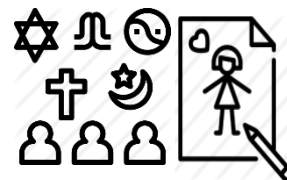




**INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
CONCEJO MUNICIPAL DE ITAGÜÍ  
“Propiciando la formación integral del ser”**



**ÁREA: ETICA Y RELIGION**



**GRADO: SEPTIMO**  
**GUÍA No: 3**  
**MECANISMO ALTERNATIVOS DE SOLUCIÓN DE CONFLICTOS**  
**DURACIÓN: 23 HORAS**  
**ANALISTA: FLOR ANGELA LONDOÑO ARANGO**

**MATRIZ DE REFERENCIA**

<b>Estándares</b>	<b>Competencias</b>	<b>Aprendizaje</b>	<b>Evidencia</b>
Respondo de manera constructiva ante las emociones propias y ajenas emprendiendo una acción colectiva pacífica y democrática para solucionar los problemas que se puedan generar	Interpretación y análisis de perspectiva	Comprende perspectivas de distintos actores y grupos sociales	Establece relaciones entre las perspectivas de los individuos en una situación conflictiva y las propuestas de solución

**TABLA DE CONTENIDOS**

	pag
Matriz de referencia.....	1
Niveles de lectura.....	1
Punto de partida.....	2
Consulta y recolección de información.....	3
Desarrollo de la habilidad .....	4
Relación .....	5
Anexos.....	8

**NIVELES DE LECTURA**

<b>NIVELES</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>CONVENCIONES</b>
LITERAL	El lector identifica de manera clara los elementos que componen el texto. Conlleva una lectura cuidadosa para entender todas las informaciones presentadas y su intención y significado. Es el reconocimiento de todas aquella que está explícito en el texto. Determina el marco referencial de la lectura.	
INFERENCIAL	Es establecer relaciones entre partes del texto para reducir información, conclusiones aspectos que no están escritos(implícitos). Este nivel es de especial importancia para realizar ejercicios de pensamientos	
CRITICA	Implica un ejercicio de valoración y de formación de juicios propias frente a conocimientos previos. Es la elaboración de un argumento para sustentar opciones. Es el nivel intertextual Conversación con otros textos)	



## PUNTO DE PARTIDA



### Fecha de Entrega

Día	Mes	Año
1	09	2023



### Habilidades a desarrollar

Observar e identificar por medio de imágenes conflictos, personales, familiares y sociales

Indagar: Sobre algunas posibles soluciones a los conflictos identificados

Reflexionar sobre el aprendizaje que se puede aprender de un conflicto

### Preguntas orientadoras o problematizadoras

¿Que se requiere para evitar un conflicto?

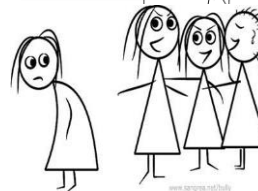
¿Qué hacer en caso de presentarse un conflicto?



Actividad 1. Observa las siguientes imágenes y responde:

- ¿Qué problemas identificas en las láminas observadas?
- ¿Qué solución le darías a los conflictos observados?
- ¿Consideras que algo bueno puede traer un conflicto? Argumenta

Actividad 2. Dinámica Dirigida por el analista: El nudo





## PUNTO DE LLEGADA

Al Terminar la guía el estudiante estará en la capacidad establecer relaciones entre las preceptivas de los individuos en una situación conflictiva y los diversos mecanismos alternativos de solución.



## CONSULTA Y RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN



### Fecha de Entrega

Día	Mes	Año
29	09	2023



### Habilidades a desarrollar

Identificar: Elementos en la solución de un conflicto

Reconocer: Actitudes que se deben de asumir en los conflictos presentados en la vida cotidiana

Reflexionar: Sobre la importancia de un soporte espiritual en los momentos difíciles y especiales de la vida

Seleccionar: Los siete pasos en la solución de un conflicto

Actividad 1: Leer el documento “¿Qué son los conflictos?” y extrae 6 preguntas que consideres importantes cuyas respuestas sean extraídas del texto (No olvides las respuestas de cada pregunta).


Actividad 2. **Parábolas: Olvidemos lo que nos hace daño y el árbol de los problemas y responde:**





- ❖ ¿Cuál es la lección que identificas en cada parábola?
- ❖ ¿Qué Actitudes se debe de asumir frente a los conflictos presentados en cada parábola?

Actividad 3. Lectura buscando a Dios **Buscando a Dios** y responde ¿Qué elementos brinda la lectura para el encuentro con Dios?


Actividad 4. Observación del siguiente video <https://www.youtube.com/watch?v=jXMmTaH6xUI&t=14s>

Identifica los siete pasos de la solución de un conflicto

 <b>LISTA DE VERIFICACIÓN</b>	SI	NO, Porque
Actividad No.1 ¿Identificaste en el documento elementos a destacar en la solución de un conflicto?		
Actividad No.2 Identificaste en las parábolas lecciones de vida relacionadas con la solución de conflictos?		
Actividad No.3 Identificaste en la lectura buscando a Dios algún elemento frente a la actitud que debo de asumir ante un conflicto?		
Actividad No.4 ¿Seleccionaste los 7 pasos en la solución de un conflicto?		

¿Cómo te sientes hasta el momento?			
 Bien	 Excelente	 Regular	 Mal

Argumenta tu respuesta: \_\_\_\_\_

	<b>DESARROLLO DE LA HABILIDAD</b>	 <b>Fecha de Entrega</b>		
		Día	Mes	Año
		27	10	2023


<b>Habilidades a desarrollar</b>
Aplicar: En los conflictos planteados causas, consecuencias y posibles soluciones
Participar y reflexionar: Sobre actitudes que se deben asumir en la solución de un conflicto
Escribir: Sobre su sentir en los momentos difíciles de su vida.




Actividad 1: **Ejercicios de solución de conflicto.** Por medio de un cuadro organizador, plantea lo que consideras son las causas, consecuencias y soluciones de las siguientes situaciones conflictivas: Baja autoestima, violencia intrafamiliar, acoso sexual, maltrato físico, complejo de superioridad, complejo de inferioridad, bullying escolar, bullying cibernético, violencia de barras bravas, manipulación de medios de comunicación, resentimientos, depresión.

Actividad 2: Dinámica Reflexiva el Bauer y la llave dirigida por el analista

Actividad 3: Elabora una carta Dios con el siguiente título: ¿Por qué necesito de ti? Si estás en un conflicto, ponlo en sus manos, coméntale en tu carta la situación que te preocupa y permite que tu fe se acreciente

Actividad 4: Taller de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía. Actividad de transversalización con el proyecto de educación sexual. (Ver anexo)

 LISTA DE VERIFICACIÓN DE ACTIVIDADES	SI	NO
Actividad No.1 ¿Realízate el cuadro de los conflictos?		
Actividad No.2. ¿Participaste en la experiencia del baúl y la llave?		
Actividad No.3 ¿Escribiste la carta a Dios o tú sentir?		

¿Cómo te sientes hasta el momento?			
 Bien	 Excelente	 Regular	 Mal

	<b>RELACIÓN</b>			<b>Fecha de Entrega</b>	
			Día	Mes	Año
			17	11	2023


<b>Habilidades a desarrollar</b>
Analizar: Sobre un conflicto personal en búsqueda de soluciones asertivas
Autoevaluar: Sus propósitos para mejorar actitudes en su vida cotidiana
Interactuar: Positivamente con el grupo para el fortalecimiento de la sana convivencia.

Actividad 1: De las problemáticas planteadas en el desarrollo de la habilidad, escoge la que consideres para ti que necesitas de una solución inmediata en tu vida siguiendo los siguientes pasos:





- Diagnóstico del problema Hablar: (¿cómo me siento frente al problema?)
- Causas del problema
- Consecuencias del problema
- Personas que me pueden orientar a la solución del conflicto
- ¿Cuál es el desafío que puedo asumir?
- ¿Cuáles son las tareas claves que debo emprender para cumplir el desafío?
- ¿Qué estrategias de seguimientos o autoevaluación voy a utilizar para mejorar el desafío?
- ¿Qué puedo hacer desde lo espiritual para hacerle frente al conflicto?

Actividad 2: Compartir el árbol de la siembra realizada en la primera guía.

Actividad 3: Tertulia grupal para reafirmar el valor del proyecto te quiero

 <b>LISTA DE VERIFICACIÓN DE ACTIVIDADES</b>	SI	NO
Actividad No.1 ¿Analizaste el conflicto presente en tu vida?		
Actividad No.2. ¿Socializaste la siembra realizada al principio del año?		
Actividad No3 ¿Participaste en la tertulia grupal sobre el valor del ,proyecto te quiero y te cuido		

**¿Cómo te sientes hasta el momento?**

 Bien	 Excelente	 Regular	 Mal
---	--	--	--

Argumenta tu respuesta: \_\_\_\_\_





## RECURSOS


**Enlace para consultar guías y material de clase para los alumnos que usen un correo de gmail.com**

<https://classroom.google.com/u/0/c/MTk1ODI1MTM3Mzc0?cjc=s5tee5e>

Documentos de apoyo ver anexos – videos – Documentos de apoyo –

	 <b>AUTOEVALUACIÓN</b>	%
1	La asistencia a los encuentros de aprendizaje ha sido	
2	He cumplido con las actividades asignadas en la guía	
3	El esfuerzo que he colocado en las actividades es: (calidad, presentación, siguiendo las instrucciones del profesor)	
4	Entrega los trabajos a tiempo y cuando se indica.	
5	Lo que he aprendido en el área es	

	 <b>COEVALUACIÓN</b>	%
1	Cree que el tiempo que ha dedicado su hijo a la realización de las actividades es:	
2	El esfuerzo que ha colocado su hijo en la realización de las actividades es:	
3	La asistencia a los encuentros académicos es:	
4	El apoyo a sus hijos en las actividades escolares es:	
5	El tiempo que acompañó a mi hijo es:	
6	Le brindo los recursos necesarios para desempeñarse adecuadamente en el espacio escolar	
7	Le tiene a su hijo o acudido rutinas diarias establecidas como: hora de ver TV, comidas, estudio, labores de la casa	

	 <b>SOCIOEMOCIONAL</b>	%
1	¿Reconozco mis emociones antes, durante y después de realizar la guía? (Autoconciencia)	
2	¿Me tranquilizo cuando no entiendo una actividad y busco alternativas para desarrollarla? (Autorregulación)	
3	¿Socializo con mis padres, familiares o amigos para comprender algunos puntos? (Conciencia social)	
4	¿Expreso mis ideas y opiniones sin imponerlas? (comunicación positiva)	
5	¿Reconozco mis emociones antes, durante y después de realizar la guía? (Autoconciencia)	
6	¿Me tranquilizo cuando no entiendo una actividad y busco alternativas para desarrollarla? (Autorregulación)	
7	¿Socializo con mis padres, familiares o amigos para comprender algunos puntos? (Conciencia social)	
8	¿Expreso mis ideas y opiniones sin imponerlas? (comunicación positiva)	

Anexos de los documentos de apoyo para el desarrollo.

## DOCUMENTOS DE APOYO TERCER PERIODO GRADO SEPTIMO

### ¿Qué son los conflictos?

Normalmente hablamos como si fueran sinónimos de problemas y conflictos, vamos a describirlos muy brevemente para diferenciarlos:

- **Problema:** estado de tensión o malestar que surge entre dos personas o más, porque tienen los mismos o contrarios, intereses, a lo que no encuentran una solución compatible con igualdad entre ellos.
- **Conflicto:** una cuestión de difícil solución entre dos o más personas donde ambas tienen o creen tener la razón.

Los conflictos surgen y nos acompañan a lo largo de toda la vida, no hay que entenderlos siempre como algo negativo, ya que los conflictos pueden ser positivos. Es muy importante identificarlos para poder solucionarlos.



### ¿Qué tipos de conflictos nos encontramos en el día a día?

Debemos tener en cuenta que existen diferentes tipos de conflictos dependiendo del contexto o la forma en que se manifiestan.

- **Conflictos latentes:** son aquellos conflictos que existen, pero las personas implicadas no son conscientes de ellos.
- **Conflictos explícitos o manifiestos:** aquellos conflictos que son aparentes y reconocidos por las personas implicadas.

También podemos encontrar:

- **Conflictos intrapersonales:** surgen en el interior de la persona, consigo misma, están relacionados con los valores que posee o con cuestiones personales y/o íntimas.
- **Conflictos interpersonales:** aquellos que surgen entre dos personas por la intervención de una tercera persona, una idea o por el interés en un bien que los dos aspiran, es decir, por algo que los dos quieren.
- **Conflictos intragrupal:** se desarrollan enfrentamientos entre diferentes subgrupos dentro de un grupo mayor.
- **Conflictos intergrupales:** nos referimos a aquellos que tienen lugar entre dos grupos definidos.

### ¿Cómo podemos solucionarlos?

El proceso para resolver cualquiera de estos tipos de conflictos es el mismo y se basa en 7 pasos que podemos seguir:

1. Definir el problema: buscar el origen o las causas que dan lugar a la situación que se están viviendo, intentando responder a las siguientes preguntas ¿Qué va mal? ¿Qué ocurre?
2. Analizar las causas: tener presente el porqué del conflicto, todo lo que ocurre tiene una o varias causas, saber analizarlas ayudará a resolver la situación.
3. Definir objetivos para actuar: antes de emprender cualquier acción se debe tener claro lo que se quiere conseguir en esa situación o conflicto. ¿Queremos solucionarlo?
4. Generar alternativas: se deben buscar diferentes formas de resolución del conflicto y pensar qué se puede hacer desde un punto de vista positivo. Aunque en el momento nos parezca



imposible, cada situación de conflicto tiene multitud de soluciones posibles, hay que pensar en todas ellas, desde la más irracional a la más racional.

5. Elegir las alternativas apropiadas: siempre que se tomen decisiones se ha de preguntar qué se debe hacer y cuál es la forma más adecuada de actuar. La clave para ello es poder prever las posibles consecuencias que puede tener cada alternativa que se nos ha ocurrido, así podremos valorar cuál es la más adecuada. Pensar antes de actuar.

6. Poner en práctica la solución elegida: una vez que se tiene claro de qué manera se puede solucionar hay que llevarlo a la práctica eligiendo la manera más adecuada.

7. Evaluar los resultados: las consecuencias de las acciones llevadas a cabo dirán si la resolución del conflicto ha sido positiva o no.

### Los Marcs

#### DEFINICION



Los Marcs son todos los [medios](#) por los cuales se pretende dar solución a intereses contrapuestos. Los Mecanismos Alternativos de Resolución de Conflicto (M.A.R.C) son procesos solucionadores de conflictos por sí mismo o por medio de terceros, ejecutados fuera del ámbito judicial. Los Mecanismos Alternos de [Resolución de Conflictos](#) son medios para resolver

conflictos interpersonales o grupales. Constituyen una segunda vía independiente, equivalente y paralela al [poder judicial](#), orientados a la solución privada de los conflictos.

#### PRINCIPALES [MARC](#)"s

Los principales procesos alternativos al proceso judicial, en nuestro medio, son cuatro:

- a. La Negociación o Transacción.
- b. La Mediación
- c. La Conciliación
- d. El Arbitraje

**La Negociación** es un mecanismo alternativo de solución de conflicto que consiste en un proceso no adversarial, voluntario, de comunicación directa, de tú a tú, inter partes interdependientes por un conflicto, que trabajan conjuntamente para arribar por si mismos a un acuerdo consensual que los satisfaga mutuamente, maximizando resultados, con el que solucionan su conflicto eficazmente, durablemente y evitan un proceso judicial traumático.

#### DIFERENCIAS CON OTROS MARC

##### **Negociación Y Mediación**

La diferencia fundamental radica en que mientras en la negociación únicamente participan las partes en conflicto. En la mediación interviene un tercero neutral denominado mediador quien los ayuda a solucionar sus conflictos, actuando pasivamente en el proceso de mediación.

##### **Negociación Y Conciliación**

Mientras que la negociación implica la participación exclusivamente de las partes en disputa para solucionar los conflictos, en la conciliación interviene un tercero neutral e imparcial (conciliador) que ayuda a las partes a encontrar la solución a su conflicto. El conciliador actuara activamente ya que tiene la facultad de proponer alternativas de solución no vincula.

##### **Negociación Y Arbitraje**

En la negociación las mismas partes solucionan sus conflictos, por sí mismo, "se auto sentencian". En cambio en el arbitraje un tercero ajeno impone la solución al conflicto, otra

diferencia es que la negociación es un proceso esencialmente no adversarial y el arbitraje en cambio el arbitraje es un proceso adversarial.

### Características de los MARC"S

- Posibilitan la solución de conflictos, al margen del poder judicial.
- Evitan que algunos conflictos jurídicos no se puedan resolverse entre partes, sean llevados al poder judicial; disminuyendo así la carga de trabajo de los jueces.
- Propician una Cultura de Paz, entendida como aquella forma de vida de un grupo humano organizado que tiene por fin la creación de condiciones plenas de desarrollo integral del ser humano.
- Mejoran el acceso a la justicia, brindando nuevas alternativas para encontrar la solución más rápida, justa y efectiva a los conflictos.
- Fortalecen la democracia o la participación ciudadana, como vía adecuada para solucionar determinadas controversias.
- 



### PARÁBOLA: OLVIDEMOS LO QUE NOS HACE DAÑO

Dos monjes iban caminando por el campo al atardecer; mientras caminaban, oraban y reflexionaban. Un poco antes de acercarse a un río que tenían que cruzar, el cual no tenía puente para hacerlo, se les acercó una mujer de baja estatura, pidiéndoles que le ayudaran a cruzar el río. Uno de ellos inmediatamente dijo que sí, mientras el otro lo veía con mirada de desaprobación. El que se apuntó para ayudar a la pequeña mujer la subió en sus hombros y terminado el río la bajó de sus hombros, la mujer quedó muy agradecida con ese monje. Los monjes siguieron su camino y el que no aprobó la decisión empezó a reclamarle al monje que ayudó a la mujer a cruzar el río acerca de su comportamiento: ¿Por qué subiste a esa mujer a tus hombros?, ¿no sabes que en el convento nos tienen prohibido mantener contacto con mujeres? El monje que había ayudado a la mujer no respondía a las preguntas del otro monje. Siguieron su camino y el monje insistía en sus preguntas, a lo que el otro monje no respondía. Poco antes de llegar al convento, el monje le volvió a cuestionar acerca de lo que había hecho y por fin el monje respondió: Hace más de cuatro horas que esta mujer ya no está cerca de mi cabeza, pero sigue en la tuya. ¿Qué ganas con hacerte daño al tener en tu mente cosas del pasado?, ¿qué ganas con tener en tu mente cosas que a ti no te afectan?



### REFLEXIÓN: EL ÁRBOL DE LOS PROBLEMAS

Había contratado un carpintero para ayudarme a reparar mi vieja granja. Él acababa de finalizar su primer día de trabajo que había sido muy duro. Su sierra eléctrica se había estropeado lo que le había hecho perder mucho tiempo y ahora su antiguo camión se negaba a arrancar.

Mientras lo llevaba a su casa, permaneció en silencio.



Una vez que llegamos, me invitó a conocer a su familia. Nos dirigíamos a la puerta de su casa y se detuvo brevemente frente a un precioso olivo centenario tocó el tronco con ambas manos.

Al entrar en su casa, ocurrió una sorprendente transformación. Su bronceada cara sonreía plenamente. Abrazó a sus dos pequeños hijos y le dio un beso a su esposa. La energía había cambiado completamente. Posteriormente me acompañó hasta el coche.

Cuando pasamos cerca del olivo, sentí curiosidad y le pregunté acerca de lo visto cuando entramos.

- Ese es mi árbol de los problemas, – contestó
- Sé que no puedo evitar tener problemas durante el día como hoy en el trabajo, por ejemplo, pero no quiero traer estos problemas a mi casa. Así que cuando llego aquí por la noche cuelgo mis problemas en el árbol. Luego a la mañana cuando salgo de mi casa los recojo otra vez.
- Lo curioso es, – dijo sonriendo – que cuando salgo a la mañana a recoger los problemas del árbol, ni remotamente encuentro tantos como los que recuerdo haber dejado la noche anterior. Maestro: si te centras en el ahora desaparecen todos los problemas.

### LECTURA BUSCANDO A DIOS

***Yo estoy a tu puerta, y llamo; si oyes mi voz y me abres, entraré en tu casa y cenaré contigo.***

#### ***Apocalipsis 3:20***

Había un hombre muy curioso e inteligente que se había propuesto a encontrar a Dios, compraba todos los libros que hablaran acerca de la existencia de Dios, los más caros, los más populares, los más científicos etc., en eso leyó un pasaje de la Biblia que marco su corazón, este decía: *“la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento” su curiosidad aumento, ¿cómo será esa paz de la que habla aquel libro? Se preguntaba, Y ¿como se explica esa paz en un mundo donde hay tantas guerras, enfermedades y problemas?, el hombre estudiaba día y noche buscando conocer aquella paz, comenzó a viajar y a vivir en diferentes partes del mundo con el objeto de encontrar pruebas que le permitieran comprobar la existencia de Dios, pero por más pruebas que encontraba y por más sitios que visitara no había algo que le permitiera conocer o ver a Dios como él deseaba.*

Hasta que un día en su cuarto frustrado de sus fallidos intentos, entre lágrimas comenzó a hablar a su corazón, *“Dios si en verdad existes ¿porque no te dejas ver?, he invertido gran parte de mi tiempo y de mi vida, en estudiar tu existencia, he viajado a lo largo del mundo buscando huellas, pruebas u alguna otra cosa que me dé certeza de ti pero hasta ahora no he encontrado nada, si en verdad existes ¿porque te escondes de mí? anhelo con todo mi corazón algún día poder llegar a verte, mientras el hombre callaba de repente empezó a escuchar en lo más profundo de su ser una voz que le decía: “hijo mío, siempre he estado a la vereda de tu corazón, llamándote, pero tus muchas ocupaciones no dejaban que tu escucharas mi voz, sino hasta ahora que ha despertado tu oído y he captado tu atención, quiero decirte que siempre te he amado y esperaba este momento en el que tu volvieras a mí”, el hombre le responde “Mi señor antes solo había escuchado hablar sobre ti, y sabia solo lo que leía en los libros, pero ahora al escucharte en mi corazón puede decir que realmente te he visto”.*

La mayoría de las veces en medio de los problemas, las personas dicen que necesitan encontrar de aquella tranquilidad que ofrece Dios, entonces se encargan de realizar una especie de búsqueda con el propósito de hallar aquella paz que sobrepasa todo entendimiento, lo que muchos ignoran es que no somos nosotros quienes buscamos de Dios, es Él quien constantemente nos busca y nos llama, pues no fue El quien se alejó de nosotros, sino que

fuimos nosotros lo que nos alejamos de Él, por eso escucha el llamado de Dios quien está a la puerta de tu corazón y te dice “Hijo mío ven, regresa a mí”.

**Autora:** Marianny I. Gutiérrez

Documento del taller dirigido por el analista sobre educación sexual y construcción de ciudadanía

# BULLYING ESCOLAR



La palabra bullying describe un modo de trato entre personas. Su significado fundamental es: **acosar, molestar, hostigar, obstaculizar o agredir** físicamente o psicológicamente a alguien.

Es un continuo y deliberado **maltrato verbal y modal** que recibe una persona por parte de otro u otros, que se comportan con ella cruelmente con objetivo de **someter, arrinconar, amenazar, intimidar** u obtener algo de la víctima.

## Perfil de la víctima

- Son comúnmente niños tímidos y poco sociables. Ante un acoso constante, lógicamente se sienten angustiados, tensos y con mucho miedo a tal grado que en algunos casos puede llevarlos a consecuencias devastadoras.
- El niño o adolescente se muestra agresivo con sus padres o maestros.
- Comienzan a poner pretextos y diversos argumentos para no asistir a clases, ni participar en actividades del colegio.
- Se presenta un bajo rendimiento escolar.
- La víctima comienza a perder bienes materiales sin justificación alguna, o piden más dinero para cubrir chantajes del agresor.
- En los casos más severos presentan moretones o agresiones evidentes en la cara y el cuerpo.

# TESTIMONIOS

La niña tiene 13 años. Es adoptada. Mestiza. Con marcados rasgos indígenas. Ingresó a un colegio de estrato alto con un esfuerzo sobrehumano de sus padres. Apenas pisa la institución, se vuelve el blanco de un grupo de niñas que tienen el reinado en su curso. Empezaron los comentarios: "Nos están invadiendo los motilones". "¿Por qué reciben en este colegio a indígenas caucanos?". Los trabajos en grupo eran una tortura. Una tortura que de alguna manera, por falta de conocimiento, de tacto, alimentaban los mismos profesores. "¿Qué grupo quiere recibir a Alejandra\*?", gritaban en medio del salón de clase cuando ya estaban todos los alumnos reunidos en equipos, menos ella. "A Alejandra también la tienen que aceptar", insistían, empeorando la sensación de rechazo. La excluían de los juegos. Estaba siempre sola. El matoneo físico pasó a las redes sociales. Empezó a circular una foto suya acompañada de un titular que decía: "Esta niña busca un hogar". La niña entra en un cuadro de depresión severo. Se les informa a las directivas del colegio lo que viene sucediendo. Empieza a recibir tratamiento psicológico. Hoy está en manos de una profesional.

"Asistí a una escuela católica donde, se supone, los valores eran primordiales y el amor al prójimo fundamental. ¡Bah! Creo que a nadie le interesó esto cuando **mis compañeros comenzaron a llamarme nerd, cuatro-ojos, gorda, narizona...**

**Jamás se lo dije a mis papás, porque sabía que si iban a reclamar, me iban a llamar chismosa y llorona... Incluso tuve inicios de bulimia, pues yo seguía con la idea de que estaba gorda y que si adelgazaba, seguro me iban a querer un poquito".**

Mariana es una niña de 14 años que debió cambiar de colegio porque no soportaba las constantes agresiones verbales y desplantes de sus compañeros de clase. Días después recibió un correo electrónico de sus excompañeros en donde a manera de burla le ofrecían disculpas por lo mucho que la habían hecho sufrir y le pedían que se suicidara.

"Queremos recordarte que eres una deformidad de la naturaleza y que esperamos que te mueras y que tus vísceras se esparzan en la calle y nosotros celebraremos quemándolas. Por favor suicídate", decía el mensaje que aunque no llevó a la pequeña a dicho extremo, sí le recordó el sufrimiento que durante muchos años de colegio vivió a causa de esa intimidación escolar, también conocida como bullying.

Ese es el caso de Santiago, un joven de 16 años que tal como lo cuenta el experto, luego de ser discriminado por su supuesta homosexualidad bajó su promedio de notas y prometió suicidarse si perdía el año. Lamentablemente y contrario al caso de Mariana, Santiago cumplió con su palabra y luego de conocer sus calificaciones escolares finales se lanzó desde el piso 14 de un edificio en Bogotá.

Mi altura nunca me había molestado hasta que entré al colegio. Casi a todas las niñas de mi edad les sacaba una cabeza de ventaja (a veces más) y me sentía su guardespaldas. Recuerdo escuchar la palabra **"hombrecito"** dirigida hacia mí. ¿Qué le había hecho yo a esa niña para que me llamara así? Nada. Sin embargo, tampoco hacía nada por defenderme. No quería problemas y pensaba que lo mejor era callar y así lo hice. Al crecer, también subí de peso, se podría decir que era otro punto menos a mí ya triste popularidad. Era la chica gordita buena gente (en el peor sentido de la palabra) de la que podían aprovecharse y burlarse porque ella nada haría. A los 13 años, las dudas acerca de mi sexualidad comenzaron. No pude evitarlo y me enamoré de una de mis amigas y yo me sentía morir, pero estaría bien si no se lo decía a nadie, después de todo, debía ser pasajero. Pero alguien más se enteró y los ataques anónimos comenzaron...

Llamadas anónimas a mi celular y a mi casa donde me insultaban: **"No queremos a una lesbiana sucia y asquerosa como tú en la escuela"**, **"Si no te vas del cole, te va a pasar algo feo"**, **"anormal"**, **"como no puedes conseguirte un hombre"**. Cada vez era peor... siempre fue anónimo. Un día regresé del descanso y mi carpeta había sido volteada, mis libros y cuadernos rotos y una nota pidiéndome amablemente que dejara la institución y claro, las palabras **"zorra"**, **"malparida"**, **"puta"**, **"machorra"** no podían faltar. Estaban haciendo (sin ponerme un dedo encima) mi vida completamente miserable. Yo era una niña y no sabía qué hacer, tal vez todo sería mejor si yo no estuviera.

### **Si, me había decidido.**

Yo tenía 15 años, mis padres se habían separado hace dos años y yo vivía con mis abuelos. No veía a papá; a mamá apenas algunas veces, pues ella trabajaba en otra ciudad. Deslicé una soga hasta mi cuello y pasé el otro extremo a una viga en el tercer piso de la casa, estaba decidido, era todo, me sentía sola, que nadie me quería, que nadie podría ayudarme, que todo sería mejor sin mí. Mis pies ya no tocaban el suelo y sentía que me desvanecía, ya no veía con claridad.

Cuando se iba la luz, recordé estas palabras que me dijo madre cuando estaba más pequeña: **"Nada es suficientemente malo para que tomes tu vida. Tu vida es lo más valioso"**.

Tomé la soga con todas mis fuerzas, ésta vez me abrazaba a mi vida, no iba a decepcionar a mi madre, pero especialmente no iba a decepcionarme a mí. Por la fuerza y el peso, la soga se rompió. No había nadie en casa en esos momentos y me juré a mí misma jamás volverlo a hacer. Hasta ahora, mi madre no lo sabe, pero sus palabras dichas más de 8 años atrás, salvaron mi vida.

Al fin, le confesé todo a esta chica, quien me dijo que buscara ayuda, que ella me apoyaría, pero que por el momento no me acercara a ella. No la culpo por decirme aquello, recuerdo que después de todo fue muy delicada conmigo, sin embargo, sufrí mucho por eso y aunque pude haberme deprimido de nuevo, jamás volví a intentar una estupidez semejante a la anterior.



## **ACTIVIDAD**

En Familia, discutan sobre la problemática del Bullying y elaboren en familia una frase para compartir en el taller que reafirme la importancia de respetar la diferencia o una frase que invite a convivir en el ambiente escolar.