

Cartilla Sanar, Crecer y Transformar desde la Palabra

Una propuesta para formadores comunitarios



Escuela de Paz y
Reconciliación

Pintura "Paz, amor y folclor"

Autor: Maurel Cortés Sierra



Cartilla Didáctica

**Sanar, Crecer,
Transformar
desde la Palabra**

Una propuesta para formadores comunitarios

Julián Andrés Torres Herrán

j.torres@udla.edu.co

Elizabeth Hurtado Martínez

e.hurtado@udla.edu.co



Cartilla: SANAR, CRECER Y TRANSFORMAR DESDE LA PALABRA: Una propuesta para formadores comunitarios.

EQUIPO DE TRABAJO O AUTORES

ELIZABETH HURTADO MARTINEZ
Directora Escuela de Paz y Reconciliación
e.hurtado@udla.edu.co

JULIÁN ANDRÉS TORRES HERRÁN
Profesor Tutor Aula de la Palabra
j.torres@udla.edu.co

INSTITUCIÓN EJECUTORA
Universidad de la Amazonia – Facultad Ciencias de la Educación

INSTITUCIÓN PATROCINADORA
Agencia de Cooperación de Corea (KOICA), implementado por la Organización Internacional para las Migraciones (OIM) en articulación con la Agencia de Renovación del Territorio (ART) y con el apoyo de la Unidad Policial para la Edificación de la Paz (UNIPEP). Convenio de Subvención Financiera 019 de 2025 FIP-011 entre la Organización Internacional para las migraciones y la Universidad de la Amazonía.

UNIVERSIDAD DE LA AMAZONIA

Fabio Buriticá Bermeo

Rector

William David Grimaldo Sarmiento

Secretario general

Diber Albeiro Váquiro Plazas

Vicerrector Académico

Liliana Patricia Benítez Barrera

Vicerrectora administrativa.

Juan Carlos Suárez Salazar

Vicerrector de Investigación e Innovación

DISEÑO DE PORTADA

Pintura “Paz, amor y folclor”

Autor: Maurel Cortés Sierra

PUBLICADO POR:

Editorial – Universidad de la Amazonia
2025

Diseño y diagramación:

Sandra Liliana Stella Polo, Florencia – Caquetá

Esta Obra es producto del proyecto “Escuela de Paz y Reconciliación: Sanar, crecer y transformar”, del cual derivó la elaboración de la Cartilla Didáctica: SANAR, CRECER Y TRANSFORMAR una propuesta para formadores comunitarios.

EQUIPO ADMINISTRATIVO DEL PROYECTO

Salomón Calvache López

Director Oficina de Paz Universidad de la Amazonia

Nini Johanna Cortez Perdomo

Asistente Senior

Programa de Fortalecimiento Institucional para la Paz
Organización Internacional para las Migraciones

Yanira Sánchez Galindo

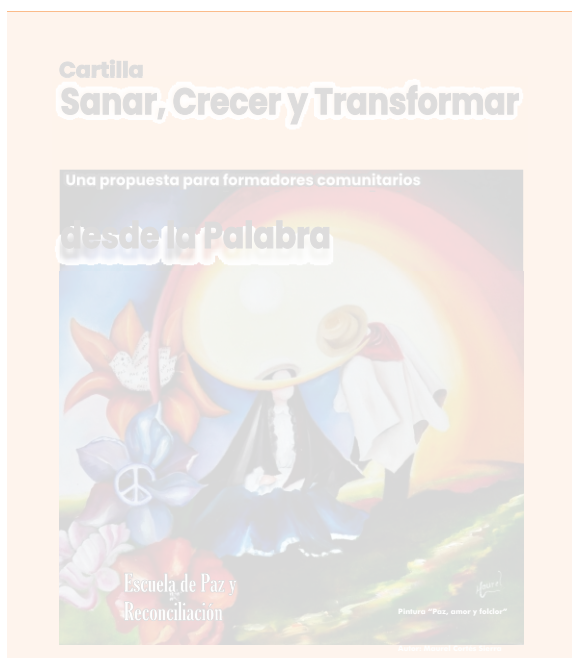
Profesional Universitario OIM

Yenifer Tatiana Piñeros Murcia

Profesional de apoyo administrativo Escuela de Paz y Reconciliación

Luisa Fernanda Toro Cruz

Profesional Enlace con los territorios Escuela de Paz y Reconciliación



Cartilla SANAR, CRECER Y TRANSFORMAR DESDE LA PALABRA: Una propuesta para formadores comunitarios

© Torres Herrán, J.A. y Hurtado Martínez, E. (2025).
Cartilla: SANAR, CRECER Y TRANSFORMAR DESDE LA PALABRA: Una propuesta para formadores comunitarios. Primera Edición. Editorial Universidad de la Amazonia. 37 pp. Tamaño 21.5 x 29.7cm.

Incluye bibliografía.

Diagramación y diseño de cubierta

Sandra Liliana Stella Polo

ISBN (Digital): 978 - 628 - 7693 - 49 - 4

Tiraje: Libro digital

Número y año de edición: Primera edición, 2025.

Palabras claves: diversidad cultural, sociocultural, diversidad étnica, identidad cultural, discriminación



Universidad de la Amazonia
Vicerrectoría de Investigación e innovación

© **Editorial - Universidad de la Amazonia**

Campus Porvenir: Calle 17 Diagonal 17 con Carrera 3F – Barrio Porvenir

Contacto: vrinvestigaciones@udla.edu.co

Depósito Legal: Biblioteca Nacional de Colombia.

Prohibida la reproducción total o parcial de este con fines comerciales. Su utilización se puede realizar con carácter académico, siempre que se cite la fuente.

“El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión del (los) autor(es) y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de la Amazonia, ni genera su responsabilidad frente a terceros. El (los) autor(es) asume(n) la responsabilidad por los derechos de autor y conexos contenidos en la obra, así como por la eventual información sensible publicada en ella” Florencia, Caquetá, Colombia.

Impreso y hecho en Colombia / Printed and made in Colombia

Tabla de Contenido

1. Presentación	6
2. Introducción	13
3. Guía para el formador	14
4. Propósitos de formación	15
5. Saberes prácticos.....	15
6. Estrategias metodológicas.....	16
7. Taller reflexivo 1 Comunicar para la paz.....	17
8. Taller reflexivo 2 Periodismo comunitario.....	28



Presentación

"El proyecto Escuelas de Paz y Reconciliación: un escenario para sanar, crecer y transformar busca aportar al desarrollo del proyecto Sosteniendo la Paz, financiado por la Agencia de Cooperación de Corea (KOICA), implementado por la Organización Internacional para las Migraciones (OIM) en articulación con la Agencia de Renovación del Territorio (ART) y con el apoyo de la Unidad Policial para la Edificación de la Paz (UNIPEP)."

La Escuela promueve espacios de encuentros colectivos entre diversos actores: líderes comunitarios, niños, niñas, adolescentes, jóvenes y familias, para hacer de la reflexión, el dialogo de saberes, prácticas y experiencias, un camino para la superación de las ofensas y maltratos, la práctica de la tolerancia, la resiliencia y la reconciliación; así como la cultura del empoderamiento que permitan generar en los territorios procesos de transformación social en beneficio de la sana convivencia, la igualdad de derechos, oportunidades y la paz.

Desde la Escuela se espera que los participantes fortalezcan **habilidades** para:

Saber comunicar

La **comunicación** es fundamental en la formación de liderazgo porque es el puente entre la **intención y la acción**, y entre el **líder y su comunidad**. Sin habilidades comunicativas sólidas, un líder puede tener buenas ideas, pero no logrará inspirar, coordinar ni transformar su entorno, comunicar es clave en la formación de liderazgo porque favorece:

La escucha activa: La escucha activa es fundamental para comprender las perspectivas y sentimientos de los demás, especialmente en situaciones de desacuerdo. Implica prestar atención plena, sin interrupciones, y demostrar empatía, favorece el entendimiento profundo y la conexión humana.

La comunicación asertiva: La asertividad permite expresar ideas, necesidades y sentimientos de manera clara, directa y respetuosa, sin agredir. Es crucial para establecer límites y negociar soluciones.

La empatía: La capacidad de ponerse en el lugar del otro y comprender sus emociones y motivaciones es esencial para construir confianza y facilitar el diálogo. Ayuda a humanizar a las partes en desacuerdo.

La persuasión y motivación: motivar e inspirar a través de la comunicación.

La comunicación no verbal: Reconocer y utilizar adecuadamente el lenguaje corporal, el tono de voz y otras señales no verbales es importante para transmitir el mensaje deseado y comprender las reacciones de los demás

La comunicación no violenta: Expresar sentimientos y necesidades sin culpar ni atacar. Esta habilidad permite mantener el respeto y la armonía, incluso en desacuerdo.

El uso consciente del lenguaje: Elegir palabras que construyan, no que dividan. Promueve una narrativa de paz, respeto y dignidad.

El lenguaje corporal congruente: Acompañar el mensaje verbal con gestos, tono de voz y posturas que refuerzan la intención pacífica y abierta del mensaje.

La capacidad de síntesis: Resumir ideas clave para facilitar acuerdos, enfocar el diálogo y generar acciones concretas.

La asertividad: Expresar opiniones y convicciones con firmeza, pero sin imponer ni agredir. Permite defender ideas con respeto hacia los demás.

El manejo del silencio: saber cuándo hablar y cuándo callar. El silencio puede ser una herramienta poderosa para escuchar, reflexionar o dar espacio al otro.

La adaptación intercultural: Sensibilidad para comunicarse eficazmente con personas de diferentes culturas, géneros, generaciones o experiencias. Amplía el alcance del mensaje de paz.

Saber negociar

El saber **negociar** es una **habilidad esencial en la formación de liderazgo**, porque liderar implica constantemente tomar decisiones, resolver conflictos, conciliar intereses y construir acuerdos. Un líder que no sabe negociar se vuelve inflexible, autoritario o fácilmente excluido de los procesos de cambio. La **negociación es clave en la formación de un liderazgo transformador**, especialmente en contextos orientados a la paz y la justicia social porque promueve:

La generación de confianza: La capacidad de establecer y mantener la confianza con todas las partes involucradas es fundamental. Esto implica transparencia, honestidad y coherencia en las acciones y palabras.

La identificación de intereses comunes y acuerdos: encontrar puntos en común y áreas de posible acuerdo, incluso en medio de desacuerdos profundos. Esto incluye la capacidad de identificar y proponer concesiones que sean aceptables para todas las partes.

El manejo de tensiones y emociones: La habilidad para calmar las tensiones, gestionar las propias emociones y ayudar a otros a manejar las suyas es vital para mantener un ambiente constructivo.

La flexibilidad y adaptabilidad: Capacidad de ajustar posturas ante nuevas circunstancias o puntos de vista. Evita bloqueos y permite avanzar en la negociación.

La resolución creativa de problemas: La capacidad de pensar fuera de lo convencional para encontrar soluciones innovadoras a problemas complejos. Esto puede implicar la búsqueda de opciones que beneficien a todas las partes (ganar-ganar).

La paciencia y persistencia: La paciencia para esperar el momento adecuado y la persistencia para seguir adelante a pesar de los contratiempos son habilidades esenciales.

El conocimiento del contexto y los actores: Un profundo entendimiento de la historia, la cultura, las realidades y cosmovisiones de los actores es importante para promover acuerdos y negociaciones.

El diálogo y negociación: facilitar el diálogo constructivo, donde todas las voces sean escuchadas. Esto incluye habilidades de negociación para encontrar puntos en común y soluciones mutuamente aceptables.

La inteligencia emocional y social: Comprender y gestionar las propias emociones, así como reconocer y responder adecuadamente a las emociones de los demás, es vital para

mantener la calma en situaciones tensas y construir relaciones sólidas.

La toma de decisiones colaborativa: Fomentar la participación equitativa en la construcción de consensos. Promueve la cohesión y el compromiso grupal.

Saber trabajar en equipo

El **saber trabajar en equipo** es fundamental en la formación de liderazgo porque **nadie lidera solo**. El liderazgo real se ejerce **junto a otros**, no por encima de ellos. Un líder que no sabe trabajar en equipo termina aislado, desconectado y con poco impacto real. **El trabajar en equipo es clave en la formación de un liderazgo transformador**, especialmente en contextos orientados a la paz y la justicia social porque promueve:

La colaboración: Capacidad de aportar al logro de objetivos comunes, compartiendo recursos, ideas y responsabilidades de manera equitativa. La paz se construye en red, no de forma individual.

El respeto por la diversidad: Valorar y acoger las diferencias culturales, ideológicas, generacionales y personales. En un colectivo por la paz, la diversidad es una fortaleza, no un obstáculo.

La confianza mutua: Fomentar relaciones basadas en la honestidad, la coherencia y el cuidado colectivo. La confianza es el tejido que sostiene el trabajo en equipo.

La resolución constructiva de conflictos: Manejar desacuerdos como oportunidades de aprendizaje y transformación, no como amenazas. Implica dialogar, mediar y buscar soluciones justas.

La responsabilidad compartida: Asumir compromisos y cumplirlos, reconociendo el impacto de las acciones individuales en el bienestar colectivo. La corresponsabilidad fortalece el liderazgo ético.

La comunicación abierta y horizontal: Promover canales de diálogo accesibles, sin jerarquías rígidas. Esto permite que todas las voces sean escuchadas y valoradas.

La flexibilidad: Ajustarse ante cambios de planes, roles o decisiones del grupo sin perder el rumbo común. Es clave para sostener procesos vivos y adaptativos.

La capacidad de liderazgo compartido: Saber cuándo liderar y cuándo apoyar. En un colectivo para la paz, el poder se distribuye y se ejerce de manera ética y consciente.

La empatía grupal: Comprender las emociones, motivaciones y necesidades del equipo, favoreciendo el cuidado emocional colectivo.

La celebración de logros colectivos: Reconocer y valorar los avances del grupo, aunque sean pequeños. Motiva, une y fortalece el compromiso común.

Antes de desarrollar el contenido de esta cartilla elabora el **“Semáforo de habilidades para la paz”**, el semáforo te permitirá conocer como valoran los participantes el nivel de las habilidades que se esperan fortalecer en la escuela. En la práctica, cada color del semáforo podría significar:



Rojo: Necesito apoyo para desarrollar esta habilidad.

Amarillo: Estoy en proceso, ya tengo avances.

Verde: Me siento seguro/a en esta habilidad.

A través de experiencias significativas, las y los participantes se convierten en protagonistas de su propio aprendizaje, reconociéndose como sujetos activos que aportan desde su historia, su cultura y su cosmovisión. De esta manera, el aprendizaje experiencial se convierte en un puente entre la reflexión crítica y la acción transformadora, posibilitando la construcción de paz desde lo cotidiano, el fortalecimiento de vínculos comunitarios y la generación de nuevas formas de relación basadas en el respeto, la cooperación y la reconciliación.

Este dinamismo, sustentado en la vivencia compartida, permite que la Escuela de Paz sea un espacio abierto y flexible que articula memoria, territorio y vida, orientando sus procesos educativos hacia la dignidad y la justicia social.

En la Escuela no se transmiten conocimientos, se tejen saberes a partir de las diversas voces, trayectorias y experiencias de sus participantes. Cada persona es reconocida como portadora de un conocimiento legítimo, fruto de su historia de vida, su relación con el territorio y su cosmovisión.

Este tejido de saberes convierte el espacio de formación en un lugar de encuentro, donde el diálogo, la escucha y la construcción colectiva se vuelven herramientas centrales. Así, el aprendizaje no se concibe como acumulación de información, sino como un proceso vivo y transformador que se nutre de la pluralidad cultural, la memoria comunitaria y la práctica cotidiana.

La Escuela, en este sentido, se afirma como un espacio incluyente, donde la diversidad no se percibe como obstáculo, sino como riqueza. En la Escuela se reconoce que cada voz aporta al entramado colectivo de saberes fortaleciendo los procesos de paz, reconciliación y construcción de otros mundos posibles.

***“La Escuela de Paz y Reconciliación
un territorio pedagógico y humano donde se gestan sueños
colectivos y se abren caminos hacia otros mundos posibles,
más justos, solidarios y en paz”***

Elizabeth Hurtado Martínez
Directora Escuela de Paz y Reconciliación





Escuela de Paz y Reconciliación:

EL AULA DE LA PALABRA

“Las palabras son, en mí no tan humilde opinión,
nuestra más inagotable fuente de magia.
Capaces de infringir daño y de remediarlo”
J.K. Rowling

Desde el aula de la Palabra se busca brindar un escenario metodológico y didáctico para que usted apreciado líder encuentre una guía que le permita recorrer este camino al lado de otros.

En los tiempos en los que vivimos se hace urgente que la palabra recupere su fuerza original: la de tejer, reconciliar y transformar. Desde el Aula de la Palabra nace del deseo profundo de construir espacios en el que el lenguaje sea semilla de encuentro; la paz un ejercicio renovado, y la sanación una posibilidad que surge del diálogo, la escucha y la memoria compartida.

El objetivo es brindar una metodología práctica y reflexiva para facilitar procesos de palabra y sanación, especialmente en escenarios marcados por la fragmentación, el conflicto y el olvido. Parte del principio de que la palabra no solo comunica, sino que transforma las realidades, repara y resignifica, reconstruye el tejido humano.

A lo largo del proceso de formación, se proponen actividades, ejercicios y orientaciones pedagógicas que invitan al lector a vivir experiencias transformadoras, ya sea en el aula, en espacios comunitarios o en procesos individuales de acompañamiento. Está pensada como una guía flexible, sensible y profundamente humana.

La paz no es una imposición; es una conversación. La sanación no es un dictamen; es un acompañamiento.

La palabra, cuando es auténtica, puede ser el primer paso para transformar las realidades con las que no estamos conformes y así convertirlas en realidades luminosas.

Julián Andrés Torres Herrán
Profesor Tutor Aula de la Palabra Escuela de Paz y Reconciliación

Semáforo de Habilidades Para la Paz

Habilidad	Descripción de la habilidad	Valoración del estado de la habilidad				
		Bajo		Medio		Alto
		1	2	3	4	5
Saber comunicar	La escucha activa: ¿Presta atención, sin interrupciones, y demuestra empatía cuando escucha al otro, especialmente en situaciones de desacuerdo?					
	La comunicación asertiva: ¿Expresa ideas, necesidades y sentimientos de manera clara, directa y respetuosa, sin agredir?					
	La empatía: ¿Se le facilita ponerse en el lugar del otro y comprender sus emociones y motivaciones para construir confianza y facilitar el diálogo?					
	La persuasión y motivación: ¿Motiva e inspira a través de la comunicación?					
	La comunicación no verbal: ¿Reconoce y utiliza adecuadamente el lenguaje corporal, el tono de voz y otras señales no verbales para transmitir el mensaje deseado y comprender las reacciones de los demás?					
	La comunicación no violenta: ¿Expresa sentimientos y necesidades sin culpar ni atacar, manteniendo el respeto y la armonía, incluso en desacuerdo?					
	El uso consciente del lenguaje: ¿Elige palabras que construyan, no que dividan, promueve una narrativa de paz, respeto y dignidad?					
	El lenguaje corporal congruente: ¿Acompaña el mensaje verbal con gestos, tono de voz y posturas que refuerzan la intención pacífica y abierta del mensaje?					
	La capacidad de síntesis: ¿Resume ideas claves para facilitar acuerdos, enfocar el diálogo y generar acciones concretas?					
	La asertividad: ¿Expresa opiniones y convicciones con firmeza, pero sin imponer ni agredir, permite defender ideas con respeto hacia los demás?					
	El manejo del silencio: ¿Sabe cuándo hablar y cuándo callar, reconoce en el silencio una herramienta poderosa para escuchar, reflexionar o dar espacio al otro?					
	La adaptación intercultural: ¿Expresa sensibilidad para comunicarse eficazmente con personas de diferentes culturas, géneros, generaciones o experiencias?					
Saber negociar	La generación de confianza: ¿Establece y mantiene la confianza con todas las partes cuando se genera un conflicto?					
	La identificación de intereses comunes y acuerdos: ¿Encuentra puntos en común y áreas de posible acuerdo, incluso en medio de desacuerdos profundos?					
	El manejo de tensiones y emociones: ¿Se le facilita calmar las tensiones, gestionar sus propias emociones y ayudar a otros a manejar las suyas?					
	La flexibilidad y adaptabilidad: ¿Ajusta sus posturas ante nuevas circunstancias o puntos de vista, evita bloqueos y permite avanzar en la negociación?					
	La resolución creativa de problemas: ¿Expresa capacidad para pensar fuera de lo convencional y encontrar soluciones innovadoras a problemas complejos, se esfuerza por la búsqueda de opciones que benefician a todas las partes (ganar-ganar)?					
	La paciencia y persistencia: ¿Espera el momento adecuado y persiste para seguir adelante a pesar de los contratiempos?					
	El conocimiento del contexto y los actores: ¿Se preocupa por conocer la historia, la cultura, las realidades y cosmovisiones de los demás para promover acuerdos y negociaciones?					
	El diálogo y negociación: ¿Se le facilita promover el diálogo constructivo, donde todas las voces sean escuchadas?					
	La inteligencia emocional y social: ¿Comprende y gestiona sus propias emociones, así como reconoce y responde adecuadamente a las emociones de los demás?					
	La toma de decisiones colaborativa: ¿Fomenta la participación equitativa en la construcción de consensos, promueve la cohesión y el compromiso grupal?					
	La colaboración: ¿Aporta al logro de objetivos comunes, compartiendo recursos, ideas y responsabilidades de manera equitativa?					
	El respeto por la diversidad: ¿Valora y acoge las diferencias culturales, ideológicas, generacionales y personales?					
Saber trabajar en equipo	La confianza mutua: ¿Fomenta relaciones basadas en la honestidad, la coherencia y el cuidado colectivo?					

La resolución constructiva de conflictos: ¿Maneja los desacuerdos como oportunidades de aprendizaje y transformación, no como amenazas?					
La responsabilidad compartida: A ¿Asume compromisos reconociendo el impacto de las acciones individuales en el bienestar colectivo?.					
La comunicación abierta y horizontal: ¿Promueve canales de diálogo accesibles, sin jerarquías rígidas, escuchando y valorando todas las voces?.					
La flexibilidad: ¿Se le facilita ajustarse ante cambios de planes, roles o decisiones del grupo sin perder el rumbo común?.					
La capacidad de liderazgo compartido: ¿Sabe cuándo liderar y cuándo apoyar?.					
La empatía grupal: ¿Comprende las emociones, motivaciones y necesidades del equipo, favoreciendo el cuidado emocional colectivo?.					
La celebración de logros colectivos: ¿Reconoce y valora los avances del grupo, aunque sean pequeños?					

Al finalizar el proceso de formación aplica de nuevo el semáforo e identifica con el colectivo los cambios que se lograron en las diferentes habilidades, este instrumento facilita el proceso de reflexión, la identificación de fortalezas y debilidades. Las habilidades para la paz son fundamentales para construir relaciones sanas, fortalecer la convivencia y prevenir conflictos en los diferentes espacios de nuestra vida. A través de ellas aprendemos a reconocernos como personas valiosas, a escuchar con respeto, a expresar nuestras ideas sin violencia y a resolver los desacuerdos de manera constructiva.

Desarrollar estas competencias no solo contribuye al bienestar individual, sino que también impacta positivamente en la comunidad. La empatía, la comunicación asertiva, la cooperación y el manejo pacífico de los conflictos son herramientas que nos permiten transformar la realidad y avanzar hacia una cultura de paz.

La paz no es solo la ausencia de violencia, sino la presencia activa de valores y prácticas que promueven la justicia, la solidaridad y el respeto por la diversidad. Por ello, formar y fortalecer estas habilidades desde etapas tempranas es invertir en un futuro donde las personas puedan convivir de manera armoniosa, resolver diferencias sin agresión y construir sociedades más justas e inclusivas.

Las Aulas para la Paz: estrategia pedagógica para la formación en la Escuela

El aula abierta tiene como propósito fortalecer la dinámica de la Escuela de Paz y Reconciliación, consolidándose como un espacio pedagógico, comunitario y participativo que promueve procesos de formación en diálogo con la vida, el territorio y las cosmovisiones de sus habitantes. Busca fomentar el encuentro entre saberes diversos, el reconocimiento de la memoria colectiva y la construcción de relaciones basadas en la empatía, la justicia social y la dignidad. A través de metodologías flexibles e incluyentes, el aula abierta pretende cultivar prácticas de convivencia pacífica, cuidado mutuo y reconciliación, generando aprendizajes que fortalezcan la identidad cultural, la autonomía comunitaria y el compromiso con un futuro común en paz.

El aprendizaje experiencial como dinamizador de la formación

La Escuela de Paz y Reconciliación reconoce en el aprendizaje experiencial un eje dinamizador fundamental de sus procesos formativos. Este enfoque permite que los saberes no se transmitan únicamente desde la teoría, sino que se construyan a partir de la vivencia, la práctica y el diálogo permanente con la realidad de los territorios y de sus comunidades.



Introducción

“El lenguaje no solo describe el mundo, lo transforma”
J.L Austin

¿Alguna vez te has detenido a pensar en el poder que tienen tus palabras? ¿Alguna vez has terminado una relación porque alguien no te dio las gracias o no te ofreció una disculpa? ¿Alguna vez algo que alguien te dijo volvió arregló o dañó tu día? ¿Alguna vez las palabras de alguien te ayudaron a encontrar la solución a un problema a descubrir algo que hasta entonces no habías visto?.

Las palabras no solo sirven para describir la realidad o expresar lo que sientes: las palabras también crean realidades, abren caminos, curan heridas, construyen o destruyen relaciones. Cada vez que hablas, estás haciendo algo más que decir: estás haciendo cosas con las palabras, estas transformando el mundo, el mundo que te rodea. Son tus palabras y el uso que haces de ellas las que determinan como vives, cómo vez el mundo a tu alrededor.

Los filósofos del lenguaje J.L. Austin y John Searle afirmaban que los seres humanos, independiente de la lengua que hablemos, usamos un numero restringido de actos del habla que emitimos con propósitos comunicativos concretos. Cuando ejecutamos un acto del habla es porque como hablantes tenemos una intención y esa intención es interpretada por un oyente y finalmente ese acto del habla produce un efecto en la realidad y en las relaciones entre las personas. Depende de la forma que usemos esos actos del habla son los resultados que obtenemos en nuestra vida y nuestra relaciones. De acuerdo con ellos cuando hablamos, no solo compartimos información, también hacemos cosas. Cuando prometes, agradeces, pides perdón o haces una declaración como decir sí o no, estás cambiando algo en ti y en los demás.

Desde esta mirada no podemos decir que vivamos en un mundo hecho, vivimos en un mundo que vamos construyendo cada día a través de nuestras palabras. El mundo en el que vivimos (con guerra, con hambre, con corrupción, etc) es producto de lo que hemos dicho. Hablar es una forma de hacer. Por eso, tus palabras importan.

Esta cartilla es una invitación a usar el lenguaje con conciencia, especialmente en espacios donde hay heridas, desacuerdos o deseos de cambiar las cosas. Aquí encontrarás ideas, actividades y propuestas para usar la palabra como un camino hacia la paz, la reconciliación y la sanación. Porque la palabra, bien usada, puede ser un puente, una caricia, una semilla hacia la búsqueda de realidades más luminosas.

Y tú, ¿qué mundo quieres ayudar a construir con tus palabras?



Guía para el formador

A continuación, encontrarás una serie de pautas que te ayudarán a entender un poco más tu rol como formador.

Enfoque y actitud del formador

- Eres un facilitador, no un transmisor: tu rol es acompañar procesos, no dictar contenidos.
- Promueve un ambiente de confianza, respeto y cuidado emocional.
- Escucha de manera activa y no hagas juicios: todas las voces cuentan y cada uno habla desde su realidad.
- Sé flexible: adapta los tiempos, métodos y materiales según el ritmo del grupo.
- No fuerces el relato: en los ejercicios autobiográficos o de memoria, la participación debe ser voluntaria y segura.

- Revisa los objetivos y el propósito de formación correspondiente. Esto te ayudará a enfocar la actividad.
- Prepara con anticipación los materiales necesarios (hojas, cartulinas, lapiceros, etc.).
- Asegúrate de que el espacio físico sea cómodo y adecuado para la actividad.

Antes de cada taller

Durante cada taller

- Inicia con un círculo de la palabra, aclarando que se trata de un espacio seguro de expresión.
- Introduce brevemente el propósito de la actividad
- Permite la espontaneidad y la exploración personal, no todo se tiene que dar en el orden propuesto.

- Cierra siempre con una reflexión grupal: ¿qué sintieron?, ¿qué aprendieron?, ¿qué descubrieron sobre sí mismos o sobre el otro?
- Si se produjo una creación, guárdala como memoria del proceso, respeta la decisión de quienes prefieran no compartir.

Después de cada TARE

Ten presente lo siguiente

- **Cuidado emocional:** reconoce que el lenguaje puede abrir heridas, pero también puede acompañar procesos de sanación.
- **Ética:** lo que se comparte en el grupo es confidencial. Nunca se presiona a alguien a contar más de lo que desea.
- **Valora la palabra:** valora la palabra como formas de la verdad.
- **Poder transformador del lenguaje:** recuerda que hablar no solo describe la realidad, la crea. Haz de cada palabra una oportunidad.

Si deseas profundizar al final encontraras bibliografía con enlaces y los usos que puedes darle

Arquitectura de la Cartilla

1. Propósitos de formación

Desarrollar habilidades de exploración emocional y expresión autobiográfica, mediante prácticas artísticas y narrativas, para fortalecer la paz interior, la reconciliación personal y el reconocimiento colectivo entre los líderes comunitarios

Promover la creación de narrativas comunitarias desde la indagación apreciativa, como medio para comunicar sueños colectivos y la construcción de futuros posibles en clave de paz, entre líderes comunitarios.

Fortalecer la capacidad comunicativa de los líderes comunitarios mediante el uso intencionado y asertivo del lenguaje, para crear narrativas de paz, generar compromisos transformadores y promover el diálogo constructivo en sus contextos sociales.

Desarrollar en los líderes comunitarios la habilidad de narrar y documentar testimonios a través de textos periodísticos, con el fin de visibilizar memorias de quienes han vivido situaciones de violencia y aportar a la construcción de paz desde la comunicación comunitaria.

2. Saberes prácticos

A continuación, te presentamos los saberes prácticos de esta cartilla:



3. Estrategias metodológicas participativas

Los **talleres reflexivos** se conciben como espacios participativos en los que los gestores de paz pueden detenerse, mirar hacia su interior y reconocer el valor de su propia historia de vida. Estos talleres, en sintonía con la **educación experiencial**, parten de la premisa de que el aprendizaje más profundo surge de la **vivencia personal**, de la reflexión crítica sobre esa experiencia y de la posibilidad de transformarla en acción consciente.

No. TARE	Nombre del Taller Reflexivo - TARE	Propósitos del TARE	Actividades
1	Comunicar para la paz	Desarrollar habilidades de exploración emocional y expresión autobiográfica, mediante prácticas artísticas y narrativas, para fortalecer la paz interior, la reconciliación personal y el reconocimiento colectivo entre los líderes comunitarios Promover la creación de narrativas comunitarias desde la indagación apreciativa, como medio para comunicar sueños colectivos y la construcción de futuros posibles en clave de paz, entre líderes comunitarios.	1. El objeto que me habita 2. Cartografía personal. 3. Narrarme para sanar 4. Futuros posibles Autoevaluación
2	Periodismo comunitario	Fortalecer la capacidad comunicativa de los líderes comunitarios mediante el uso intencionado y asertivo del lenguaje, para crear narrativas de paz, generar compromisos transformadores y promover el diálogo constructivo en sus contextos sociales. Desarrollar en los líderes comunitarios la habilidad de narrar y documentar testimonios a través de textos periodísticos, con el fin de visibilizar memorias de quienes han vivido situaciones de violencia y aportar a la construcción de paz desde la comunicación comunitaria.	1. La noticia positiva 2. Entrevista Rápida 3. Crónicas de vida 4. periódico Mural Comunitario 5. Compartir de experiencias

Taller Reflexivo 1:

“Comunicar para la paz”

»» Presentación

Este taller propone un viaje hacia la interioridad y la esperanza colectiva a través de la narración autobiográfica y la indagación apreciativa. Este espacio busca fortalecer la comunicación como herramienta ética, estética y transformadora para la construcción de una cultura de paz.

A lo largo del taller, los participantes realizarán una indagación profunda sobre su yo interior, elaborando una **cartografía personal** que les permita reconocer experiencias significativas, vínculos, heridas y aprendizajes. Desde allí, se construirá una **autobiografía** íntima y reflexiva que será compartida en un entorno cuidado de escucha y diálogo grupal.

Posteriormente, mediante las técnicas de **indagación apreciativa**, se fomentará la creación de narrativas diversas que expresen los **futuros soñados y deseados para la comunidad**, visibilizando prácticas y posibilidades de paz desde una mirada esperanzadora y transformadora.

El proceso culminará con un **montaje autobiográfico colectivo**, que dará forma simbólica y expresiva a las historias de vida compartidas, reconociendo la fuerza de la palabra, la memoria y la imaginación como pilares de la comunicación para la paz.

»» Actividad 1 “El objeto que me habita” 30 Minutos »»»

Esta actividad busca activar la memoria emocional y simbólica de los participantes a través de un objeto significativo que cada uno trae o elige en el espacio. A partir de la conexión con ese objeto, se inicia un ejercicio de introspección, relato personal y escucha colectiva.

El objeto se convierte en un puente entre la vivencia personal y la posibilidad de narrarla desde un lugar íntimo, poético o simbólico. Esta actividad prepara el terreno emocional para otras prácticas autobiográficas, como la cartografía del yo o la escritura de vida.



Propósitos de la actividad

Facilitar la conexión emocional y simbólica de los participantes consigo mismos y con el grupo, a través de preguntas y objetos que les permita expresar de manera metafórica aspectos de su

mundo interior. Esta dinámica busca crear un clima de confianza, introspección y respeto, propicio para el desarrollo de procesos autobiográficos y narrativos profundos durante el taller.



Materiales y recursos didácticos

- Hojas blancas, cartulinas, papel kraft
- Lápices, esferos, marcadores, colores
- Revistas viejas, tijeras, pegamento (para collage)
- Cinta adhesiva
- Hojas grandes o papel periódico para el mural
- Cinta para pegar en las paredes
- Elementos decorativos simbólicos (opcional)
- Elementos variados (piedras, semillas, espejos, muñecos, etc)

Desarrollo de la actividad

1. Organiza el espacio de manera acogedora

Dispón las sillas en forma de círculo o en pequeños grupos. La disposición debe invitar al diálogo, la escucha y la confianza.

2. Pide a las personas que escojan un objeto simbólico

Sobre una mesa pon diferentes objetos pequeños (pueden ser piedras, llaves, hilos, semillas, botones, hojas, muñequitos, fotos, espejos, telas, etc.).

Invita a cada participante a elegir uno que, sin pensarlo mucho, le llame la atención o sienta que le representa.

3. Pide que se conecten con su objeto

Ahora pregúntales: “Observa el objeto que elegiste. ¿Por qué crees que lo tomaste? ¿Qué te evoca? ¿A qué parte de tu vida te lleva? ¿Qué representa para ti? ¿Qué te recuerda?”

4. Haz un círculo de palabra

- Pide a quienes se sientan cómodos que compartan brevemente su reflexión sobre el objeto y alguna de sus respuestas.
- Recuérdales que es un espacio de respeto, donde nadie está obligado a hablar, pero todos están invitados a escuchar con el corazón.
- Depende la cantidad de participantes define si el círculo se hace con todos o entre grupos pequeños

5. Cierra la actividad conectando con el propósito

Diles:

“A veces nos cuesta hablar de nosotros, pero cuando encontramos una imagen, una memoria o una pregunta poderosa, algo se abre. Hoy dimos el primer paso para narrarnos. Lo que sigue es escribir nuestra historia con la voz que nace de adentro”.

► Actividad 2 “Cartografía personal, mapas del yo” 40 minutos

Esta actividad propone a cada participante crear un mapa simbólico de su vida, usando dibujos, palabras, colores y símbolos para representar los lugares, personas, emociones y momentos que han sido significativos en su historia personal.

El objetivo es reconocer el camino recorrido, explorar las experiencias que han dejado huella y visualizar cómo se entrelazan con sus sueños, vínculos, raíces y proyecciones. La cartografía es una forma creativa de “mirarse desde arriba”, como si cada persona pudiera observar su propio territorio vital y emocional.



Propósitos de la actividad

La actividad "Mapas del yo" tiene como propósito invitar a los participantes a **explorar, reconocer y representar su mundo interior de forma visual y simbólica**, a través de una cartografía personal. Este mapa permite identificar momentos significativos de la vida, emociones, vínculos, aprendizajes y desafíos que han marcado su camino personal.



Materiales y recursos didácticos

- Hojas blancas tamaño carta o cartulina tamaño oficio (una por participante)
- Lápices y esferos
- Colores, marcadores, crayones o lápices de colores
- Revistas y periódicos viejos (para recortar imágenes o palabras que representen aspectos del yo)
- Tijeras y pegamento o cinta adhesiva
- Stickers, cintas de colores o post-it (opcional, para destacar elementos clave)

► Desarrollo de la actividad

1. Organiza el ambiente

Dispón el espacio de forma cómoda y creativa. Usa una música suave y envolvente (puede ser instrumental o sonidos de la naturaleza).

Entrega a cada persona una cartulina, lápices de colores, marcadores, tijeras, revistas, pegamento y otros materiales artísticos.

2. Activa los sentidos con una pequeña visualización

Invita al grupo a cerrar los ojos durante unos minutos. Guía una breve visualización sensorial:

Imagina un lugar muy importante para ti en tu infancia... ¿Qué olor lo acompaña? ¿Qué sonidos escuchabas ahí? ¿A qué sabía la comida? ¿Qué colores veías? ¿Qué sentías al tocar los objetos o la tierra?

Ahora, piensa en un momento feliz, uno triste, y uno que haya cambiado tu vida. Qué aromas, sabores, sonidos o imágenes están presentes en esos recuerdos? Una canción, una palabra, la voz de alguien, el olor de algún alimento, el contacto con un objeto o con una persona. Píde que abran los ojos y conserven esas sensaciones.

3. Invita a dibujar el mapa de los sentidos

Diles:

Vas a crear el mapa de tu vida desde los sentidos. No es un mapa común, sino uno que dibuje tus recuerdos a través de los olores, los sabores, los sonidos, las texturas y las imágenes que marcaron tu historia. Puedes usar dibujos, palabras, símbolos, colores o recortes.

Pídeles que integren estos elementos en su cartografía:

- **Aromas** que los marcaron (ej. el olor del café de mamá, el monte, un perfume, el hospital)
- **Sabores** (ej. dulces de la infancia, una comida especial, sabores que reconfortan o duelen)
- **Sonidos** (ej. una canción que los acompaña, la risa de alguien, el silencio de un momento duro, una frase que escuchabas)
- **Imágenes** (lugares, personas, momentos, colores, símbolos)
- **Texturas o sensaciones** (el frío de una mañana, el calor de un abrazo, el roce de una tela)

4. Cierre reflexivo

Pide a cada persona que escriba una frase o palabra que represente su mapa del yo sensorial en un mural. La idea es que responda en una frase quién soy.

Puede ser:

"Soy el olor a leña y cacao"

"Soy el sabor de la sopa de mi abuela"

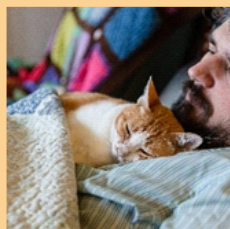
"Soy el color del atardecer en mi barrio"

"Soy el sonido de las puertas cerrándose"

Puedes recoger esas frases en un mural colectivo o que cada uno se lleve la suya como recordatorio.



Esta ficha puede ayudar a construir la cartografía personal



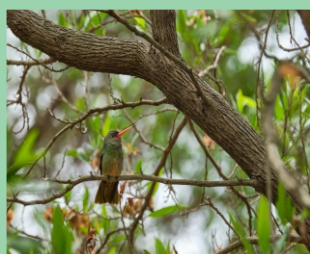
Aromas de tu vida

- ¿A qué olía tu casa cuando eras niño o niña?
 - ¿Qué aroma te recuerda a una persona querida?
 - ¿Hay algún olor que te hace sentir paz, alegría o tristeza?
- Escribe o dibuja esos aromas en tu mapa.

Sabores que llevas contigo

- ¿Cuál era tu comida favorita de infancia?
- ¿Qué sabor asocias a los momentos felices?
- ¿Qué comidas te reconfortan?

Puedes dibujar platos, frutas o palabras que representen esos sabores.



Sonidos que te marcaron

- ¿Qué sonidos recuerdas de tu barrio, tu familia o tu escuela?
 - ¿Hay alguna canción que ha sido parte importante de tu vida?
 - ¿Qué sonido te hace sentir en casa?
- Puedes escribir letras, onomatopeyas ("clic", "tic-tac") o nombres de sonidos.

Imágenes que guardas en la memoria

- ¿Qué colores representan tu historia?
 - ¿Qué lugares están grabados en tu memoria?
 - ¿Qué imágenes asocias a momentos clave de tu vida?
- Puedes dibujar, usar recortes o escribir frases que evoquen esas imágenes.

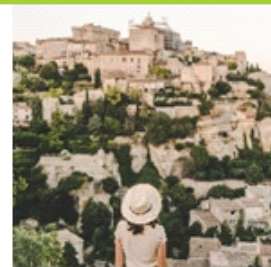


Texturas y sensaciones

- ¿Qué cosas recuerdas haber tocado que te dejaron una marca? (la tierra, el agua, la ropa de alguien, etc.)
 - ¿Qué temperatura o sensación física acompaña tu memoria? (el frío de una mañana, el calor de un abrazo...)
- Usa líneas, símbolos o palabras para representar lo que sentiste.

Momentos que dejaron huella

- Piensa en al menos tres momentos importantes de tu vida.
- Uno que te hizo feliz
 - Uno que te dolió
 - Uno que te transformó
- Ubícalos en tu cartografía y rodéalos con los sentidos que los acompañaron.



Actividad 3 “Narrarme para sanar” 1 hora

Esta actividad invita a cada participante a escribir una autobiografía breve a partir de su propia historia de vida, tomando como base la cartografía personal previamente realizada. El proceso de escritura se concibe no solo como un ejercicio narrativo, sino como una forma de reconocimiento, sanación y resignificación de la propia experiencia.

“Narrarme para sanar” parte de la idea de que contar nuestra historia con nuestras propias palabras nos permite comprendernos mejor, liberar cargas, valorar aprendizajes y proyectarnos hacia el futuro con mayor claridad. En un ambiente de respeto y contención, se ofrece un tiempo íntimo de escritura libre, y luego, una instancia de lectura voluntaria en pequeños grupos, donde se practica la escucha empática y sin juicio.



Propósitos de la actividad

Facilitar un proceso de autorreconocimiento y sanación emocional a través de la escritura autobiográfica, permitiendo que cada participante narre su historia de vida desde una mirada reflexiva, apreciativa y transformadora.



Materiales y recursos didácticos

En este apartado describir los materiales que se usaran para el desarrollo de la actividad, es importante nombrar el material y su uso pedagógico.

Desarrollo de la actividad

1. Organiza el espacio

Dispón el salón con sillas sin mesas, para favorecer la conexión, la intimidad y la escucha. Esta actividad también puede quedar cómo tarea por la dificultad que puede entrañar un procesos de escritura

2. Activa la sensibilidad

Recibe al grupo con una frase o pregunta que los conecte con su mundo interior. Puedes decir, por ejemplo:

“Hoy vamos a darnos un regalo: detenernos a mirar hacia dentro y narrar nuestra historia con amor, sin juicios. Vamos a escribir desde el corazón.”

3. Entrega ficha guía

Reparte a cada persona una hoja con frases o preguntas orientadoras. Algunas pueden ser:

- ¿Qué momentos han marcado mi vida?
- ¿Qué heridas han dejado huella?
- ¿Cuándo sentí que volví a empezar?
- ¿Quién soy hoy gracias a lo vivido?

Pide que no respondan en orden, sino que escriban libremente, como si hablaran consigo mismos.

4. Tiempo de escritura silenciosa

Dales entre 25 y 35 minutos para escribir su autobiografía, en tono libre, íntimo y auténtico. Diles que no es una tarea académica, sino un acto de cuidado personal. Pueden escribir en hojas decoradas, un cuaderno personal o papel craft. Si la persona no se siente bien escribiendo puede hacer una línea de tiempo y contar su historia con dibujos

5. Círculo de palabra

Quien lo desee, puede leer un fragmento de su autobiografía al grupo. Recuerda que nadie está obligado a compartir. El resto del grupo escucha con respeto, sin interrumpir, sin juzgar.

6. Reflexión colectiva

Abre un espacio breve de reflexión. Puedes hacer preguntas como:

- ¿Cómo se sintieron al escribir?
- ¿Qué descubrieron de sí mismos?
- ¿Qué emociones aparecieron?
- ¿Cómo puede ayudarnos narrarnos a sanar?

Guía para escribir tu autobiografía

Esta guía no es para que sigas una fórmula rígida, sino para ayudarte a recordar, sentir y narrarte con libertad. Elige las preguntas o frases que te resuenen, o simplemente deja que tu voz fluya.

Inicio: ¿Quién soy?

Me llamo..., pero también me han llamado...
Soy alguien que ha vivido...
Una imagen que me representa es...
Lo que más me gusta de mí es...
Lo que los demás ven en mí y yo a veces olvido es...

Recuerdos que dejaron huella

Recuerdo un momento feliz en mi infancia cuando...
Una persona que marcó mi vida fue...
Aprendí algo importante cuando...
una vez que sentí miedo o tristeza fue...
una vez que me sentí fuerte o valiente fue...

Momentos que me transformaron

Algo que me cambió mi forma de ver la vida fue...
En mi historia hay heridas, pero también cicatrices que hablan de...
Hoy comprendo que ese comentario difícil me enseñó...

Frase para cerrar (elige o crea una)

"Ahora me reconozco como ..."
"Mi historia no termina aquí..."

Mirar hacia adelante

Hoy sueño con...
Me gustaría que mi historia sirviera para...
Quiero dejar atrás...
Quiero seguir construyendo...
Una palabra que me define hoy es...

Escribe como si nadie te juzgara. No importa si usas prosa, verso, dibujos o símbolos. Esta historia es tuya y cada palabra tiene poder.

Actividad 4 “Futuros posibles” 1h. 30 min

Este taller propone un espacio participativo, reflexivo y creativo para explorar y construir visiones positivas del futuro mediante la metodología de indagación apreciativa. A partir de experiencias significativas, fortalezas y valores compartidos.



Propósitos de la actividad

Crear un espacio de encuentro y diálogo apreciativo en el que líderes comunitarios y gestores de paz reconozcan sus experiencias valiosas, fortalezcan su visión colectiva y construyan de manera creativa escenarios futuros deseables para la paz en sus territorios, movilizando capacidades, memorias y sueños compartidos.



Materiales y recursos didácticos

- Hojas blancas o de colores (tamaño carta o A4)
- Cartulinas grandes (para lluvias de ideas, mapas, dibujos colectivos)
- Post-it o notas adhesivas (varios colores)
- Marcadores, lápices de colores, crayones
- Papel kraft o papelógrafos para registrar ideas por fases (Definir, Descubrir, Soñar, Diseñar, Destinar)
- Cinta masking tape o cinta doble faz para pegar trabajos en la pared

Desarrollo de la actividad

Esta actividad se basa en cinco etapas

1. Definir

1. Indícales a los participantes que todos deben caminar en silencio por el espacio, a una señal, se detienen, toman la primera persona que tienen al lado y conversan sobre una pregunta de las que están a continuación. La idea es que cambien de pareja cada pregunta.

Para iniciar la conversación en parejas:

- a) Qué significa para ti trabajar por la paz en tu comunidad?
- b) Qué te motivó a convertirte en líder o gestor de paz?
- c) Qué imágenes, palabras o emociones te vienen a la mente cuando piensas en “paz”?
- d) Qué necesitamos cuidar o fortalecer en nuestras comunidades para hablar verdaderamente de paz?
- e) Qué desafíos enfrentamos cuando tratamos de construir paz desde lo comunitario?
- f) Qué entendemos por “futuro posible”? Es lo mismo que soñar o imaginar?
- g) Por qué es importante proyectar un futuro deseado, incluso en medio de contextos difíciles?
- h) Cómo se vería una comunidad en paz si pudiera florecer desde lo que ya somos y sabemos hacer?

2. Descubrir – Valora lo mejor de lo que ya has vivido

1. Organiza a los participantes en grupos pequeños (4 a 6 personas).
2. Pídeles que compartan una historia real y positiva que hayan vivido:

Un momento en el que sentiste que estabas tú u otra persona
construyendo paz o armonía en tu comunidad.
¿Qué hiciste tú? ¿Qué permitió que eso sucediera?

Una dificultad que se superó en la comunidad
¿Cómo se superó?

3. Pídeles que en una cartulina o papel Kraft, escriban juntos:
 - a. Las condiciones que hicieron posible esa experiencia.
 - b. Los valores y capacidades que estaban presentes (por ejemplo: escucha, solidaridad, organización) para superar esa experiencia
4. Coloca tu cartulina en la pared para que todos puedan leerla y pídeles que roten para que vean las diferentes cartulinas pegadas en la pared.

3. Soñar – Imagina el mejor futuro posible para tu comunidad

1. Pídeles a los participantes que en una hoja diseñen su futuro solado. Pueden usar colores, recortes, frases o materiales para expresar ese sueño.

Consigna:

Imagina tu comunidad dentro de cinco años si la paz se viviera plenamente.
¿Qué ves, escuchas, hueles, sientes en ese lugar? ¿Qué prácticas nuevas existen?
¿Cómo son las relaciones?

2. Crea un espacio para que cada persona socialice en pequeños grupos su creación al grupo
3. Entre todos, construyan un “mural de futuros posibles”.



4. Diseñar – Construye caminos para hacer realidad ese sueño

1. Forma un nuevo grupo o conserva el anterior.
2. Realiza la dinámica “Puente de acciones”: pídeles a los participantes que en una hoja dibujen un puente entre el presente y ese futuro soñado. En un extremo deben escribir lo que ya tienen como comunidad. Y en el otro, deben describir ese futuro de paz.
3. Pídeles que en la mitad del puente anoten las acciones concretas que podrían llevarlos de un punto al otro:
 - ¿Qué podemos hacer desde ya?
 - ¿Con qué recursos contamos?
 - ¿Qué alianzas o saberes necesitamos activar?
 - Comparte tus ideas con el grupo y ayuden a enriquecerlas.



5. Destinar – Comprométete con el futuro que soñaste

Solicita a los participantes que escriban un compromiso, este puede estar formulado con algunas de las siguientes palabras.

- Con qué te vas de este taller?
- Qué compromiso concreto te llevas contigo?

Pídeles que peguen su compromiso en el mural colectivo para entrégalo como ofrenda en un gesto simbólico



EVALUACIÓN DEL TALLER

Semáforo de aprendizaje "Autoevaluación TARE 1"

No.	Criterio de evaluación	Nivel de aprendizaje		
	Descripción del criterio	Alto	Medio	Bajo
1	Elegí un objeto simbólico que me representara y pude conectarme con él.			
2	Me permití expresar sentimientos, recuerdos o reflexiones personales durante las actividades.			
3	Elaboré mi cartografía personal incluyendo experiencias significativas y vínculos importantes.			
4	Logré escribir (o dibujar) aspectos de mi autobiografía desde una mirada reflexiva.			
5	Identifiqué aprendizajes personales o comunitarios que me fortalecen.			
6	Participé activamente en la construcción de futuros posibles para mi comunidad.			
7	Elegí un objeto simbólico que me representara y pude conectarme con él.			
8	Me permití expresar sentimientos, recuerdos o reflexiones personales durante las actividades.			

Este instrumento permite la mirada del participante a su proceso de formación.

Semáforo de aprendizaje "Co-evaluación TARE 1"

No.	Criterio de evaluación	Nivel de aprendizaje		
	Descripción del criterio	Alto	Medio	Bajo
1	Escuché a mis compañeros con respeto y sin interrumpir.			
2	Reconocí y valoré las experiencias compartidas por los demás.			
3	Aporté ideas constructivas y creativas en el trabajo grupal.			
4	Favorecí un ambiente de confianza y cuidado en el círculo de palabra.			
5	Contribuí al mural o producción colectiva con compromiso.			

Este instrumento permite la mirada del participante desde su interacción con el colectivo.

Semáforo de aprendizaje "Hetero-evaluación TARE 1"

No.	Criterio de evaluación	Nivel de aprendizaje		
	Descripción del criterio	Alto	Medio	Bajo
1	El colectivo participó de manera activa y comprometida en todas las actividades propuestas.			
2	El colectivo mostró apertura para la introspección y la expresión simbólica de su mundo interior.			
3	El colectivo desarrolló las autobiografías o su equivalente de manera auténtica y reflexiva.			
4	El colectivo colaboró en la construcción de narrativas colectivas de paz con disposición y creatividad.			
5	El colectivo demostró actitudes de respeto, escucha activa y empatía hacia los demás.			
6	El colectivo planteó compromisos o acciones posibles para aportar a la cultura de paz en su comunidad.			

Este instrumento permite la mirada del formador a las actuaciones de los participantes en el proceso.

Taller Reflexivo 2

"Periodismo Comunitario"

»» Presentación

Este taller de periodismo comunitario está dirigido a gestores de paz y tiene como propósito fortalecer la capacidad de narrar, visibilizar y comunicar las realidades locales desde una perspectiva constructiva. A través de dinámicas participativas, los asistentes trabajarán en equipos para construir crónicas o entrevistas sobre experiencias de paz, conflicto, resistencia o reconciliación en sus comunidades. Los resultados se presentarán en formato de periódico mural, fomentando el diálogo, la memoria colectiva y el uso de la palabra como herramienta de transformación social.

El proceso culminará con un montaje autobiográfico colectivo, que dará forma simbólica y expresiva a las historias de vida compartidas, reconociendo la fuerza de la palabra, la memoria y la imaginación como pilares de la comunicación para la paz.

»» Actividad 1 "La noticia positiva" »»

La actividad consiste en invitar a cada participante a imaginar que es periodista por un momento y debe redactar un titular breve sobre un hecho esperanzador o constructivo de su comunidad (por ejemplo: "La vereda inaugura un nuevo sendero ecológico" o "Jóvenes organizan torneo por la paz"). Una vez escritos en una hoja, los titulares se leen en voz alta imitando la entonación de un noticiero radial.



Propósitos de la actividad

El propósito de la actividad es despertar en los participantes la mirada periodística desde una perspectiva constructiva, ayudándolos a identificar que en sus comunidades existen hechos valiosos que merecen ser contados y difundidos. Con esta práctica se busca fortalecer la capacidad de resaltar lo positivo, fomentar el orgullo comunitario y generar confianza en que la palabra puede ser una herramienta de transformación social al visibilizar las acciones cotidianas que construyen paz y esperanza.



Materiales y recursos didácticos

- Hojas
- Lapiceros

Desarrollo de la actividad

Actividad: La noticia positiva

1. Dispón las sillas en círculo o semicírculo para favorecer la participación y el contacto visual.
2. Muestra algunos titulares de prensa como ejemplo o un video corto de una noticia buena de una comunidad
3. Indica a los participantes que trabajarán de manera individual al inicio, para después compartir sus creaciones en el gran grupo.
4. Explica que la dinámica busca activar la creatividad, la confianza y la voz de cada persona como "periodista comunitario".
5. Entrega una hoja y un esfero a cada participante.
6. Pide que redacten un titular positivo sobre un hecho real o imaginado de su comunidad (ejemplo: "La vereda se une para sembrar árboles").
7. Indica que, al terminar, cada persona leerá su titular en voz alta imitando el estilo de un noticiero radial (entonación enérgica y clara).
8. De manera opcional, los titulares pueden pegarse en una cartulina o mural, creando un "periódico de buenas noticias" que quede como memoria visual de la actividad.

Guía para escribir un buen titular de prensa



1 Sé breve y directo

Usa frases cortas (ideal: entre 6 y 12 palabras).
Ejemplo: Jóvenes del barrio crean mural por la paz

2 Resalta lo más importante

El titular debe responder al qué pasó o quién lo protagonizó.
Ejemplo: Mujeres campesinas lideran proyecto de reconciliación

3 Usa un lenguaje claro

Palabras simples que todos comprendan.
Ejemplo: Comunidad recupera el río con jornada de limpieza

4 Genera interés

El titular debe invitar a leer, despertar curiosidad o emoción.
Ejemplo: De la guerra al balón: torneo juvenil une a excombatientes

5 Cuida la neutralidad

Evita exageraciones o adjetivos que suenen a opinión personal.
Ejemplo: La paz absoluta reina en el país gracias a un gobierno ejemplar.

Actividad 2 “Entrevista rápida”

La “Entrevista relámpago” es una dinámica práctica en la que los participantes, organizados en parejas, asumen los roles de entrevistador y entrevistado para compartir experiencias de paz, resistencia o reconciliación en sus comunidades. La actividad permite ejercitar la escucha activa, la formulación de preguntas abiertas y la capacidad de síntesis, ya que al finalizar cada persona debe extraer tres frases clave de lo que escuchó. Con un ritmo ágil y cercano, esta práctica introduce a los participantes en las técnicas básicas de recolección de testimonios para el periodismo comunitario.



Propósitos de la actividad

- Desarrollar habilidades de escucha activa y respeto en la comunicación interpersonal.
- Fomentar la capacidad de formular preguntas abiertas que permitan obtener información significativa.
- Ejercitar la síntesis de información, identificando lo esencial de un relato.
- Promover la confianza y la empatía entre los participantes, fortaleciendo vínculos comunitarios.



Materiales y recursos didácticos

- Cuadernos
- Lapiceros

Desarrollo de la actividad

1. Organiza el espacio: dispón las sillas en parejas, de modo que los participantes puedan conversar cara a cara sin distracciones.
2. Explica la dinámica: indica que trabajarán en duplas, entrevistándose mutuamente sobre una experiencia de paz, resistencia o reconciliación en sus comunidades.
3. Define los roles: cada pareja debe decidir quién será entrevistador y quién entrevistado en la primera ronda.
4. Inicia la entrevista: da 5 minutos para que el entrevistador formule preguntas y escuche con atención la historia de su compañero.
5. Cambia los roles: después de los 5 minutos, el entrevistador pasa a ser entrevistado y viceversa, repitiendo el ejercicio.
6. Ejercicio de síntesis: al terminar, cada participante debe escribir en su hoja tres frases clave que resuman lo más significativo de la historia escuchada.
7. Compartir (opcional, según tiempo): invita a que algunos voluntarios lean sus frases clave en voz alta para el gran grupo, resaltando la riqueza de las experiencias narradas.
8. Cierre: enfatiza que una buena entrevista no consiste solo en preguntar, sino sobre todo en escuchar y captar lo esencial de la voz del otro.

Actividad 4 “Periódico mural comunitario”

La actividad del mural consiste en que los participantes, organizados en equipos, elaboren un periódico mural donde plasmen sus producciones periodísticas (noticias positivas, entrevistas relámpago, crónicas cortas, titulares). Cada grupo seleccionará un espacio del mural para pegar sus textos acompañados de dibujos, fotografías o símbolos que refuercen el mensaje. El mural será expuesto en el salón como una “ventana comunitaria”, fomentando el diálogo, la memoria colectiva y la comunicación de experiencias de paz desde la voz de la comunidad.



Propósitos de la actividad

- Fortalecer las habilidades de comunicación escrita y visual para difundir mensajes comunitarios.
- Ejercitar el trabajo colaborativo en la construcción de un producto periodístico colectivo.
- Reconocer el valor del mural como herramienta pedagógica, de memoria y transformación social.
- Promover la creatividad y la apropiación de la palabra como instrumento de paz.



Materiales y recursos didácticos

- Papel periódico
- Lapiceros y Marcadores
- Hojas

Desarrollo de la actividad

1. Organiza el salón en grupos de 4 a 5 participantes. Entrega a cada grupo cartulinas, marcadores, revistas para recortar, tijeras y cinta adhesiva.
2. Indica a los grupos que seleccionen de sus ejercicios anteriores (noticia positiva, entrevista, crónica, titulares) los materiales que quieran compartir en el mural.
3. Diseña el mural: pide que decidan un título general para su sección y organicen los textos de forma atractiva, combinando frases, titulares y elementos visuales (dibujos, recortes, símbolos).
4. Construye en colectivo: coloca las secciones de cada grupo en un panel común o en la pared, uniendo todas las producciones como si fueran las páginas de un periódico mural.
5. Haz una galería de lectura: invita a los participantes a recorrer el mural, leer lo de otros grupos y dejar comentarios o palabras de reconocimiento en notas adhesivas.
6. Cierra la actividad con una conversación grupal sobre lo aprendido: ¿qué mensajes resaltaron?, ¿cómo ayuda el mural a fortalecer la comunicación y la memoria comunitaria?

Actividad 5 “Compartir de experiencias”

La socialización y cierre consiste en un espacio final donde los participantes comparten sus aprendizajes, reflexionan sobre la experiencia vivida y destacan los mensajes más valiosos que

surgieron en las distintas actividades. A través de un diálogo abierto y dinámico, se busca recoger la voz de todos y reconocer la importancia del trabajo colectivo.



Propósitos de la actividad

- Favorecer la capacidad de reflexión crítica sobre el proceso y los aprendizajes alcanzados.
- Promover la escucha activa y el reconocimiento de la voz del otro.
- Reforzar el sentido de comunidad y pertenencia en torno al trabajo realizado.
- Generar un cierre simbólico que permita valorar la experiencia y motivar la continuidad de las acciones en la vida cotidiana.



Materiales y recursos didácticos

- Construcciones colectivas

Desarrollo de la actividad

1. Organiza el grupo en círculo, para propiciar cercanía y equidad en la palabra.
2. Explica la dinámica de cierre: cada participante debe compartir en voz alta una palabra, frase o símbolo que resuma lo que se lleva de la experiencia.
3. Da unos minutos de reflexión para que cada persona piense qué quiere compartir.
4. Pasa la palabra en ronda, cuidando que todos tengan la oportunidad de hablar sin interrupciones.
5. Registra en un cartel las palabras o frases clave, formando un mapa visual de aprendizajes colectivos.
6. Propón un cierre simbólico: puede ser un aplauso en círculo, un gesto colectivo de unión (por ejemplo, juntar las manos en el centro), o una lluvia de confeti/papeles de colores con mensajes de paz.
7. Concluye agradeciendo la participación y resaltando el valor de lo compartido como una semilla para continuar construyendo paz y memoria comunitaria.



Guía para una Entrevista



Prepara preguntas

Pregunta abierta, por ejemplo:
“¿Puedes compartir una experiencia de paz?”



Escucha atentamente

Presta atención a lo que dice el entrevistado



Profundiza

Pregunta: “¿Qué crees que hizo diferente la experimentación de paz?”



Sé respetuoso

Muestre empatía y no juzgue

Actividad 3 “Crónicas de vida”

La “Crónica corta” es una actividad grupal en la que los participantes, a partir de testimonios recogidos en entrevistas previas o experiencias conocidas, redactan de manera colectiva un texto breve (máx. 15 líneas) que narre una historia significativa sobre paz, resistencia o reconciliación en su comunidad. El énfasis está en contar la experiencia como relato, usando un lenguaje cercano y evocador que transmita no solo los hechos, sino también las emociones y aprendizajes de la situación.



Propósitos de la actividad

- Desarrollar habilidades de escritura narrativa aplicadas al periodismo comunitario.
- Fortalecer la capacidad de trabajo en equipo en la construcción de relatos colectivos.
- Ejercitar la organización de la información en una secuencia clara y breve.
- Promover la visibilización de historias de paz y resistencia desde la voz de la comunidad.



Materiales y recursos didácticos

- Papel periódico
- Lapiceros y Marcadores
- Hojas

Desarrollo de la actividad

1. Organiza a los participantes en equipos pequeños (4 o 5 personas) para favorecer el trabajo colaborativo.

2. Explica la dinámica: cada grupo redactará una crónica breve, basada en una de las entrevistas realizadas previamente o en una experiencia conocida por sus integrantes.
3. Presenta la guía rápida en el tablero o en una hoja: Quién es el protagonista?, Qué ocurrió?, Dónde y cuándo sucedió?, Cómo se sintió la persona o la comunidad?, Qué aprendizajes o cambios dejó la experiencia?
4. Da un tiempo de 30-35 minutos para que los grupos redacten en conjunto la crónica (máx. 15 líneas).
5. Acompaña el proceso: circula entre los equipos, orientando sobre claridad, sencillez del lenguaje y enfoque constructivo.
6. Cierre de la actividad: pide que cada grupo lea en voz alta su crónica frente al resto, resaltando que cada texto se convierte en un testimonio escrito de la memoria comunitaria.

Plantilla para Crónica Corta

Título de la crónica:

1. ¿Quién es el protagonista de la historia?

Nombre, persona, familia, grupo o comunidad que vivió la experiencia.

.....

.....

2. ¿Qué ocurrió?

Describe brevemente el hecho o situación central.

.....

.....

3. ¿Dónde y cuándo sucedió?

Lugar y momento en que ocurrió la experiencia.

.....

.....

4. ¿Cómo se sintió la persona o la comunidad?

Emociones, pensamientos o reacciones.

.....

.....

5. ¿Qué aprendizajes o cambios dejó la experiencia?

Lo que transformó, enseñó o aportó a la comunidad.

.....

.....

6. Redacción de la crónica (máx. 15 líneas)

Con la información anterior, redacten aquí la versión final de la crónica como un relato breve.

.....

.....

.....

.....



EVALUACIÓN DEL TALLER

Semáforo de aprendizaje "Autoevaluación TARE 2"

No.	Criterio de evaluación	Nivel de aprendizaje		
	Descripción del criterio	Alto	Medio	Bajo
1	Elaboré un titular o noticia breve que comunica de manera clara un hecho comunitario.			
2	Logré escuchar con atención durante la entrevista relámpago y recoger ideas clave.			
3	Pude redactar mi texto periodístico (titular, entrevista o crónica) de forma sencilla y comprensible.			
4	Aporté creatividad y cercanía en mi producción escrita.			
5	Reflexioné sobre el papel de la comunicación en la construcción de paz.			

Este instrumento permite la mirada del participante a su proceso de formación.

Semáforo de aprendizaje "Co-evaluación TARE 2"

No.	Criterio de evaluación	Nivel de aprendizaje		
	Descripción del criterio	Alto	Medio	Bajo
1	Escuché y valoré los relatos o ideas de mis compañeros sin interrumpir.			
2	Reconocí la importancia de las experiencias y voces diversas en el taller.			
3	Pude redactar mi texto periodístico (titular, entrevista o crónica) de forma sencilla y comprensible.			
4	Mostré disposición al diálogo y al respeto mutuo.			
5	Colaboré activamente en la creación del mural comunitario.			

Este instrumento permite la mirada del participante desde su interacción con el colectivo.

Semáforo de aprendizaje "Hetero-evaluación TARE 2"

No.	Criterio de evaluación	Nivel de aprendizaje		
	Descripción del criterio	Alto	Medio	Bajo
1	El colectivo participó con compromiso en las actividades de redacción y socialización.			
2	El colectivo mostró escucha activa y respeto durante las entrevistas y trabajos grupales.			
3	El colectivo redactó sus producciones periodísticas con claridad, sencillez y creatividad.			
4	El colectivo demostró actitudes de empatía y apertura hacia sus compañeros.			
5	Colaboré activamente en la creación del mural comunitario.			
6	El colectivo vinculó sus escritos al sentido comunitario y a la construcción de paz.			

Este instrumento permite la mirada del formador a las actuaciones de los participantes en el proceso.



Bibliografía

- Conciudadanía. (2020). 5 cuentos para 5 noches: Pensar y sentir la reconciliación. Conciudadanía. <https://conciudadania.org/bibliotecas/5-cuentos-para-5-noches-pensar-y-sentir-la-reconciliacion/>
- Alcaldía de Santiago de Cali. (2022). Contar para sanar: Tejiendo un camino hacia la paz. Secretaría de Paz y Cultura Ciudadana. <https://www.cali.gov.co/pazycultura/publicaciones/172346/contar-para-sanar-tejiendo-un-camino-hacia-la-paz/>
- Había una vez psicología y educación. (2022, 29 de marzo). Cuentos para la paz. <https://habiaunavezpsicologiayeducacion.com/2022/03/29/cuentos-para-la-paz/>
- Ortín Pérez, B. (2016). Cuentos que curan. Asociación Española de PNL. <https://aepnl.com/cuentos-que-curan-por-bernardo-ortin-perez/>
- Cicero, I. (2018, 8 de abril). Hay cuentos que sanan las heridas profundas del alma. Sociedad Cantabra de Escritores. <https://scescritores.es/hay-cuentos-que-sanan-las-heridas-profundas-del-alma/>
- Anzorena, O., & Goldvarg, D. (s. f.). Teoría y práctica del coaching ontológico profesional: La profesión del desarrollo del potencial humano. Life Coaching - Entrenando el Ser Holístico. Recuperado de <https://life-coaching-entrenando-el-ser9.webnode.page/bibliografia/>
- Echeverría, R. (1994). Ontología del lenguaje. Santiago de Chile: JCSáez Editor. Recuperado de <https://zarpar.io/blog/articulos/16-mejores-libros-sobre-coaching-ontologico/>
- Flores, F., & Echeverría, R. (s. f.). Conversaciones para la acción. Referencia en Zarpar Coaching. Recuperado de <https://zarpar.io/blog/articulos/16-mejores-libros-sobre-coaching-ontologico/>
- Kimsey-House, H., Kimsey-House, K., & Sandahl, P. (s. f.). Coaching co-activo: Cambiar empresas, transformar vidas. Referencia en Zarpar Coaching. Recuperado de <https://zarpar.io/blog/articulos/16-mejores-libros-sobre-coaching-ontologico/>
- Ramírez, G. (s. f.). Claves del coaching: Herramientas que te ayudarán a sacar lo mejor de ti. Referencia en Zarpar Coaching. Recuperado de <https://zarpar.io/blog/articulos/16-mejores-libros-sobre-coaching-ontologico/>
- Zarpar Coaching. (2021, 12 de agosto). Ontología del lenguaje [Reseña del libro de Rafael Echeverría]. Zarpar. Recuperado de <https://zarpar.io/blog/articulos/16-mejores-libros-sobre-coaching-ontologico/>

Cómo contextualizarlos en tu cartilla

Recurso	Aplicación en formadores/cartilla
<i>5 cuentos para 5 noches</i>	Usar los cuentos como micro-unidades temáticas que promuevan reflexión diaria y diálogo.
<i>Contar para Sanar</i>	Incluir actividades de narrativa oral, dramatización y creación grupal de relatos.
<i>Cuentos para educar en la paz</i>	Proponer lecturas y debates sobre justicia, empatía y resolución no violenta.
<i>Cuentos que curan</i>	Uso terapéutico del relato; reflexionar sobre metáforas, símbolos, sentidos múltiples.
<i>Hay cuentos que sanan...</i>	Fundamentar el uso de la narrativa como herramienta pedagógica y emocional.

Cómo integrar estos textos en tu cartilla

Referencia APA	¿Cómo incorporarla en tu cartilla?
Echeverría (1994)	Introducción teórica sobre el poder generativo del lenguaje.
Echeverría (2014)	Debate ético sobre el uso del lenguaje en procesos de sanación y empoderamiento.
Anzorena & Goldvarg	Guía práctica para formar formadores: teoría + ejercicios + ética.
Flores & Echeverría	Proponer actividades de reformulación conversacional y compromisos lingüísticos.
Ramírez; Kimsey-House et al.	Herramientas específicas: preguntas, dinámicas, ejercicios con narrativa terapéutica.



Cartilla Didáctica

**Sanar, Crecer,
Transformar
desde la Palabra**

Una propuesta para formadores comunitarios