

Guías Didácticas

# JUVENTUD ACTIVA FRENTE A LOS RUMORES



EDITA:

**CO**DaPa

Ángel Madero Arias y Azahara Leal del Pozo  
- Andalucía Acoge -



### **Edita**

CODAPA  
Camino de Santa Juliana, 3  
C.E.P. Granada  
18016 Granada  
Tlf.: 958 20 46 52  
Móvil: 605 82 84 92  
[www.codapa.org](http://www.codapa.org)  
[secretaria@codapa.org](mailto:secretaria@codapa.org)  
[prensa@codapa.org](mailto:prensa@codapa.org)

### **Subvencionado por la Consejería de Educación y Deporte**

**Coordinación**  
Comisión de Comunicación  
CODAPA  
Leticia Vázquez Ferreira

**Autoría**  
Ángel Madero Arias  
Azahara Leal del Pozo  
Federación Andalucía Acoge

### **Diseño e ilustración**

Raúl Lucas | Pájarocirco Producciones

### **Impresión**

Gandulfo Impresiones

### **ISBN**

978-84-09-25037-0

### **Depósito Legal**

SE-2148-2020

## Índice

|  |    |
|--|----|
| Introducción. ¿Por qué una guía para prevenir y dotar de herramientas a la juventud frente a los rumores?..... | 5  |
| Objetivos.....   | 7  |
| Orientaciones metodológicas.....   | 8  |
| Contenido teórico base para el desarrollo de las sesiones.....   | 9  |
| Desarrollo de las sesiones.....  | 13 |
| 1ª Sesión.....   | 15 |
| 2ª Sesión.....   | 18 |
| 3ª Sesión.....   | 21 |
| 4ª Sesión.....   | 22 |
| 5ª Sesión.....   | 24 |
| Recursos para ampliar.....   | 28 |



## Introducción.

# ¿Por qué una guía para prevenir y dotar de herramientas a la juventud frente a los rumores?

Creemos firmemente en las palabras de Marjane Satrapi: **“La educación es un arma de construcción masiva”**.

Para ello, es fundamental la participación comprometida y, en la misma dirección, de todas las personas que formamos la comunidad educativa: niñas, niños, jóvenes, familias, profesorado, Personal de Administración y Servicios (P.A.S) y el entorno comunitario.

Además del compromiso, participación e implicación, hemos de ser conscientes y asumir la evolución continua de los retos a los que nos enfrentamos y a los que debemos dar respuesta. Para ello, es importante que se cuente con las voces de todas las personas implicadas, porque cada persona desde

su posición ofrecerá una perspectiva complementaria y necesaria para construir.

Uno de los retos a los que nos enfrentamos es el aumento y en cierto modo “normalización” de discursos y actitudes abiertamente xenófobas y racistas. Este es un hecho que está afectando gravemente a la convivencia en los barrios, aumentando la desconfianza entre vecinas y vecinos, y afectando del mismo modo a la convivencia en los centros educativos.

Ya hace más de una década que España cayó en una crisis económica que se mantiene a lo largo del tiempo, agravada aún más, si cabe, por la pandemia Covid-19. En este contexto de desmontaje del Estado de

Bienestar -que afecta, a diferente escala, a todos los países de la Unión Europea- aparecen en los países de nuestro entorno discursos abiertamente xenófobos, que han conseguido aprovechar el sentimiento de desencanto actual para tener calado en amplios sectores de la población. Estos nuevos discursos racistas se construyen sobre el hartazgo y la angustia de la ciudadanía.

Los nuevos discursos xenófobos están calando en la sociedad española con la misma virulencia que en otros países europeos y del resto del mundo. Por lo tanto, tenemos por delante el reto de idear estrategias para desmontarlos y minimizar su impacto. Uno de los

elementos que alimentan este tipo de discursos son las desinformaciones y rumores que señalan a determinados colectivos (migrantes, feministas, LGBTIQ+...). El colectivo migrante es, quizás, el más señalado por este tipo de mentiras. Esos rumores se basan y retroalimentan en estereotipos y prejuicios y son utilizados como válvula de escape al descontento y frustración de una parte importante de las personas que sufren los efectos negativos de la situación económica del país. En la mayoría de las ocasiones el rumor enmascara el miedo y la necesidad de encontrar respuestas sencillas a situaciones que son extremadamente complejas. Los rumores, que se propagan con una

gran rapidez, no aguantan una mínima confrontación con los datos reales, pero se alimentan de una parte emocional que es mucho más compleja de desmontar.

Este miedo alimentado por el desconocimiento, es una combinación que difícilmente casa con los principios de la escuela inclusiva y transformadora, y con el papel privilegiado de la escuela en los procesos de inclusión y fomento de una convivencia positiva.

Por otro lado, es necesario que pongamos en valor el potencial transformador de la juventud, acercándoles a otras realidades, pero también incentivando su imagen como elemento cohesionador y dinamizador

de convivencia, tanto en la escuela como en el entorno.

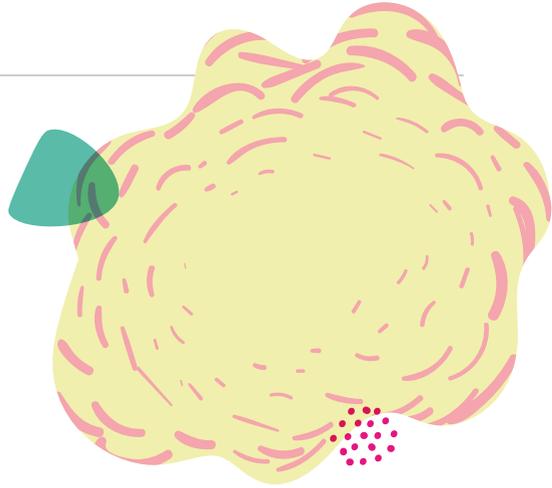
Es por ello, por lo que presentamos esta guía enfocada para acompañar a jóvenes a superar el miedo y el desconocimiento que generan los rumores que dificultan la convivencia y desencadenan situaciones de discriminación. Lo haremos con herramientas prácticas para la toma de conciencia de los estereotipos para combatir los rumores y prejuicios y fomentar el sentido crítico.

Esta herramienta educativa nos ofrece la oportunidad de generar un efecto multiplicador más allá de los grupos con los que trabajamos directamente.



## Objetivos

- Promover el pensamiento crítico y la sensibilización sobre los efectos negativos de los estereotipos, prejuicios y falsos rumores.
- Fomentar la auto-reflexión.
- Trabajar la empatía.
- Motivar para la implicación en la mejora de la convivencia.



## Orientaciones metodológicas

Para el buen desarrollo de las sesiones es importante construir un entorno de confianza, fomentando el vínculo entre la persona que facilita y las personas que componen el grupo, creando un clima adecuado para que, quienes participan, puedan expresar libremente las creencias sin sentirse juzgadas. Para ello, si es un grupo no consolidado, nos puede ayudar iniciar las sesiones con dinámicas de creación de grupo, dinámicas de distensión o dinámicas de confianza. En el apartado de recursos para ampliar encontraremos el enlace al material "100 formas de animar grupos. Juegos para usar en talleres, reuniones y comunidad".

Las diferentes actividades deben ser adaptadas a cada contexto y realidad, conectando lo que trabajamos en las sesiones con lo que las chicas y los chicos viven en su día a día, en su entorno, de esta forma el aprendizaje tendrá un carácter significativo. Es importante que los contenidos sean trabajados a partir de las ideas previas, emociones, inquietudes y necesidades, facilitando la aplicación del aprendizaje en su cotidianidad.

El papel de las personas facilitadoras debe ser acompañar, para que cuestionen la información que les llega y aprendan a identificar la veracidad de la información,

no dejándose llevar por lo primero que escuchan. Para realizar un acompañamiento fructífero nos ayudará tener en cuenta las siguientes realidades:

- **La homogeneidad o heterogeneidad del grupo:**

¿Todas las personas tienen los mismos intereses, comparten las mismas ideas?, ¿todas las personas comparten las mismas vivencias, experiencias?

- **La participación voluntaria u obligatoria.**

No es lo mismo que las personas miembros de un grupo participen en un proceso, una actividad o una charla de forma voluntaria a que su participación no sea elegida. La receptividad y la disposición para el diálogo es mucho mayor cuando las personas se agrupan de forma voluntaria.

- **El liderazgo:** En todos los grupos siempre hay una persona que es líder natural, pero puede haber más de una. El liderazgo es un tema extenso, pero, para este trabajo, es suficiente con saber ahora que la persona que tiene el papel de líder puede ser impuesta (líder jerárquico) o una persona que goza del respeto del grupo porque reúne características que naturalmente "hacen piña". Ayuda mucho para fomentar la comunicación grupal identificar cuanto antes a esa o esas personas.

- **El espacio/contexto:** Adaptar la comunicación al ambiente y el lugar es fundamental para el buen funcionamiento de cada sesión. Por ejemplo, desarrollar las actividades en espacios no reglados y lúdicos tiene un impacto y acogida diferente que si se desarrollan en una clase en horario escolar.

Como método de trabajo, en cada sesión se dedicarán al menos **5 minutos al principio** de la sesión para recordar lo trabajado y las conclusiones obtenidas en la sesión anterior. Así como, antes de finalizar la sesión, se realizará una **recapitulación**, tanto los aprendizajes, como de las emociones que han experimentado en la sesión.

Las actividades están orientadas, principalmente, a jóvenes de entre 13 y 17 años, pero pueden ser, perfectamente, adaptadas para trabajar con grupos de personas adultas.



# Contenido teórico base para el desarrollo de las sesiones

Los prejuicios y rumores sobre personas y comunidades se propagan con una rapidez extraordinaria por la sociedad, acentuándose este fenómeno con el uso de las redes sociales en nuestras vidas. Cualquier persona puede lanzar un mensaje y disfrazarlo de información que, esté contrastada o no, puede convertirse en un fenómeno viral de consecuencias insospechadas.

Es tarea de todas y todos mantener una actitud crítica, cuestionarnos las informaciones que nos llegan y tratar de contrastarlas antes de ayudar a difundirlas.

El desmontaje de un prejuicio es una tarea lenta, que requiere de mucha paciencia y de una actitud positiva. No es fácil contrarrestar los bulos que corren de boca en boca, llegan por WhatsApp desde fuentes desconocidas, o saltan de muro en muro por las redes sociales.

Para poder desmontar los rumores, es imprescindible contar con buena información y una formación adecuada para la comunicación interpersonal: datos objetivos que desmonten las desinformaciones que perjudican a un sector de la población, y un entrenamiento para dialogar de forma constructiva con aquellas personas que difunden los prejuicios que queremos combatir.

En ocasiones, es complicado encontrar datos objetivos y fiables para combatir las desinformaciones. En muchos casos, los datos estadísticos que publican los organismos oficiales están obsoletos, porque su sistematización es excesivamente lenta y al momento de su publicación ya ha cambiado la realidad. Por otra parte, es difícil saber dónde encontrar los datos y cómo interpretarlos, por lo que es necesario acudir a organizaciones expertas que nos brinden una información veraz.

Conscientes de estas dificultades, diversas Administraciones públicas y entidades sociales han puesto en marcha las llamadas “estrategias antirrumores”, que tienen como objetivo formar a “agentes antirrumor” (personas convencidas de que es necesario construir una sociedad en la que no prime el miedo entre vecinas y vecinos). Para facilitar esta tarea, algunas de ellas ponen a disposición de la ciudadanía recursos de fácil acceso donde se pueden encontrar, tanto datos objetivos y actualizados sobre la realidad migratoria, como consejos para interactuar de forma positiva con las personas que están convencidas de la veracidad de una desinformación.

A continuación, vamos a señalar algunas de las estrategias a nivel estatal de mayor recorrido y

que han servido de inspiración en la constitución de otras. En las páginas web de dichas estrategias antirrumores podemos encontrar información veraz para hacer frente a los rumores y una serie de orientaciones, y herramientas para mejorar la comunicación interpersonal, y trabajar la dimensión emocional de los rumores, así como recursos y materiales que nos ayudarán en esta tarea:

- Agencia Stop Rumores. <https://stoprumores.com/>
- Juntas En La Misma Dirección. <https://www.juntasenlamismadireccion.com/>
- La Estrategia BCN Antirrumores. <https://ajuntament.barcelona.cat/bcnacciointercultural/es/estrategia-bcn-antirrumores/que-hacemos-estrategia-antirrumores>
- Getxo antiRUMORES. <https://www.getxo.eus/antirrumores/>

Para trabajar sobre la base en la que se sustentan los rumores, es importante conocer primero algunos elementos clave en la aparición, difusión y permeabilidad de éstos. Nos referimos a conceptos como **estereotipo**, **prejuicio** o **discriminación**. Una vez expuestos dichos conceptos,

vamos a ver los elementos que componen los rumores y algunas de las razones por las que son tan virales, teniendo en cuenta la doble vertiente de los rumores, su parte objetiva y su parte emocional.

## ESTEREOTIPOS

Los estereotipos son un conjunto de **creencias** sobre los atributos asignados a un determinado grupo social. Son modelos de conducta que se convierten en esquemas profundamente arraigados en nuestras mentalidades, al punto que los adoptamos como parte de la "naturaleza humana".

### ¿Cómo actúa el estereotipo sobre las personas?

Todas las personas hacemos juicios constantemente que actúan en las decisiones que tomamos o las opiniones que expresamos.

Ejercen poderosos efectos en nuestro pensamiento sobre otras personas, ya que implican generalizaciones sobre las características típicas o predominantes de los miembros de diversos grupos sociales, sugiriendo que todos los miembros de estos grupos poseen ciertos rasgos.

Los estereotipos, en parte, se corresponden con la realidad, con lo que sucede, y una de las características es que tienden a exagerarla, bien sea en el adjetivo que se aplica, o bien en la cantidad.

Por ejemplo, **cuando** decimos que las personas andaluzas son muy alegres, puede que

sea cierto, pero no tanto como hemos expresado.

Una de las características más importantes de los estereotipos es su **gran resistencia al cambio** ya que, incluso, pasan de generación en generación. Además, los estereotipos generan expectativas que no se modifican fácilmente a pesar de disponer de más información.

### Características de los Estereotipos

Son adquiridos, aprendidos de la interacción social

Actúan sobre la memoria haciendo que recordemos hechos que confirmen los estereotipos

Tienden a ser permanentes e impositivos

Vemos a las demás personas como parte de un grupo y no como ellas mismas

Las personas actuamos con los demás según los estereotipos que tenemos hacia los demás

Los estereotipos no son todos negativos

## PREJUICIO

Un prejuicio es una evaluación (positiva o negativa) de un grupo social y de sus miembros. Digamos que es un estereotipo puesto en marcha, porque mientras éste es una creencia, el prejuicio es la **actitud** que desata sentimientos y emociones que dependen de las creencias sobre las características del grupo sin que intervenga una experiencia directa o real. Es decir, un prejuicio es un **juicio previo**, basado en definiciones previas.

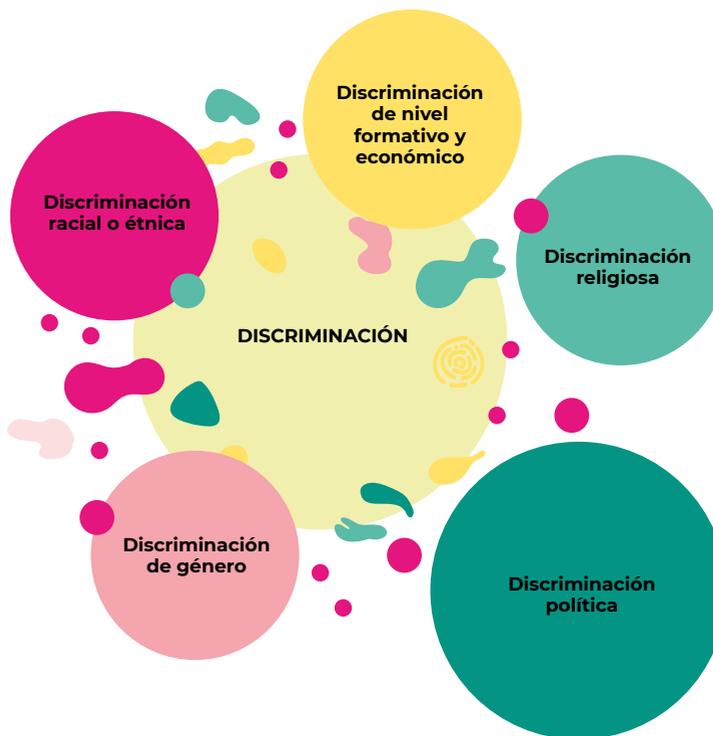
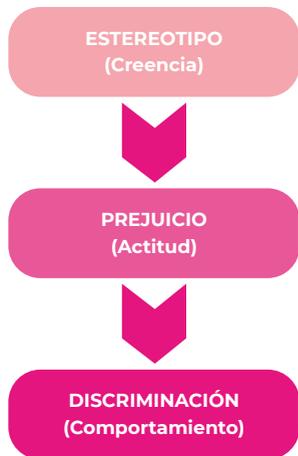
Los prejuicios, influyen en la manera de percibir la realidad,

en la forma de aprender, en el tipo información que se retiene, etc. Todo ello tiene como consecuencia una limitación en las relaciones sociales, crean una cerrazón hacia determinados conocimientos de las características del grupo discriminados, generan actitudes de rechazo hacia las personas que integran los grupos discriminados. Los prejuicios pueden, incluso, llegar a generar violencia hacia las personas pertenecientes a un grupo, y, a su vez, encuentros violentos entre grupos..



## DISCRIMINACIÓN

La discriminación es una conducta diferencial (positiva o negativa) dirigida hacia un grupo social y sus miembros. Es una consecuencia de los prejuicios y de los estereotipos, en una secuencia lógica de:



El problema se da cuando se obvia al individuo como tal y se le juzga o evalúa por su grupo de pertenencia.

Generalmente, al hablar de discriminación, nos referimos a la discriminación en sentido negativo, pues se está tratando indebidamente a una persona por causas injustificadas.

Los tipos más frecuentes de discriminación negativa son los siguientes:

### a) Discriminación racial o étnica:

Tiene lugar cuando una persona, o grupo humano, es tratada como inferior por su pertenencia a una determinada etnia. Así

ha ocurrido históricamente con las personas indias americanas, judías, gitanas, negras, etc.

### b) Discriminación religiosa:

Se da cuando una persona, o grupo de personas, recibe un trato desfavorable por no practicar la creencia religiosa mayoritaria de la sociedad en la que vive o por no profesar creencia alguna.

### c) Discriminación política:

Tiene lugar cuando algunas personas no pueden expresar libremente sus convicciones políticas porque viven bajo el yugo de gobiernos totalitarios o dictatoriales.

### d) Discriminación de género:

Se ha producido a lo largo de la historia debido a que se consideraba que los hombres eran superiores a las mujeres. También se da discriminación de género contra las personas o colectivos LGBTIQ+.

### e) Discriminación de nivel formativo y económico:

Se produce cuando algunas personas consideran a otras inferiores por no haber tenido acceso a la misma formación o por no disfrutar de una buena situación económica.

## EL RUMOR

El **RUMOR** es una estrategia de comunicación muy usada para reforzar estereotipos, para remarcar los prejuicios negativos y ahondar en la discriminación.

Del latín, RUMOR significa “voz que corre entre el público. Ruido confuso de voces”. Algunos autores lo definen como una compleja interacción entre el psiquismo individual y el entorno social.

“Se dice, se comenta” es una coetilla muy común para introducir un rumor, porque contiene todos los elementos básicos de este “estilo de transmisión de una información”. Primero, el rumor es anónimo, no se le suele atribuir una autoría (“alguien me dijo”, “he escuchado por ahí”, “se comenta”). Además, el rumor es impreciso y tajante al mismo tiempo. No presenta datos reales, pero se viste de seriedad porque está basado en una percepción generalizada.

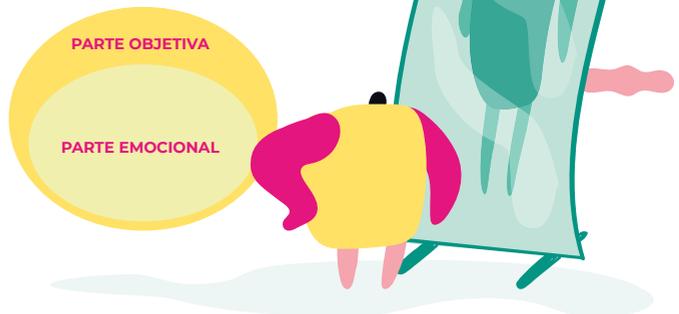
El punto más importante en el seguimiento del rumor es el hecho de que quien recibe la “información” la reproduzca o no. Una persona suele reproducir aquellos rumores que refuerzan sus propios estereotipos y prejuicios, aunque lo haga de manera inconsciente. Sin embargo, esta misma persona cortará de raíz un rumor, no lo reproducirá cuando el mensaje le es sensible, por cercanía con el tema o porque está mejor informada y lo puede contrarrestar.

## ¿Por qué nos creemos los rumores?

- Los temas nos importa
- Información ambigua
- Contexto de ansiedad
- Que todo el mundo cree...
- Miedo al rechazo
- Confianza al compartirlo
- Prejuicios y estereotipos previos en la misma dirección

## Dimensiones del rumor

El rumor consta de dos dimensiones sobre las que hay que trabajar paralelamente. Por un lado, existe una dimensión objetiva que se basa en **datos e información contrastable**. Por otro lado, está la **dimensión emocional** que es, sin duda, la más compleja de abordar y deconstruir, ya que se trata de poner delante de la persona con la que estamos hablando un espejo que le refleja que estaba equivocada y, para la inmensa mayoría de las personas, eso no nos es agradable.



## Desarrollo de las sesiones

Las actividades propuestas están organizadas en cinco sesiones de aproximadamente 60 y 90 minutos cada una. Las actividades son idóneas para ser desarrolladas, tanto con el grupo-clase en centros educativos, como en espacios de educación no reglada con jóvenes y con personas adultas.

Como ya se ha detallado en el apartado de orientaciones metodológicas, estas actividades nos permiten partir del conocimiento y experiencias previas de las personas participantes, para que de forma paulatina vayan tomando conciencia de los

propios estereotipos, prejuicios y rumores y, a partir de este autoconocimiento individual y grupal, construir propuestas y alternativas que mejoren la convivencia.

|           | <b>CONTENIDOS</b>   | <b>ACTIVIDADES</b>  |
|-----------|---|---|
| 1º SESIÓN | Las migraciones como un hecho inherente al ser humano.  | Árbol genealógico<br>Dinámica "El globo"  |
| 2º SESIÓN | Importancia de las diferentes opiniones y puntos de vista de las personas. Diferenciación entre hechos, opiniones y generalizaciones. Percepciones. | Dinámica "Círculos en el aire"<br>Dinámica "Hechos, opiniones y generalizaciones"<br>Dinámica "Todo excepto dormir" |
| 3º SESIÓN | Estereotipos y prejuicios.  | Dinámica "Etiquetas para latas"   |
| 4º SESIÓN | Transmisión de los rumores.   | Dinámica "El rumor"<br>Dinámica "Nuestros rumores"  |
| 5º SESIÓN | Herramientas y habilidades de comunicación interpersonal para desmontar los prejuicios y estereotipos.  | Dinámica "La casa de mis sueños"<br>Dinámica Roll Play "Yo también desmonto rumores"                                |





# 1ª Sesión

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Actividad:</b>  | <b>EL ÁRBOL GENEALÓGICO</b>   |
| <b>Objetivos:</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivar la empatía.</li> <li>• Crear nuestro árbol genealógico.</li> <li>• Descubrir nuestros orígenes (diversos seguramente).</li> <li>• Identificar causas por las que desplazarse del lugar donde se vive.</li> <li>• Reconocer las emociones presentes durante la sesión.</li> </ul>   |
| <b>Desarrollo:</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicamos qué es un árbol genealógico y proyectamos los ejemplos que aparecen en el siguiente enlace a modo de ejemplo: <a href="https://tataranietos.com/2014/05/28/10-arboles-genealogicos-de-personajes-de-ficcion/">https://tataranietos.com/2014/05/28/10-arboles-genealogicos-de-personajes-de-ficcion/</a></li> <li>• Repartimos una hoja para cada participante con la propuesta de que se hagan su propio árbol dónde aparecerá el nombre de la persona y el lugar de procedencia.</li> <li>• Casi con toda seguridad, no se podrá ir más allá de la segunda línea generacional.</li> <li>• Puesta en común de los árboles genealógicos a nivel grupal.</li> </ul> <p><b>DEBATE Y REFLEXIÓN:</b></p> <p>Después de todo esto la pregunta es: ¿de dónde somos realmente?. Hay una única respuesta: de muchos sitios. Si venimos de muchos sitios y nuestros progenitores, lo conozcamos o no, vinieron de diferentes lugares: ¿es solo nuestro el lugar que habitamos?, ¿migrar es solo irse de un país a otro?, ¿cuántas personas participantes tienen abuelos y bisabuelos que nacieron en el mismo lugar en el que viven?, ¿a partir de cuándo se dice que soy de aquí o allí?</p> |
| <b>Materiales:</b> | <p>Pantalla y cañón o pizarra digital con sonido.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conexión a internet.</li> <li>• Folios, bolígrafos</li> <li>• Ficha por persona participante con dibujo del árbol a completar.</li> </ul>  |
| <b>Fuente:</b>     | <p>Fundación Federica Ozanam, S.O.S Racismo, Ayuntamiento de Zaragoza (2017). Caja de Herramientas Para la Convivencia.</p> <p>Dinámica adaptada.</p>   |

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Actividad:</b>  | <b>EL GLOBO</b>   |
| <b>Objetivos:</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomar conciencia de la diversidad.</li> </ul>  |
| <b>Desarrollo:</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Repartimos un globo a cada participante. Le pedimos que se coloquen cómodamente en su asiento y les invitamos a hacer un pequeño viaje por su vida.</li> <li>• Les iremos recordando algunos episodios de su pasado, les pediremos que piensen en ellos, que los traigan a su mente y los “insuflen” dentro del globo.</li> </ul> <p><b>Sugerencia de episodios:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recuerda un momento de tu infancia en el que te sentiste querid@, aceptad@, feliz. Tráelo a tu mente y mételo en el globo.</li> <li>• Recuerda un momento cuando sentiste que no te entendían, que te sentías como “un bicho raro”. Tráelo a tu mente y mételo en el globo.</li> <li>• Recuerda un momento de tu vida en que una persona te sorprendió por ser como no te esperabas. Tráelo a tu mente y mételo en el globo.</li> <li>• Recuerda un momento de tu vida en el que tuviste una “primera impresión” de una persona que su confirmó cuando la conociste mejor. Tráelo a tu mente y mételo en el globo.</li> <li>• Recuerda un momento triste de tu vida. Tráelo a tu mente y mételo en el globo.</li> <li>• Recuerda el momento más feliz de tu vida. Tráelo a tu mente y mételo en el globo.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Una vez que tenemos el globo inflado, pedimos que le hagan un nudo y preguntamos: ¿Qué tenemos en las manos? La gente irá diciendo cosas: “Nuestra vida”, “Nuestras ilusiones”, “Nuestros recuerdos”. Dejamos que digan algunas cosas y entonces decimos:       <ul style="list-style-type: none"> <li>- “Tenemos en nuestras manos todo eso que habéis dicho. En definitiva, nos tenemos a nosotros en nuestras manos, la suma de todo lo que somos. ¿Veis algún globo exactamente igual a otro?, ¿veis que hay gente que mueva el globo alegremente, lo toquetea, lo “exhibe”?, ¿otras personas lo tienen quieto, casi escondido?” Dejamos unos segundos y decimos:</li> <li>- “Explotad el globo”.</li> <li>- Cuando todos los globos estén explotados vamos preguntando:           <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿A quién le ha gustado explotar el globo?</li> <li>- ¿A quién le ha costado explotar el globo?, ¿alguien no ha querido explotarlo?</li> <li>- ¿Qué ha pasado?</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> |

**DEBATE Y REFLEXIÓN:**

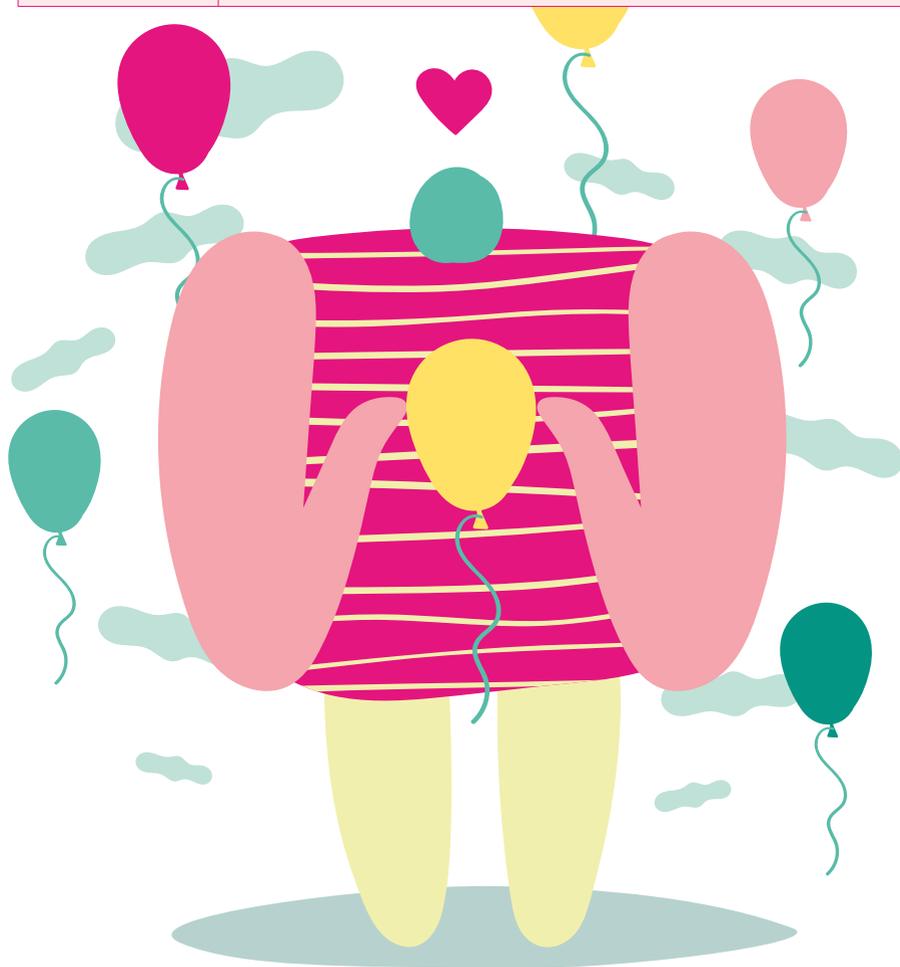
Hemos roto lo que éramos, hemos realizado un proceso de cambio. No todas las personas respondemos de la misma manera ante un proceso así. Hay a quien le gusta, a quien le cuesta, o quien necesita más tiempo. Hay algo común a la mayoría de los procesos de cambio: “Hacen ruido” como el globo cuando explotó. Eso hace necesario que cuidemos los tiempos y las formas para que nuestro ser se “recomponga” de la manera menos traumática.

Cada persona es única. La empatía es fundamental para conectar con la otra persona.

Los procesos de cambio hacen ruido y dependen de los ritmos de cada persona, para luchar contra los rumores debemos tenerlo en cuenta a la hora de interactuar.

**Material:**

Globos de colores.



## 2ª Sesión

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Actividad:</b>  | <b>CÍRCULOS EN EL AIRE</b>   |
| <b>Objetivos:</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar la posibilidad de que los puntos de vista dependen del lugar en el que cada persona se sitúa y descubrir nuevos puntos donde acomodarse en sistemas complejos.</li> <li>• Tomar conciencia sobre la tendencia que se tiene de que cada persona se comprenda dentro de un sistema y vivir la realidad de un único modo, mientras se sitúa "al enemigo ahí fuera".</li> </ul>  |
| <b>Desarrollo:</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Coger un bolígrafo o un lápiz</li> <li>• Se levanta el brazo con el boli en la mano y empiezan a dibujarse círculos en el aire con él en la dirección de las agujas del reloj. Debe mirarse el boli y los círculos que se están dibujando en el aire.</li> <li>• Ahora, despacio, mientras se dibujan los círculos en la dirección de las agujas del reloj, el brazo debe ir bajando hasta que lo que se vea del boli sea el tapón.</li> <li>• Preguntar: "¿en qué dirección se está moviendo el boli?"</li> <li>• Las personas participantes se darán cuenta de que el círculo que dibujan ya no gira en dirección a las agujas del reloj.</li> </ul> <p><b>DEBATE Y REFLEXIÓN:</b></p> <p>¿Qué ha pasado? Lo que ha cambiado es la perspectiva. ¿Cuál ha sido la reacción inicial?, ¿cuáles han sido las primeras palabras que se han pasado por la cabeza y las primeras que han salido por la boca?</p> <p>¿Cuál ha sido el lenguaje utilizado para explicar qué ha sucedido?, ¿nos pasa esto con las personas?</p> <p>¿Las juzgamos cuando sólo somos capaces de verlas de una manera? Si recuerdas el último conflicto que viviste, ¿se trataba de una discusión sobre la realidad o sobre las diferentes perspectivas?, ¿cómo sería cambiar de perspectiva en ese tipo de situaciones?</p> <p>"No hablamos sobre lo que vemos; vemos aquello sobre lo que podemos hablar", frase de Fred Kofman.</p> |
| <b>Materiales:</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolígrafo, espacio amplio</li> </ul>  |
| <b>Fuente:</b>     | Booth, L. Meadows, D. (1995) "The systems thinking playbook" EEUU Ed.Turning Point   |

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Actividad:</b>  | <b>HECHOS, OPINIONES Y GENERALIZACIONES</b>   |
| <b>Objetivos:</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprender a distinguir entre un hecho, una opinión y una generalización.</li> </ul>   |
| <b>Desarrollo:</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se hacen afirmaciones y las personas participantes deben decidir si es un HECHO o una OPINIÓN, por ejemplo:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• El rojo es un color.</li> <li>• La pizza está asquerosa.</li> <li>• Ahora es de día.</li> <li>• Los lunes son agradables.</li> <li>• Los árboles de hoja caduca pierden sus hojas en invierno.</li> <li>• En verano hace calor (en las contestaciones como en este caso se les puede plantear si están seguros, dependiendo de hemisferio, sensación térmica... ¿es hecho u opinión)</li> <li>• Los árabes son musulmanes.</li> <li>• Los gatos son muy independientes.</li> <li>• Las personas de Latinoamérica tienen mucho ritmo.</li> <li>• Las plantas son sensibles a la música.</li> <li>• Por las noches hace más frío que por la mañana.</li> <li>• Los lunes no son agradables.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>DEBATE Y REFLEXIÓN:</b><br/>           Una vez aclaremos la diferencia entre opiniones y hechos, se debatirá sobre el peligro de que todas las opiniones de un grupo sean iguales, se generalice una opinión y se convierta en una generalización que afecte a las personas por el hecho de pertenecer a un determinado grupo. Pueden poner ejemplos de cosas que escuchan sobre generalizaciones de personas en base a su pertenencia a un grupo, por ejemplo: las mujeres son...</p> |
| <b>Fuente:</b>     | COLECTIVO AMANI (2004). La escuela intercultural: Regulación de conflictos en contextos multiculturales.<br><br>Dinámica adaptada.  |

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Actividad:</b>  | <b>TODO EXCEPTO DORMIR</b>   |
| <b>Objetivos:</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender cómo la mente añade información asumiéndola como real y hecho objetivo. Esto es algo que también se hace con las personas.</li> </ul>  |
| <b>Desarrollo:</b> | <p>Se reparte un papel a cada persona con la siguiente lista de palabras:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cabezada</li> <li>• Sueño</li> <li>• Cama</li> <li>• Silencio</li> <li>• Siesta</li> </ul> <p>Todas las palabras juntas tienen un elemento en común relacionado con una necesidad básica: “dormir”. Esto es algo que la persona moderadora no debe evidenciar. Tras 10 segundos en los que deben mirar la lista, se les pide a las personas que participan que den la vuelta a la hoja y escriban tantas palabras como recuerden de la lista, sin hablar.</p> <p>Se pide que levanten la mano a quienes hayan escrito la palabra...: “sueño” /“pijama”/...? Y, ¿quién ha escrito la palabra “DORMIR”? Tras responder esta última pregunta, las personas bajarán sus manos y darán la vuelta al papel para descubrir que “DORMIR” no está en la lista.</p> <p><b>DEBATE Y REFLEXIÓN:</b></p> <p>Las palabras, conversaciones, y relaciones, cobran sentido en un contexto. Dar sentido se parece a unir ideas y hacer asociaciones. A veces éstas ayudan a crear algo nuevo, mientras que en otras ocasiones sirven para repetir lo conocido. ¿Cómo podéis ser más conscientes de estas asociaciones y lo que implican?, ¿cómo podéis, en tiempo real, daros cuenta de las asociaciones que estáis haciendo, y comprobar su adecuación?</p> <p>¿Os sucede con otras personas?, ¿cómo puede influir esto a la hora de relacionaros?</p> |
| <b>Materiales:</b> | Un papel con la lista de palabras que se propone en “Desarrollo” y un bolígrafo o lápiz.   |
| <b>Fuente:</b>     | Booth, L. Meadows, D. (1995) “The systems thinking playbook” EEUU Ed.Turning Point   |

## 3ª Sesión

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Actividad:</b>  | <b>ETIQUETAS PARA LAS LATAS</b>   |
| <b>Objetivos:</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomar conciencia de los propios prejuicios y los estereotipos.</li> <li>• Cuestionar los estereotipos que aparezcan.</li> </ul>  |
| <b>Desarrollo:</b> | <p>Repartir entre las personas participantes imágenes de personas y una lata para pegarlas a ella. De entre todas las imágenes tienen que elegir una sola y pegarla a la lata. Después se hace una presentación de cada lata con la persona que se ha elegido: nombre, ocupación, lugar de origen, aficiones, entorno familiar y social. (obviamente los participantes se inventan la vida de estas personas). Todo esto queda anotado en una ficha personal al lado de la lata. Damos la oportunidad de expresar si alguna de las presentaciones nos ha llamado la atención o cambiaríamos algo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ver y debatir vídeo campaña coca-cola (<a href="https://www.youtube.com/watch?v=TcpSMBaOFoE 2,47'">https://www.youtube.com/watch?v=TcpSMBaOFoE 2,47'</a>)</li> <li>• Ver y debatir vídeo eliminemos los prejuicios: (<a href="https://www.youtube.com/watch?v=qrFNh_poAXs 3,46'">https://www.youtube.com/watch?v=qrFNh_poAXs 3,46'</a>)</li> </ul> <p><b>DEBATE Y REFLEXIÓN:</b></p> <p>Después del visionado y debate de los vídeos, repartimos de nuevo las latas con persona asociada e historia, procurando no repetir lata y participante, de manera que tengamos la oportunidad de crear una nueva vida imaginada. Hacemos una presentación y vemos si ha cambiado algo de la primera vida imaginada que le habíamos adjudicado a esta nueva después de las reflexiones sobre los estereotipos. Para terminar esta sesión explicaremos los conceptos, relacionados con estereotipos y prejuicios, incluidos en el apartado “4. Contenidos teóricos base para el desarrollo de las sesiones “</p> |
| <b>Materiales:</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pantalla y cañón o pizarra digital.</li> <li>• Latas vacías de refrescos con nombres y sin nombres</li> <li>• Imágenes impresas de personas para poner en las latas (se aconseja tomar imágenes de personas anónimas, quizás de revistas, mezcladas con científicos, escritoras, inventoras, etc que han logrado reconocimiento público pero que sean personas poco populares. De esta forma podremos contrastar la realidad de la vida de algunas personas que aparecen en las imágenes con las vidas inventadas por los participantes).</li> <li>• Conexión a internet.</li> <li>• Folios, bolígrafos, lapiceros, gomas, pegamento, celo.</li> </ul>   |
| <b>Fuente:</b>     | Fundación Federica Ozanam, S.O.S Racismo, Ayuntamiento de Zaragoza (2017). Caja de Herramientas Para la Convivencia.  |

## 4ª Sesión

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Actividad:</b>  | <b>EL RUMOR</b>   |
| <b>Objetivos:</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionar sobre la transmisión de los rumores y ser conscientes de los motivos de la distorsión de los mensajes.</li> </ul>  |
| <b>Desarrollo:</b> | <p>La persona que facilita la sesión prepara un mensaje escrito. Por ejemplo:</p> <p>“257 personas están atrapadas bajo un derrumbe. Tras el paso del ciclón, se inició el rescate. Se han movilizad o miles de personas llevando medicinas, vendas y otros elementos. Sin embargo, dicen que no fue un accidente, sino que fue un secuestro, pues hay gente con mucho dinero entre los atrapados”.</p> <p>Se pide un mínimo de 6 personas voluntarias que se enumeran. Todas menos la primera, salen del sitio donde estén. El resto del grupo es testigo del proceso de distorsión que se le da al mensaje. Su cometido es, además, el de anotar lo que va variando de la versión inicial.</p> <p>La persona que facilita la sesión lee el mensaje al nº1, luego se llama al nº2. El nº 1 le comunica al nº2 lo que le fue leído, sin ayuda de nadie. Así sucesivamente, hasta que pasen todas las personas que esperan fuera.</p> <p>La última persona, en lugar de repetir el mensaje oralmente, lo escribe en la pizarra, si es posible. A su vez, la persona moderadora anotará el mensaje original para comparar.</p> <p><b>DEBATE Y REFLEXIÓN:</b></p> <p>¿Qué ha pasado?, ¿os ha ocurrido alguna vez algo similar?, ¿por qué creéis que ocurre este fenómeno?</p> <p>¿Hablaban de vosotras/os o eráis quiénes transmitisteis un mensaje distorsionado?, ¿cuáles fueron las consecuencias?, ¿cómo os sentisteis cuando os disteis cuenta del error?, ¿qué aprendisteis para siguientes ocasiones?</p> <p>La realidad pesa toneladas. Es difícil retener y percibir todos los detalles, motivo por el que se reduce, distorsiona, se asimila parcialmente, o se mezcla con otros datos.</p> <p>Cuando el discurso tiene más dificultad de entendimiento y requiere una mayor implicación y formación, conlleva un menor acercamiento a su contenido. Cuando el discurso es más fácil se asimila con mayor rapidez, lo que supone que circula con gran velocidad.</p> <p>Todas y todos somos parte de la cadena de difusión de información. Somos emisores y receptores. Pero debemos tender a ser INTERLOCUTORES críticos.</p> |

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Actividad:</b>  | <b>NUESTROS RUMORES</b>   |
| <b>Objetivos:</b>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Indagar sobre los rumores que escuchamos y transmitimos en nuestro entorno más cercano</li></ul>  |
| <b>Desarrollo:</b> | <p>Para empezar esta dinámica explicaremos los conceptos relacionados con los rumores incluidos en el apartado 4. Contenidos teóricos base para el desarrollo de las sesiones:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Formamos grupos de 4 personas aproximadamente. Sería idóneo que las personas que forman los grupos sean heterogéneas entre sí.</li><li>- Cada grupo deberá consensuar 5 rumores que hayan escuchado con frecuencia.</li><li>- Una vez que hayan consensuado los rumores cada grupo expondrá los suyos.</li></ul> <p><b>DEBATE Y REFLEXIÓN:</b></p> <p>¿Se han repetido los rumores entre los grupos?, ¿conocéis si la información de los rumores es veraz?, ¿dónde los habéis escuchado?</p> <p>¿Cómo os habéis sentido cuando los habéis escuchado?, ¿conocéis a alguna persona a la que le afecte o de la que hable el rumor?, ¿pensáis que este rumor afecta a la relación que tengáis con esa persona?</p> |



## 5ª Sesión

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Actividad:</b>  | <b>LA CASA DE MIS SUEÑOS</b>   |
| <b>Objetivos:</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomar conciencia de la importancia de la escucha activa y de la comunicación no verbal.</li> </ul>  |
| <b>Desarrollo:</b> | <p>Se organiza el grupo por parejas, a un miembro de la pareja se le pide que salga de la sala. A los que quedan en la sala se les da la siguiente indicación:</p> <p>“Cuando entre su pareja le contaremos que nos hemos comprado una casa nueva, que es la casa de nuestros sueños. Se la describiremos con todo tipo de detalles, con toda la ilusión que nos da un sueño conseguido”</p> <p>Al grupo que ha salido se le da otra consigna, sin que lo escuche el otro grupo:<br/>     “Cuando entréis en la sala y os dirijáis a vuestra pareja, os empezará a contar una historia, no debéis responderle a nada y debéis mostrar total desinterés por lo que os dice: mirando el reloj, mostrando nerviosismo, mirando hacia otro lado..)”</p> <p>Entra el grupo que estaba fuera y comienza la dinámica. Dejamos unos cinco minutos.</p> <p>Cuando se termine se les pide que compartan cómo se han sentido: ¿Teníais ganas de seguir hablando con vuestro interlocutor? ¿Os habéis enterado cómo es la casa de vuestra pareja?, ¿tendríais interés en escuchar cómo es la casa de la persona que os ha estado ignorando?, ¿cómo ha variado vuestro estado de ánimo?</p> <p><b>DEBATE Y REFLEXIÓN:</b></p> <p>Reflexionamos sobre qué elementos intervienen en la comunicación con los otros y como al final las palabras son una pequeña parte de todo el acto comunicativo. Elementos todos ellos que tendremos que dominar si queremos causar algún resultado.</p> <p>¿Qué ocurre cuando escuchamos un rumor?, ¿qué sentimos y cómo actuamos?</p> |

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Actividad:</b>  | <b>ROLL PLAY “YO TAMBIÉN DESMONTO RUMORES”</b>  |
| <b>Objetivos:</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Practicar algunas de las estrategias de comunicación interpersonal para derribar rumores.</li> </ul>   |
| <b>Desarrollo:</b> | <p>Se divide en grupos de 4 personas. A cada persona se le asigna un papel y unas indicaciones:</p> <p><b>Una persona que transmite un rumor:</b> Se le pide que se ponga en lugar de la persona que se hace eco de un rumor y que reaccione en función de lo que le va diciendo la persona que debe contrarrestar el rumor. No se lo va a poner fácil. Otra persona que actúe como Agente Antirumor: Debe interactuar con la persona que ha dicho el rumor para hacerle reflexionar sobre lo que está diciendo, poniendo en práctica lo aprendido en las sesiones anteriores.</p> <p><b>Dos personas actúan de observadoras:</b> Asisten a la conversación, sin participar en ella, sólo analizan las reacciones de las/los dos compañeras/os que están hablando.</p> <p>Se dan 10 o 15 minutos para que se desarrollen los rolplay (todos los grupos a la vez).</p> <p><b>DEBATE Y REFLEXIÓN:</b></p> <p>Pasado ese tiempo se hace una rápida puesta en común de cómo se han sentido.</p> <p>Una vez se haya desarrollado el debate y sacado conclusiones sobre lo que han observado y sobre cómo se han sentido, se les da las pautas de comunicación interpersonal que deben tener en cuenta:</p> <p><b>Haz preguntas:</b> Si lo que quieres es propiciar la duda, es más efectivo que la misma persona llegue a la conclusión que quieres transmitir. Así, puedes preguntarle si está segura de lo que afirma y como lo ha sabido, sin que se sienta acusada.</p> <p><b>Invita a la curiosidad:</b> Incentiva que la otra persona se apropie de la realidad de primera mano acudiendo a fuentes oficiales o a través de experiencias propias. Invítala a no dejarse llevar por todo aquello que pueda sentir a su alrededor. Busca vínculos comunes: Las inquietudes, expectativas, preocupaciones o sueños del ser humano acostumbran a ser muchos y hablar diferentes idiomas. La cultura no es siempre el factor diferencial.</p> <p><b>Utiliza un discurso positivo:</b> Pon en valor los beneficios sociales, culturales y económicos que la inmigración aporta a nuestra sociedad. Habla de ciudadanía. Cuestiona las generalizaciones: Refuerza la idea de que todas las personas tenemos unas circunstancias y unas realidades personales que nos hacen únicas. No podemos presuponer que alguien se comportará de una determinada manera por el hecho de tener un determinado origen: ¿Todas las personas son...?, ¿todas hacen...?</p> |

**Presta atención a la comunicación no verbal:** El lenguaje corporal ha de ser abierto y dialogante: contacto visual, sonrisa, asentimientos con la cabeza, movimientos relajados. Usa un tono de voz relajado, sin ironías y mostrando verdadero interés.

Si no da tiempo a repetir de nuevo el rolplay a todo el mundo. Se puede pedir dos personas voluntarias para que lo realicen y que la persona que actúe como Agente Antirrumor que tenga en cuenta las pautas de comunicación interpersonal.

Retomamos el debate para sacar conclusiones sobre la importancia de cómo nos comunicamos para mejorar nuestras relaciones.

Para profundizar en las pautas de comunicación podemos consultar la página <http://www.stoprumores.com>





## Recursos para ampliar

Exponemos diferentes materiales para profundizar y ampliar el trabajo con los grupos:



**MANUAL STOP RUMORES**

[http://bit.ly/  
manual\\_stoprumores](http://bit.ly/manual_stoprumores)

Orientaciones y argumentaciones para hacer frente a los rumores. También se puede acceder a numerosos contenidos en su web.

[www.stoprumores.com](http://www.stoprumores.com)



**100 FORMAS DE ANIMAR GRUPOS. JUEGOS PARA USAR EN TALLERES, REUNIONES Y COMUNIDAD**

[http://bit.  
ly/100\\_dinamicas](http://bit.ly/100_dinamicas)



**JUEGOS PARA DISOLVER RUMORES. MANUAL ACTIVIDADES ANTIRUMORES PARA PERSONAS JÓVENES**

[http://bit.ly/  
juegos\\_rumores](http://bit.ly/juegos_rumores)



**GUÍA ANTIRUMORES EN EL ÁMBITO EDUCATIVO.**  
RECIC, CIUDADES INTERCULTURALES.

[http://bit.ly/guia\\_antirumores](http://bit.ly/guia_antirumores)



**CAJA DE HERRAMIENTAS PARA LA CONVIVENCIA.**  
ESTRATEGIA ANTIRUMORES.  
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

[http://bit.ly/herramientas\\_convivencia](http://bit.ly/herramientas_convivencia)







SUBVENCIONA:



**Junta de Andalucía**  
Consejería de Educación y Deporte

EDITA:

**CO**DaPa

CONFEDERACIÓN ANDALUZA  
DE ASOCIACIONES DE MADRES Y PADRES  
POR LA EDUCACIÓN PÚBLICA

ISBN 978-84-09-25037-0



978-84-09-25037-0

**CO**DaPa  
AÑO 2021