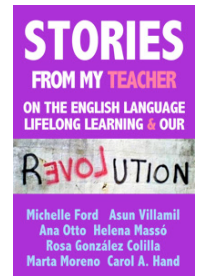


Taller de comunicación noviolenta: Cómo celebrar debates racionales por MF

MF es profesora en educación pública de personas adultas y participa en el proyecto de enseñanza del inglés de Mujer Palabra, Talking People (talkingpeople.net). Traducción de Luz Madera (profesora en educación pública secundaria) para mujerpalabra.net (2015), revisión de Medusa Edición de Mujer Palabra. Original publicado en *Stories from My Teacher. On the English Language, Lifelong Learning and our r.evoLution* (ebook y pdf, 2014, talkingpeople.net)



Se puede usar la **parte A** para una clase de lectura en alto y conversación, y la **parte B** para montar después el taller.

TALLER DE COMUNICACIÓN NOVIOLENTA:
CELEBRANDO DEBATES RACIONALES
mujerpalabra.net - Activismo

A. Introducción

Cuando discutimos temas en clase no procedemos como la gente en la televisión, en los debates políticos o en los programas de debate. El **objetivo** de nuestros debates es intercambiar información, experiencias y utilizar opiniones razonadas para explicar lo que creemos, sabemos y por qué. (En este texto "discusión" se usa en el sentido filosófico.)

Una opinión razonada está basada en informaciones que has reunido o en experiencias que has meditado.

Antes del debate

Antes del debate necesitas tener claro lo que deseas decir y cómo puedes formularlo en un enunciado. Anótalo. Este ejercicio es fundamental en la vida, antes de un debate y también para resolver problemas cuando tenemos discusiones (peleas) con las personas que queremos. Necesitas ser capaz de expresar tu idea de una manera que permita a personas con experiencias o ideas diferentes escucharte sin sentirse ofendidas. Un apunte sobre esto: siempre habrá gente que se sentirá ofendida, así que no quiero decir que no puedas expresar tu opinión, solo señalar que deberías intentar hacerlo de forma que otra persona dispuesta a utilizar la racionalidad empática, incluso creyendo algo diferente, no sea puesta en una posición humillante o degradante.

Pequeños grupos: antes de la discusión plenaria es muy positivo trabajar en pequeños grupos. Por turnos, expone vuestras opiniones (sin interrupciones) y después de esta ronda empezad a discutir vuestras ideas.

Durante el debate

Durante la discusión plenaria habrá una ronda para que personas o grupos presenten sus ideas o un resumen de su debate (puede haber una única persona portavoz, especialmente si el resto planea participar en la discusión plenaria). Después de que hayamos escuchado a todo el mundo, podremos empezar a debatir: contrastando, investigando ideas.



El lenguaje utilizado en los debates está inspirado en la guerra, lo cual es una lástima [lee a George Lakoff y Mark Johnson, o en inglés, [escucha un fragmento, Argument Is War](#), de su libro *Metaphors We Live By*]. Pero una discusión o debate no debería ser un acto violento, una guerra. Debería venir guiado por el uso de nuestra inteligencia: debería ayudarnos a aprender y ampliar nuestra capacidad de comprender las cosas.



Aclarando algunas cosas mal entendidas normalmente

- **Defender una posición** NO es luchar para imponerse. Significa, simplemente, expresar las razones por las cuales creemos algo. Puedes hacerlo apasionadamente, la pasión no es un problema. El problema viene cuando expresamos nuestras opiniones insultando a las personas o menospreciándolas, o intentando herirlas o ridiculizándolas.
- **Atacar una posición** debería significar simplemente que estamos refutando o cuestionando unas ideas con otras ideas, no con insultos y demás.

Aclarando algunos conceptos

- **El diálogo** puede hacernos cambiar nuestras ideas o modificar en parte nuestra comprensión. *Cambiar de opinión* (o evolucionarla) no es una experiencia humillante; sino una oportunidad para aprender y evolucionar, y ocurre cuando encontramos mejores razones para explicar las cosas. Ser capaz de mantener un verdadero diálogo o interacción no es un asunto humillante, sino un producto del uso de la inteligencia! Como especie, admiramos a quienes tememos, principalmente a los hombres capaces de ser violentos (verbalmente también). Como especie, despreciamos la bondad y el uso de la inteligencia. Pero deberíamos intentar cambiar esto empezando a aportar nuestro granito, en nuestra vida diaria: aprendiendo a comunicarnos, lo cual juega un rol crucial en la construcción de nuestra identidad.
- **La crítica, criticar** las ideas de otras personas es positivo y se hace siempre con razones. Lo llamamos pensamiento crítico. El verbo "criticar" ha sido distorsionado en la percepción de la gente. Para ser bueno en la crítica, o en el pensamiento crítico, deberíamos desarrollar nuestra capacidad de escuchar, evitando al mismo tiempo la interpretación automática, y la habilidad para expresar nuestras opiniones con racionalidad y empatía. Con frecuencia, cuando alguien dice algo simplemente interpretamos otra cosa, de manera muy negativa además, ¡y eso lleva a un montón de discusiones, peleas y malentendidos! **Si la gente se siente atacada por nuestras ideas, es su problema si tu has dado argumentos que pueden ser refutados y no has ejercido la violencia para imponer tus puntos de vista sobre ellos o ridiculizarlos.** Una idea no es una agresión a pesar de que es así como lo llamamos. Si una idea es explicada con razones, no hay violencia en ello porque las razones pueden ser discutidas; al contrario, hay respeto a las otras personas, hay amor al pensamiento libre, el amor por aprender sobre lo que nos rodea y nuestra persona. El respeto hacia l@s demás se recibe de la gente que te da razones, ¡no necesariamente de la gente que te da la razón!
- **Gritar e interrumpir. Sobre la gente que alza la voz.** En las discusiones de clase no llegamos a estar tan enfadados como para gritarnos o alzar la voz, pero esto pasa frecuentemente en otros contextos, así que aquí tenéis una idea sobre la que pensar. Considera lo que la persona está diciendo, incluso si él o ella está gritando, porque no todo el "griterío" es para intimidar, herir o manipular a los demás. Gritar no es deseable, pero tenemos que tener en cuenta que no escuchar y algunos tipos de silencios y expresiones manipulativas pueden ser también violentas, intimidantes o agresivas. Nuestras mentes racionales pueden guiarnos en este caso y ayudarnos a resolver mejor el problema. Lo más importante aquí es confiar en las personas e intentar comunicarnos con ellas a través de la razón, con sinceridad o transparencia, y evitando generar visiones injustas. Aprender a escuchar nos ayuda también a evitar ser personas injustas. Nos ayuda a mejorar en ello, quiero decir. Entonces todas las personas implicadas en el debate necesitan ser conscientes de dónde se da el comportamiento agresivo evitando usar los estereotipos tradicionales de lo que es la agresión. La comunicación es clave para la resolución de problemas y las relaciones no violentas. **Sobre interrumpir.** Intentad no interrumpir. Tomad notas (palabras clave) de lo que queréis decir si algo se os ocurre durante el debate. Si no apuntáis palabras clave, intentaréis interrumpir y estaréis bloqueando vuestra habilidad para

escuchar, porque estaréis pensando otras cosas e intentando hablar. Por otro lado, recordad esto también: a veces interrumpir, como el caso de alzar la voz, es una cuestión cultural y de personalidad: algunas personas son más impulsivas que otras y algunas son más intensas, entusiastas que otras. Además, está la cuestión del género, cómo la gente es mucho más tolerante cuando un hombre "habla con firmeza" y una mujer "se pone histérica", cuando un hombre "necesita interrumpir", tiene una "buena razón" para hacerlo, y una mujer "sigue interrumpiendo", no tiene "nada relevante" que aportar. Si interrumpimos o levantamos la voz, deberíamos disculparnos e intentar no hacerlo otra vez. Pero no es una vergüenza. La cuestión negativa en un debate son los malos sentimientos hacia las otras personas, y levantar la voz e interrumpir no son necesariamente indicadores de esos malos sentimientos. Deberíamos meditar sobre esta idea para aprender más sobre la comunicación no violenta.

Dos consejos finales

Participa en el debate. Respeta el rol de quien modere, pero participa, por favor. No pienses que no tienes nada interesante que decir. Es absurdo. E incluso si esto fuera cierto, ¡estás aquí para practicar tu inglés! Si eres de quienes siempre participan, intenta esperar a que otras personas lo hagan antes. Te sorprenderás mientras escuchas a la gente que no habla habitualmente. A veces hablo en reuniones porque pienso que nadie va a sacar un punto que tengo en mente y considero importante, y en la vida he descubierto que si espero, ¡otras personas pueden salir con el mismo tema! O con otros puntos o temas que te hará feliz descubrir. Porque cuanto más profundo es el análisis más aprendemos y conocemos, mejor preparados estaremos para resolver nuestros problemas.

Truco "enfoco". Piensa en un debate como un trabajo de equipo, no como una guerra. Cuantos más puntos de vista saquemos más rico será nuestro análisis, más habremos compartido y aprendido.

Después del debate Después del debate, deberíamos encontrar algún momento para reflexionar. Sería genial si pudieseis escribir algo sobre ello, por ejemplo, una opinión razonada sobre algún punto de vuestro interés (80-150 palabras).



B. Debatiendo: el taller

¿Cuál es el valor de debatir ideas?

Las personas procesan los eventos verbalmente, así que el habla hace "visible" el pensamiento, algo real. Es por eso que el lenguaje es tan importante para las personas feministas y las artistas, científicas y activistas sociales en general.

- Los debates son un medio de probar y explorar nuevas ideas. Adquirimos conocimiento y entendimiento compartiendo distintos puntos de vista sobre un tema, un conocimiento más profundo de la cuestión y sus complejidades. Aprendemos a crear conocimiento en grupo.
- Debatir nos ayuda a mejorar cómo nos relacionamos con la gente y nos comunicamos. Podemos aprender a ser tolerantes mientras conseguimos comprender por qué la gente dice lo que dice. Aprendemos a escuchar a las personas y a expresar el desacuerdo de una forma respetuosa.
- También aprendemos sobre nosotras y nosotros mismos y nuestros puntos de vista. Esto nos ayuda a ordenar nuestras propias ideas y suposiciones.
- Aprendemos a sintetizar y a integrar diferentes opiniones para visualizar la imagen completa.
- Los debates son vitales para evolucionar, desarrollar nuestra inteligencia y los buenos usos que podemos darle a nuestra inteligencia.

Recuerda que discutir ideas no establece tu valor como persona. ¡Solo es discutir ideas! Darse cuenta de lo bien o mal razonado que está tu punto de vista es siempre positivo. Puede ayudarte a estar más segura o seguro de lo que piensas sobre las cosas y de cuáles son tus razones para ello.

Preparándose para un debate: formato

Cómo empezar, qué hacer cuándo, cómo terminar. Primero trabajaremos en pequeños grupos. Después, llevaremos a cabo una discusión plenaria, la cual comenzará con las presentaciones de los pequeños grupos al pleno. La discusión plenaria seguirá a las presentaciones.

Siempre es útil establecer los **roles**: al menos tendrá que haber alguien que modere y alguien que anote cosas (memoria del debate). Usad este recurso no solo en la discusión plenaria sino también en los pequeños grupos pre-debate. Podría haber también una persona que observe el proceso y otra que controle el tiempo, así como una portavoz o varias para informar de los debates de los pequeños grupos. Los roles mejoran la calidad y la organización del debate (ver abajo).

Por favor, respetad los **turnos**. Quien modera dirige el barco y debemos seguir sus instrucciones. Así que anotad vuestras respuestas (palabras clave) y así no las olvidaréis o interrumpiréis.

Por favor, **participad** en el debate. Todo el mundo debería hablar.

Por último, las personas son más importantes que las ideas. Recordad esto si el debate se calienta.

El antes

Trabajar en el tema o cuestión antes del debate enriquece la discusión. Conforme a lo dicho, primero debatiréis el tema o cuestión que hemos acordado discutir en los pequeños grupos. Recordad que escuchar a otras personas puede ayudaros a enriquecer vuestra postura en distintos sentidos. Finalmente, el objetivo es que tengas claras cuáles son tus opiniones sobre el tema discutido y sepas trasladarlas a enunciados.

Preparad vuestras **hojas de trabajo**.

Pequeños grupos (ficha)

Fecha:

Cuestiones a debatir:

Miembr@s:

Roles:

Puntos tratados (enunciados):

Refutaciones o resumen de su análisis (en enunciados):

ESENCIAL: id al debate plenario con una idea clara de cómo expresar vuestras opiniones principales. Deberíais ser capaces de anotarlas como simples enunciados. Durante el debate plenario podréis ver si necesitáis mejorar la forma de formular vuestras ideas, opiniones o expresiones.

Consejos para el debate

- Lleva tus opiniones expresadas en enunciados.
- Apunta palabras clave de lo que se te ocurra durante el debate, ¡antes de que se te olvide lo que querías decir!
- Anota ideas interesantes.
- Hacia el final del debate (o cuando recapitule quien modere), toma notas para tu futuro resumen o comentario de lo que has aprendido en el proceso.

Los roles: Moderar, Memoria del grupo, Observador/a

La persona que modera tiene la responsabilidad de ayudar al grupo a ser tan productivo como sea posible. ¿Cómo? Dirigiendo el proceso (guiando), eliminando obstáculos, trabajando para crear un clima que conduzca a una resolución de problemas eficaz, y ayudando al grupo a permanecer centrado en la tarea.

La persona que modera intenta mantener una actitud discreta y encontrar formas para ayudar a todo el mundo a participar, integrando a las personas calladas también. Siempre que las y los participantes parezcan perdidos o cuando las personas parezcan haber dejado de escucharse unas a otras, quien modera ofrecerá un resumen de lo tratado y/o una síntesis de las diferentes posturas, proponiendo formas para continuar la discusión si es necesario. Otro recurso es que él o ella repita en sus propias palabras lo que la gente ha dicho, para comprobar que las personas comprenden lo que está diciéndose en el debate. Quien modera debe asegurarse de que el grupo se ajusta al tema pero también tiene que ser flexible, permitiendo espacio para información adicional, si es relevante. El humor es un buen recurso. Si no hay una persona a cargo de controlar el tiempo, quien modere se encargará de eso.

La persona que modera apoyará a la persona que toma notas en la recogida de toda la información relevante. Esto puede hacerse cuando el trabajo del grupo haya terminado.

La persona que toma notas / actas actúa de memoria del grupo. Él/ella observa el evento en un segundo plano y anota toda la información relevante. Puede apoyar a quien modere haciendo preguntas, si es necesario. Después del debate, quien toma notas y quien modera se pueden reunir para discutir la versión final escrita.

El observador o la observadora nos ayudará a saber cuándo se están produciendo malentendidos, aclarando o pidiéndole a quien modere que aclare el estado del asunto y reformulando las diferentes posturas. Su rol es importante porque tendemos a interpretar inmediatamente las palabras y acciones de las otras personas. A lo que dice la gente añadimos lo que creemos que son sus intenciones. Esto puede ser un problema, porque entonces no estamos escuchando a las personas ni intentando comprender lo que quieren decir, sino juzgando de antemano (prejuzgando). El potencial para el desacuerdo aumenta.

Después del debate

Es necesario hacer una evaluación. Podemos valorar cómo fue el debate y reflexionar sobre lo que aprendimos sobre el tema. ¡También podemos pensar cómo nos sentimos con el debate y lo que aprendimos sobre nosotras y nosotros mismos en este proceso! **Hojas de evaluación**

¿Planteasteis vuestras ideas? ¿Conseguisteis transmitir las, os hicisteis entender? ¿El proceso fue

bien? ¿Los contenidos quedaron claros? ¿Hubo algún problema? ¿Qué aprendisteis sobre vuestras propias ideas o sobre las ideas de las otras personas?

En casa, podéis redactar un resumen; así recordaréis el debate.

Apunte final sobre toma de decisiones

Por si necesitáis tomar decisiones, aquí tenéis algunas ideas.

Tomar decisiones de forma cooperativa, un proceso. El consenso es un proceso para decidir lo que es mejor para un grupo en un momento dado. No puede ser usado por personas que no pueden o no quieren cooperar o por personas que quieren manipular a los demás, porque el consenso necesita que todo el mundo vea que su posición ha sido considerada por el grupo, y es que la presentación de diferentes opiniones es vista aquí como una ayuda, como algo que enriquece el análisis, ya que el consenso resulta de haber podido contemplar el asunto desde diferentes puntos de vista. Alcanzar un consenso no significa que todo el mundo tenga la misma opinión, sino que nadie siente que haya una decisión mejor que la que ha sido adoptada. En otras palabras, no significa que tengas que estar de acuerdo con la decisión, solo tienes que estar segura o seguro de que no tienes razones para vetarla. La toma de decisiones por consenso es la última materialización de una democracia directa, ya que todo el mundo participa en la toma de decisiones y por consiguiente todo el mundo es responsable de esas decisiones. Más que delegar ese poder en una persona, el consenso exige que asumamos la responsabilidad cada cual.

Votar, un procedimiento. Cuando el consenso no es posible, entonces los grupos necesitan votar. Votar es otra alternativa democrática razonable. Es un procedimiento, no un proceso, por eso es más pobre que el consenso, porque el consenso implica todo un proceso de personas analizando juntas un tema para buscar la mejor de las soluciones posibles para ellas en ese momento. Votar es especialmente útil cuando hay prisa.

¡Disfrutad vuestros debates de clase!

Debates en Madrid y Barcelona, 15M, 2011



¡Por la comunicación a la r.evolución! La r.evolución será feminista o no será