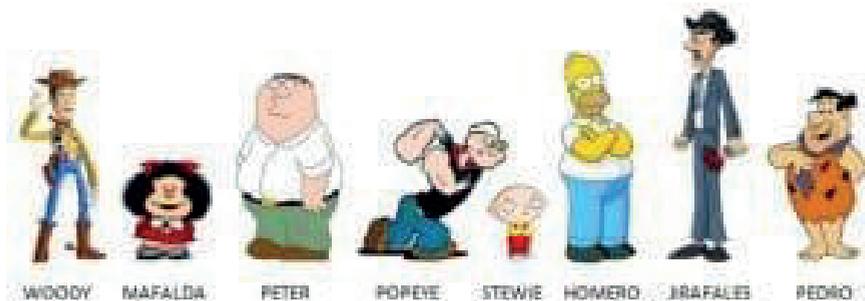


Imagen 2

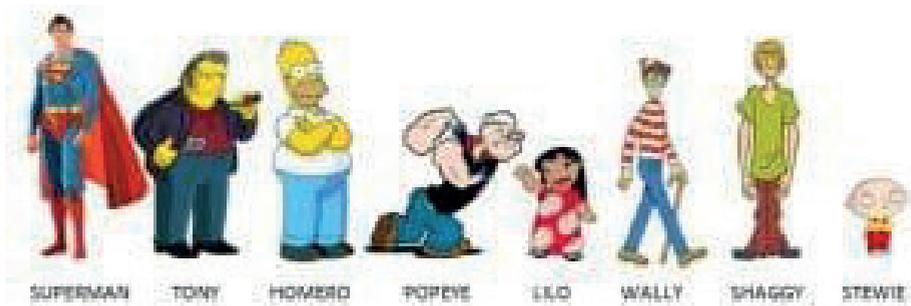


Imagen 3



Imagen 4



Al concluir la actividad cada equipo habrá realizado su elección y los personajes seleccionados no serán los mismos porque el grupo de personas es diferente en cada grupo de imágenes.

Se plantea un espacio de reflexión,

- ¿por qué el personaje Jirafales es el más alto para un equipo, pero no para otros?
- ¿Qué se modificó?
- ¿Cómo influye el contexto en cómo categorizamos las cosas?

- ¿La idea de alto, bajo y gordo dependen del contexto?
- ¿Tenemos en cuenta cómo impacta el contexto en nuestras decisiones de la vida diaria? Parece sencillo identificar y categorizar aquellas cosas que se pueden medir, pesar y calcular, pero
- ¿qué pasa con aquellas cosas que no se miden, ni se pesan, ni se calculan?

A continuación, a cada grupo se le distribuye la imagen de unas casas para que cada uno elija en

- ¿cuál viviría y por qué?
- ¿en cuál no vivirían y por qué?



- ¿Todos/as han elegido las mismas viviendas o diferentes?,
- ¿Por qué se decidieron por unas y no por otras?
- ¿Qué notaron de diferente en las elecciones realizadas dentro del grupo en relación con la primera actividad (la de los personajes)?

Como última actividad a cada grupo se le entregará una imagen con personalidades importantes del mundo. Cada uno deberá seleccionar las cinco personas más importantes, si las pueden escribir en orden de importancia mejor.

Luego en grupo grande se compartirán las selecciones realizadas,

- ¿Por qué creen que hay diferentes elecciones?,
- ¿Alguna personalidad es «realmente» más importante (por naturaleza) que otras, o la importancia se la otorga quien se la asigna?

### **Actividad 5.5. Cuarenta preguntas para pensar. (extraído de <https://psicologiyamente.com/miscelanea/preguntas-para-pensar>)**

En esta actividad se plantean una serie de preguntas para pensar que nos pueden ayudar a meditar sobre diferentes aspectos de nuestra vida, o bien a elaborar reflexiones más trascendentales.

Desde que tenemos uso de razón, los seres humanos siempre nos hemos planteado incógnitas, algunas de ellas de gran trascendencia y otras mucho más mundanas. El modo en el que afrontamos la incertidumbre habla sobre quiénes somos.

Vamos a ver **diferentes preguntas para pensar y reflexionar sobre diferentes temáticas**, con las que poner a prueba tanto el grado de conocimiento como la gestión de las dudas.

Se recomienda trabajar en pequeños grupos bloques de 8 o 10 preguntas durante 25-30 minutos. Cada subgrupo seleccionará una de las preguntas para plantear al resto de compañeros y compañeras y abrir un debate común.

A continuación, encontrarás una serie de preguntas para pensar que nos pueden ayudar a meditar sobre diferentes aspectos de nuestro día a día, o bien a elaborar reflexiones más trascendentales.

#### **1. ¿Qué sentido tiene la vida?**

Una pregunta muy típica, pero lo cierto es que **es una de las que más ha intrigado al ser humano**. La respuesta es totalmente subjetiva.

#### **2. ¿Cuánto me quiero a mí mismo?**

Aunque pueda parecer un ejercicio de egocentrismo, lo cierto es que muchas personas no se valoran a sí mismas de forma positiva ni saben darse ni apreciarse como merecen. **Pensar sobre este tema nos ayudará** a ver si nos estamos subestimando o sobreestimando en alguna medida.

#### **3. ¿Es mejor ser un humano insatisfecho o un cerdo satisfecho?**

Esta pregunta, proveniente de una frase de **Stuart Mill**, discute si es preferible permanecer en el desconocimiento pero siendo feliz y conformándose con lo que ya tenemos y sabemos o si por otro lado no es mejor investigar, reflexionar y conocer el mundo aunque ello nos haga ver realidades que nos hagan infelices.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que una cosa no quita la otra: **podemos sentirnos desgraciados sin saber lo que pasa en el mundo** o ser inmensamente felices siendo sabios y sabiendo cómo funciona éste.

#### 4. **¿Existe el destino o lo creamos nosotros con nuestros actos?**

Esta pregunta es controvertida y ha conducido a lo largo de la historia a **múltiples discusiones filosóficas**. Por un lado, hay quienes opinan que todo está escrito y que sucederá lo que tiene que suceder hagamos lo que hagamos. Otros consideran que no hay nada preestablecido y que todo depende de los actos que llevemos a cabo. Asimismo, podemos encontrar creencias intermedias.

#### 5. **¿Qué puedo saber?**

Podemos informarnos de una gran cantidad de temas y aspectos en nuestro día a día, así como llegar a dominar distintas habilidades y técnicas. Pero, ¿podemos conocerlo todo? ¿Qué es realmente lo que puedo llegar a saber o conocer?

#### 6. **¿Qué debo hacer?**

Uno de los motivos de mayor angustia del ser humano es la incertidumbre, el miedo a lo que podría pasar o el desconocimiento de cuál es su papel en el mundo o en la situación concreta de la que se esté hablando. Qué hacer y cómo actuar son dudas que **puede llegar a preocuparnos en gran medida**.

#### 7. **¿Qué me cabe esperar?**

**Las expectativas respecto a lo que podemos esperar de la vida**, de nosotros mismos o de los demás son otro elemento sobre el que podemos pensar y reflexionar. Esta y las dos preguntas anteriores han sido realizadas por gran cantidad de personas a lo largo de la historia, como por ejemplo Kant.

#### 8. **¿Qué es peor, fracasar o no haberlo intentado?**

**A veces no actuamos en búsqueda de lo que queremos por miedo a fallar** y a las consecuencias de hacerlo, entre otros posibles motivos. Pero, aunque podamos fracasar, ¿acaso no es mejor al menos intentarlo y quitarnos la duda de lo que hubiese podido pasar en caso de haberlo hecho?

#### 9. **¿Cómo hemos cambiado con los años?**

Con el paso del tiempo los seres humanos cambiamos continuamente. **Aunque nuestra personalidad pueda mantenerse más o menos estable**, vivimos diferentes experiencias, maduramos, somos felices y sufrimos, lo que a la larga genera cambios. Desde que éramos niños hasta ahora, ¿qué cambios hemos hecho y por qué?

#### 10. **¿Hasta dónde podemos llegar para alcanzar nuestros sueños?**

Cabe preguntarse qué seríamos capaces de hacer para lograr cumplir nuestros más profundos deseos, el tiempo y esfuerzo que seríamos capaces de ocupar en ello y si existen o no límites para lograrlos. Una de esas preguntas para pensar que **nos hacen reflexionar sobre nuestro potencial**.

### **11. ¿A qué actividades deberíamos dedicarles menos tiempo del que hacemos y a cuáles más?**

Es frecuente que en general tendamos a utilizar grandes cantidades de nuestro tiempo en cosas no excesivamente importantes y mientras descuidemos otras de gran valor para nosotros. Pensar sobre ello nos puede **ayudar a revalorizar cada uno de los aspectos que llevamos a cabo.**

### **12. Si pudiéramos ver nuestro futuro... ¿querríamos conocerlo?**

De manera semejante a lo que ocurre con la idea del destino, se plantea que por un lado conocer nuestro futuro puede ser curioso y nos puede ofrecer esperanza, pero por otro podemos encontrarnos con algo que no querríamos conocer, además de romper la ilusión de lograr las cosas poco a poco sin saber dónde acabaremos.

Por no decir que conocer lo que puede ocurrir en el futuro podría alterar nuestra conducta de manera que éste nunca llegara a suceder.

### **13. ¿Cuánto de lo que tenemos necesitamos realmente?**

Vivimos en una sociedad en la que se promueve y se precisa el consumo constante de bienes y servicios por parte de la población para lograr que esta funcione correctamente. Pero ¿realmente **necesitamos todo lo que consumimos o adquirimos?** ¿realmente lo queremos?

### **14. ¿Qué valores guían nuestra conducta?**

Cada uno de nosotros tiene su propio sistema de valores y creencias que hace que actuemos de determinada manera, pero a menudo no somos completamente conscientes de él. Hacemos algo porque sentimos que es lo correcto (o no, lo que generaría **disonancia cognitiva**), sin plantearnos exactamente el porqué.

Por ello resulta útil valorar qué tipo de elementos nos mueven. Y aunque **los valores pueden ser personales**, son en su mayoría adquiridos social y culturalmente, de manera que podemos también valorar qué tipo de valores imperan en nuestro entorno, sociedad y cultura.

### **15. ¿Qué me apasiona?**

Pregunta en apariencia sencilla pero que para muchas personas es difícil de responder. Podemos decir fácilmente cosas que más o menos nos gustan o disgustan, pero... ¿qué tipo de actividades o estímulos realmente nos hacen vibrar? **¿Qué nos hace sentir vivos?**

### **16. ¿Por qué parecemos no aprender de los errores del pasado?**

Esta pregunta puede hacerse a nivel personal, a nivel de sociedad o incluso a nivel de humanidad. Continuamente nos encontramos con situaciones semejantes a las que se han vivido anteriormente, tras las cuales nos prometemos corregir nuestros errores y finalmente volvemos a caer en ellos. **Relaciones sociales y de pareja o empleo**

**son ejemplos típicos.** También se puede ver como se repiten los mismos patrones en guerras y conflictos bélicos.

### **17. ¿Existe un límite para lo que podemos lograr?**

En la antigüedad nadie creía que el ser humano pudiera llegar a volar. Tampoco que pudiéramos llegar al espacio. O vivir hasta los ochenta años. Se trata de supuestos límites que poco a poco el ser humano ha podido ir superando. ¿Existe realmente algo a lo que no podamos llegar con suficiente tiempo o paciencia?

### **18. ¿Vivimos o sobrevivimos?**

En la sociedad actual, el ser humano tiende a limitarse a hacer lo que se supone que debe hacer, **estableciendo patrones de comportamiento relativamente rígidos** y abandonando a menudo sus aspiraciones y sueños en pos de la estabilidad. Muchas personas se limitan, en realidad, a sobrevivir sin buscar aquello que les haga sentirse vivos, o aquello que realmente quieren o les gustaría lograr. ¿Y nosotros? ¿Vivimos o sobrevivimos?

### **19. ¿Qué hacemos para mejorar el mundo?**

Conocer nuestro papel en la vida puede ser complicado, pero la mayoría de personas busca ser una presencia que mejore el mundo de alguna manera. No hace falta hacer grandes gestas sino hacer del mundo un lugar mejor para los demás, aunque sea para nuestro entorno cercano.

### **20. ¿Qué nos define como seres humanos?**

Es fácil decir que somos seres humanos. Pero ¿qué implica serlo? ¿qué es lo que hace a alguien o a algo humano? En este sentido cabe plantearse, por ejemplo, si un androide podría llegar a ser humano y por qué si o no podría considerarse como tal. Se trata de **una de las preguntas para pensar que tocan el tema de lo existencial.**

### **21. ¿Cambiarías algo de tu historia?**

Nuestra vida tiene sus luces y sus sombras, sus momentos de felicidad y de dolor. Para bien o para mal todo ello nos ha conducido al punto en el que estamos ahora mismo, y alterarlo nos pondría en una situación diferente de la actual. ¿Cambiaríamos algo de lo que hemos vivido?

### **22. ¿Qué le falta a la sociedad de hoy en día?**

**Nuestra sociedad tiene sus virtudes y sus defectos.** Plantearnos que le falta nos hará ver qué consideramos valioso y nos puede hacer pensar en maneras de implementarlo.

### **23. ¿Es bueno que todo cambie continuamente?**

Vivimos en una sociedad líquida y fluida, siempre cambiante. Ello puede ser positivo para muchos en muchos aspectos. Pero, aunque el cambio es positivo, tal vez se produce de

una forma excesivamente acelerada (si bien en algunos aspectos sigue habiendo gran inmovilismo), lo que puede generar la pérdida de referentes estables en los que asentarnos.

#### **24. ¿Qué les sucede a las relaciones? ¿Se ha perdido el romanticismo?**

Las relaciones personales, tanto sociales como de pareja, han sufrido un cierto declive. **Vivimos en una sociedad cada vez más individualista, fría, superficial y materialista**, en la que no es raro sentirse (que no estar) solo/a a pesar de estar rodeado de gente o bien utilizado/a por los demás para su propio beneficio.

#### **25. ¿Hacia dónde nos encaminan nuestros actos?**

La pregunta básicamente plantea reflexionar sobre hacia donde conducen nuestras acciones, tanto como individuo como como especie.

#### **26. ¿Por qué consideramos una locura aquel tipo de pensamiento que no coincide con el nuestro?**

El ser humano tiende a pensar que su manera de ver el mundo es la correcta. Es algo lógico y normal, al fin y al cabo, es **la explicación que uno mismo da a las cosas y que han ido elaborándose mediante la experiencia**.

Pero debemos tener en cuenta que es lo mismo para el resto del mundo. Y, de hecho, mi explicación de la realidad no es ni mejor ni peor que la de otro, simplemente es diferente. Otras aproximaciones pueden, de hecho, ser mucho más adaptativas y positivas que la nuestra, y tener suficiente flexibilidad para reconocerlo e introducir modificaciones en nuestra manera de ver la realidad.

#### **27. ¿Tenemos prejuicios?**

La mayoría de nosotros responderá rápidamente a esta pregunta que no. ¿Pero es verdad? A menudo existen más prejuicios de los que parece, y de muchos de ellos **ni siquiera somos conscientes**. Pensar sobre este tema puede conducirnos a identificar y combatir muchos de ellos.

#### **28. ¿Hay algo que sea eterno?**

A lo largo de nuestra vida nos encontramos con frecuencia que todo tiene un inicio y un final, incluyendo nuestra propia existencia. ¿Existe algo que dure para siempre?

#### **29. ¿Qué nos hace ser felices?**

Una pregunta que todo el mundo se ha hecho alguna vez es el cómo podemos lograr o potenciar la felicidad propia y/o ajena. Sin embargo, **no existe una respuesta clara** que no sea una generalidad: todo depende la persona, su concepción de felicidad, sus creencias y valores, entre otros aspectos.

#### **30. ¿Cómo funciona el mundo?**

Se trata de una de las cuestiones que más cantidad de reflexión ha generado en el ser humano, naciendo la ciencia principalmente para intentar responderla.

### **31. ¿Cuál es el mejor sistema educativo posible?**

Tal vez tengas dudas legítimas sobre si el sistema educativo imperante en Occidente es realmente respetuoso con los niños y sus genuinas formas de aprender.

### **32. ¿Soy tantas personas como seres humanos tienen una impresión de mí?**

Una duda relativista que puede hacernos pensar en la forma en la que otros nos valoran.

### **33. ¿Por qué los seres humanos tratamos mal a los animales?**

Muchos alegarán que debemos alimentarnos y la proteína de los animales es insustituible. Esto puede sonar razonable, pero, ¿realmente estamos haciendo todo lo posible para que los animales vivan en paz y armonía?

### **34. ¿Es mejor ser de derechas o de izquierdas?**

Progresismo contra conservadurismo, y millones de argumentos a favor y en contra de cada postura política.

### **35. ¿Tiene algún fin el hombre?**

¿Estamos diseñados para una especie de objetivo trascendental? ¿O somos esclavos de un libre albedrío sin sentido?

### **36. ¿Qué es la religión?**

Una pregunta existencial que todos nos hemos hecho alguna vez. ¿Para qué sirve la religión? ¿Debemos creer en algo? ¿Y si creemos en algo, las enseñanzas deben estar mediadas por una institución formada por hombres y mujeres de carne y hueso?

### **37. ¿Todo ser humano vale lo mismo?**

¿Todos valemus igual, o hay motivos para pensar que algunas personas merecen una consideración especial?

### **38. ¿Por qué existe el sexismo?**

Es posible plantearse cuáles son los motivos para que exista discriminación entre seres humanos.

### **39. ¿Cuál es el personaje histórico más execrable?**

¿Quién hizo más daño a la humanidad, y por qué?

### **40. ¿Las cosas tienen un sentido por sí mismas, o somos los humanos los que damos sentido a lo que percibimos?**

Una pregunta filosófica que nos puede hacer pensar y reflexionar durante horas.

El Equipo Multidisciplinar planteará al grupo una serie de cuestiones como:

– ¿Qué conclusiones sacamos de esta actividad?

- ¿Qué hemos aprendido?
- ¿Por qué es importante reflexionar sobre aspectos cotidianos de la vida?

Se destacará:

- la importancia de plantearnos cuestiones sencillas de la vida ya que nos pueden ayudar a conocernos mejor y a tomar decisiones trascendentales.
- la posibilidad de replantearnos pequeños cambios que nos ayuden a mejorar como personas.

### **Actividad 5.6. Reflexionando sobre nuestro estilo de vida**

Para finalizar proyectaremos el vídeo “La eterna juventud de la tribu Hunza” como ejemplo de cómo elegir un determinado estilo de vida es determinante en nuestra salud física y mental.

[https://youtu.be/XJBg\\_4Gh6rg](https://youtu.be/XJBg_4Gh6rg)



*A 2.400 metros de altura, en el valle del río Hunza de Pakistán, habitan los wakhi y los burusho, quienes se han convertido en el paladín de la dieta vegetariana debido a que supuestamente gracias a ella no padecen enfermedades y viven muchos más años que el resto de los humanos. El secreto de los hunza se encuentra en una dieta basada en frutos*

*e hidratos de carbono, sin apenas proteínas. En verano comen frutas y verduras crudas; en invierno, albaricoques secos, granos germinados y queso de oveja. Además, dicen llevar un estilo de vida muy activo, incluso las personas de más edad, y no tienen ningún problema en darse un chapuzón, aunque el termómetro marque varios grados bajo cero.*

Para estimular el debate se pueden plantear las siguientes cuestiones:

- ¿Qué te sugiere este video?
- ¿Estamos satisfechos con nuestro estilo de vida?
- ¿Qué cuestiones podemos cambiar en nuestro día a día para mejorar nuestra salud física y mental?

# Despedida y cierre

## DESPEDIDA Y CIERRE



### Actividad final. Compartiendo con nuestras familias

Como actividad final de este taller se propone organizar una **convivencia con las familias** de los y las participantes del grupo.

A estas alturas el grupo ha creado un espacio de convivencia intercultural positivo y está preparado para compartirlo con sus familias.

El Equipo Multidisciplinar organizará esta actividad junto con el grupo de participantes, teniendo en cuenta los intereses de la mayoría y permitiendo a cada participante tener su espacio para colaborar en la organización de este día.

Como sugerencia para esta actividad se recomienda:

- Al inicio de la jornada se realizará una presentación a las familias del trabajo realizado durante el tiempo de duración del taller. La presentación correrá a cargo de algún/a participante.
- Cada participante presentará a su familia al menos a otro compañero/a y viceversa.
- Degustación de algunos platos típicos de los países de origen participantes. Si esto no fuera posible, se sustituirá en función de las posibilidades de cada centro.
- La convivencia se amenizará con música seleccionada por el grupo de participantes.





## Referencias bibliográficas

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allport, G. (1954). *La naturaleza del prejuicio*. Editorial universitaria de Buenos Aires.
- Atran, S. (2015). "Mindless terrorists? The truth about Isis is much worse". *The Guardian*. Recuperado de: <http://www.theguardian.com/commentisfree/2015/nov/15/terrorists-isis>.
- Atran, S., Sheikh, H. y Gómez, A. (2014). "Devoted actors sacrifice for close comrades and sacred cause". *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 111, 17702–17703.
- Atran, S., Sheikh, H. y Gómez, A. (2014). "For cause and comrade: Devoted actors and willingness to fight". *Clodynamics*, 5, 41–57.
- Bernabé Villodre, M. (2012). La comunicación intercultural a través de la música. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 5(10), 87-97. Disponible en: <http://www.cepcuevasolula.es/espisal>.
- Bourdieu, P. (1993). *Deporte y clase social*. En J. Barbero (Ed.), *Materiales de Sociología del deporte* (pp. 57-82). Madrid, España: La Piqueta.
- Brainard, J. (1970) *I remember*. Publicado por NY: Angel Hair Books.
- Brewer, M.B. y Brown, R.J. (1998). *Relaciones intergrupales*.
- Cabo Isasi, A y García Juanatey, A (2017). *Contrólate en las redes*. Disponible en: [https://ajuntament.barcelona.cat/bcnvsodi/wp-content/uploads/2018/01/Informe\\_discurso-de-lodi\\_CASTELLA.pdf](https://ajuntament.barcelona.cat/bcnvsodi/wp-content/uploads/2018/01/Informe_discurso-de-lodi_CASTELLA.pdf)
- Consejo de Europa (2008). *El Libro Blanco sobre el Diálogo Intercultural "Vivir juntos como iguales en dignidad"*.
- Cook, S. W. (1978). *Interpersonal and attitudinal outcomes in cooperating interracial groups*.
- Festinger, L. (1954). *Una teoría de la comparación social*. pp. 117-140.

Fredman, L.A., Buhrmester, M. D., Gómez, A., Fraser, W. T., Talaifar, S., Brannon, S. M., & Swann, W. B. (2015). *Identity fusion, extreme pro-group behavior, and the path to defusion. Social and Personality Psychology Compass*.

García Campayo, Javier (2020). La compasión en las tres grandes religiones monoteístas Disponible en: <https://www.javiergarciacampayo.com/post/la-compasion-en-las-tres-grandes-religiones-monoteistas>).

Ginges, J. y Atran, S. (2014). *“Sacred values and cultural conflict”*. En M. J. Gelfand, C. Y. Chiu, e Y. Y. Hong (Eds.), *Advances in Culture and Psychology (Volume 4)*. New York: Oxford University Press.

Gobierno de España. GUÍA PRÁCTICA DE LEGISLACIÓN DELITOS DE ODIOS. Disponible en: <legislacionDelitosVinculando.pdf> ([inclusion.gob.es](http://inclusion.gob.es))

Goetz y cols. (2010). Disponible en: <https://library.co/article/el-reencuentro-cient%C3%ADfico-con-la-compasi%C3%B3n.y90kg4vy>

Gómez, A., López-Rodríguez, L., Vázquez, A., Paredes, B. y Martínez, M. (2016). “Morir y matar por un grupo o unos valores. Estrategias para evitar, reducir y/o erradicar el comportamiento grupal extremista”. *Anuario de Psicología Jurídica*.

Gorka y cols (2000). *Materiales para la educación de los derechos humanos*.

Gurpegui, J (2000). *El relato de la desigualdad. Estereotipo racial y discurso cinematográfico*. Zaragoza: Ediciones tierra AC.

Instituto de la Juventud, Injuve. *La campaña No Hate Speech*.

Jimenez Frías, R y Aguado M.T. (2002). *Pedagogía de la diversidad*. Madrid: UNED.

Jugl y cols. (2001) *The European Journal of Psychology to legal Context*; Vol. 13, No 1 (Año 2021).

Kruglanski, A., Webber, D., Jasko, K., Chernikova, M., Molinario, E. (2018). “The Making of Violent Extremists”. *Review of General Psychology*, vol. 22.

Lleixà, T., y Soler, S. (2004). Capítulo de presentación. En T. Lleixà y S. Soler (Eds.), *Actividad física y deporte en sociedades multiculturales: ¿Integración o Segregación?* (pp.9-12). Barcelona, España: Horsori.

Mancera-Valencia, F. (2020). *Patrimonio Cultural Gastronómico: Consideraciones Teóricas*. *Revista Diversidad*. Segunda Época. Año X. No. 18. Chiapas, México.

Martinez-Salanova, E (2008). *Cine y migraciones en España*. (<http://www.uhu.es/cine.educacion>).

Molina, F. (2010). *Deporte, Interculturalidad y Calidad de Vida: nuevos modelos de integración social*. Anduli. *Revista Andaluza de Ciencias Sociales*, 9, 165-173.

Osofsky, M. J., Bandura, A. y Zimbardo, P. G. (2005). “The role of moral disengagement in the execution process”. *Law and Human Behavior*, 29.

- Pettigrew (1998). Teoría del contacto integrupal.
- Pettigrew y Tropp (2006). A Meta-Analytic Test of Intergroup Contact Theory.
- Rodríguez, A. (2008). El deporte en la construcción del espacio social. Madrid, España: Centro de investigaciones sociológicas.
- Rodríguez-Caballeira, A. (2004). "La actuación de las sectas coercitivas". Eguzkilore, nº 18, pp. 247-268.
- Sousa J. (2021). El arte en la promoción de la educación intercultural en contextos escolares. *European Scientific Journal*, ESJ, 17 (26), 13. <https://doi.org/10.19044/esj.2021.v17n26p13>
- Sousa, J., Lopes, M.S.P. & Kowalski, M. (2020). Educação Artística: Intervenção e Investigação em Contextos Escolares. Leiria: Escola Superior de Educação e Ciências Sociais – Politécnico de Leiria. Disponível em [https://www.ipleiria.pt/eseecs/wpcontent/uploads/sites/15/2020/06/Livro\\_Educacao\\_Artistica.pdf](https://www.ipleiria.pt/eseecs/wpcontent/uploads/sites/15/2020/06/Livro_Educacao_Artistica.pdf)
- Tajfel, H. (1981). *Human groups and social categories: Studies in social psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). La teoría de la identidad social del comportamiento intergrupar.
- Tetlock, P. E., Kristel, O. V., Elson, S. B., Green, M. C. y Lerner, J. S. (2000). "The psychology of the unthinkable: Taboo trade-offs, forbidden base rates, and heretical counterfactuals". *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 853–870.
- UNESCO (2001). Informe mundial sobre cultura 2000-2001. Diversidad cultural, conflicto y pluralismo. España: UNESCO/ Mundiprensa.





GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DEL INTERIOR

SECRETARÍA  
GENERAL  
DE INSTITUCIONES  
PENITENCIARIAS