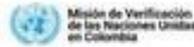




# Lenguaje no violento y herramientas de comunicación con enfoque de Paz

*Principios y buenas practicas*

*Saludo cordial desde el departamento del Cauca.*



### Compromiso con un proceso electoral libre y en paz en Colombia

La Defensoría del Pueblo, con el acompañamiento de la Delegación para las relaciones Iglesia- Estado de la Conferencia Episcopal, y el apoyo de la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos en Colombia (ONU-Derechos Humanos), la Misión de Apoyo al Proceso de Paz en Colombia de la Organización de Estados Americanos (MAPP/OEA) y la Misión de Verificación de Naciones Unidas en Colombia (UNVMC), convocamos a los partidos y movimientos políticos, así como a los comités inscriptores de candidaturas, a suscribir los siguientes compromisos para el desarrollo del proceso electoral:

1. **Defender la primacía de la vida:** Compromiso de respetar y cuidar la vida, en especial de quienes son adversarios políticos; así como de rechazar cualquier hecho de violencia que se pueda presentar contra personas que aspiren a cargos de elección popular en las elecciones.
2. **Adoptar una política de no violencia:** Compromiso de tomar medidas concretas para erradicar cualquier forma de violencia en el proceso electoral, incluyendo aquellas para fomentar el respeto de quien tiene ideas opuestas y la prohibición de la violencia contra las mujeres en la política.
3. **Respetar las instituciones y las reglas del ordenamiento jurídico:** Compromiso de respetar los procedimientos establecidos en la normatividad vigente en el desarrollo de toda actuación relacionada con el proceso electoral.
4. **Defender la democracia:** Compromiso de defender la democracia como principio fundamental de la actuación política; de fomentar una cultura de inclusión, respeto por el pluralismo y reconocimiento del valor de las propuestas e ideas diferentes u opuestas.
5. **Promover el lenguaje constructivo y eliminar la estigmatización:** Compromiso de abstenerse de utilizar en las declaraciones por cualquier medio, inclusive a través de redes sociales, un lenguaje ofensivo, racista, agresivo, discriminatorio, que incite al odio; así como abstenerse de descalificar, denigrar o generar acusaciones infundadas contra quienes sostienen posturas diferentes. Superar las prácticas de difamación o falsedad como estrategia para obtener votos o deslegitimar actores o el proceso electoral.



6. **Garantizar la difusión de información veraz:** Compromiso de veracidad y transparencia de la información que se emita. Esto incluye desincentivar los actos de hostigamiento político en el ámbito digital.
7. **Acoger el diálogo como compromiso democrático:** Compromiso de una acción política basada en el diálogo como principio, medio y método para fortalecer la democracia y para la resolución de las diferencias políticas. Siempre se agotará el diálogo ante cualquier controversia.
8. **Reconocer a la juventud:** Compromiso de reconocer e incluir a la juventud y su rol político central en la construcción de la democracia. Visibilizar y promover sus expresiones políticas.
9. **Apoyar y respetar las manifestaciones y protestas pacíficas:** Compromiso de adoptar medidas para promover explícita y activamente que toda manifestación y protesta será pacífica.

Para acompañar el cumplimiento de estos compromisos, la Defensoría del Pueblo en alianza con la Misión de Observación Electoral (MOE), llevará a cabo un proceso de seguimiento y monitoreo nacional y territorial de cada punto de este documento. Cuando se estime procedente, se harán llamados públicos y se emitirán recomendaciones. El seguimiento será acompañado por todas las instituciones que convocan a la suscripción de estos compromisos.

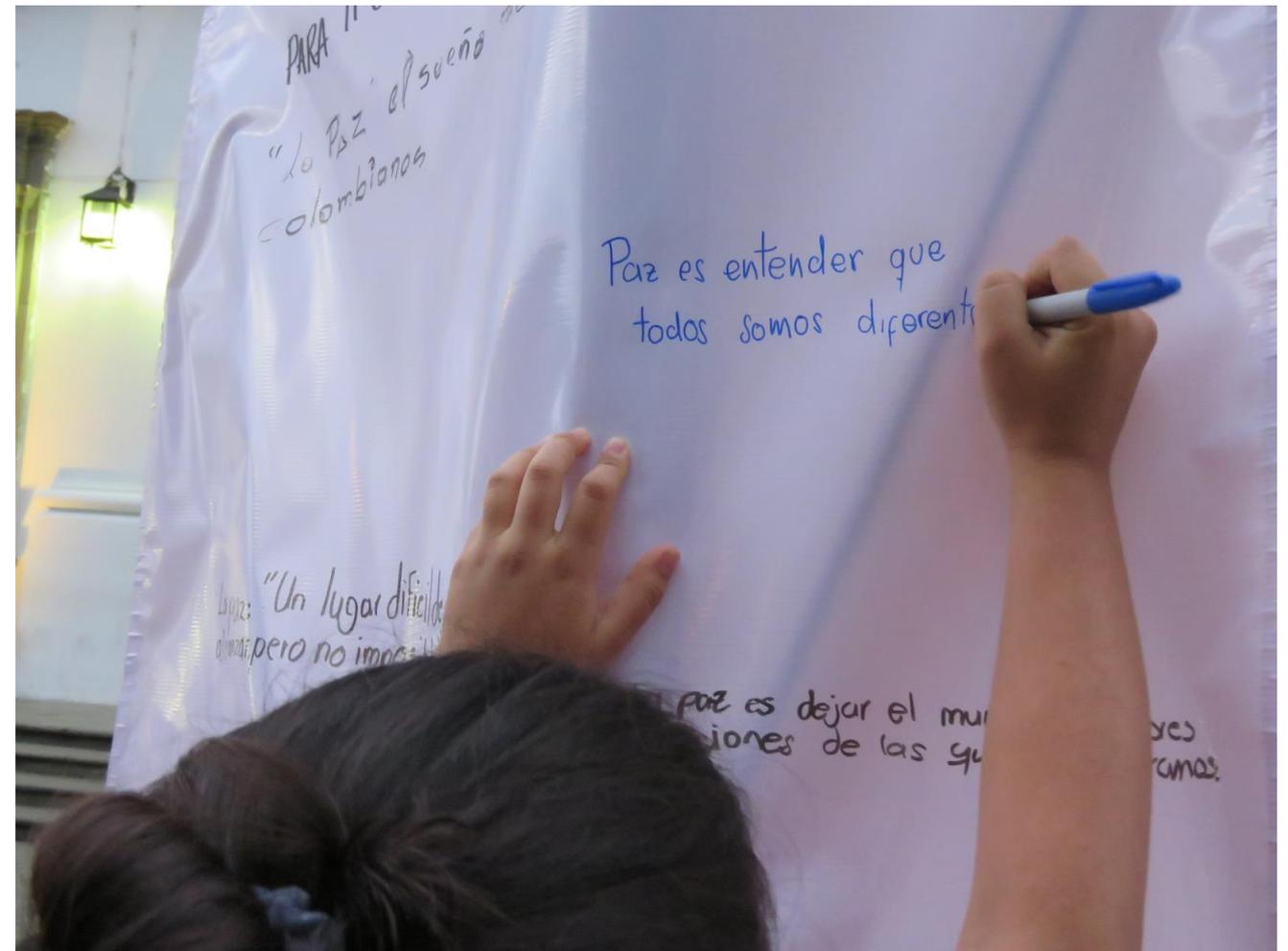
Invitamos a las más altas autoridades de las tres ramas del poder público a que, en el marco de sus competencias, suscriban estos compromisos para garantizar un proceso electoral libre y en paz.

Asimismo, se invita a todos los sectores sociales, incluida la academia, los gremios y los medios de comunicación, a sumarse a estos compromisos.

# El poder transformador del lenguaje: Enfoque hacia la Paz

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) promueve activamente una comunicación centrada en la dignidad humana, el respeto mutuo y la resolución pacífica de conflictos. Reconoce que el lenguaje es una herramienta fundamental tanto para construir puentes como para levantar barreras.

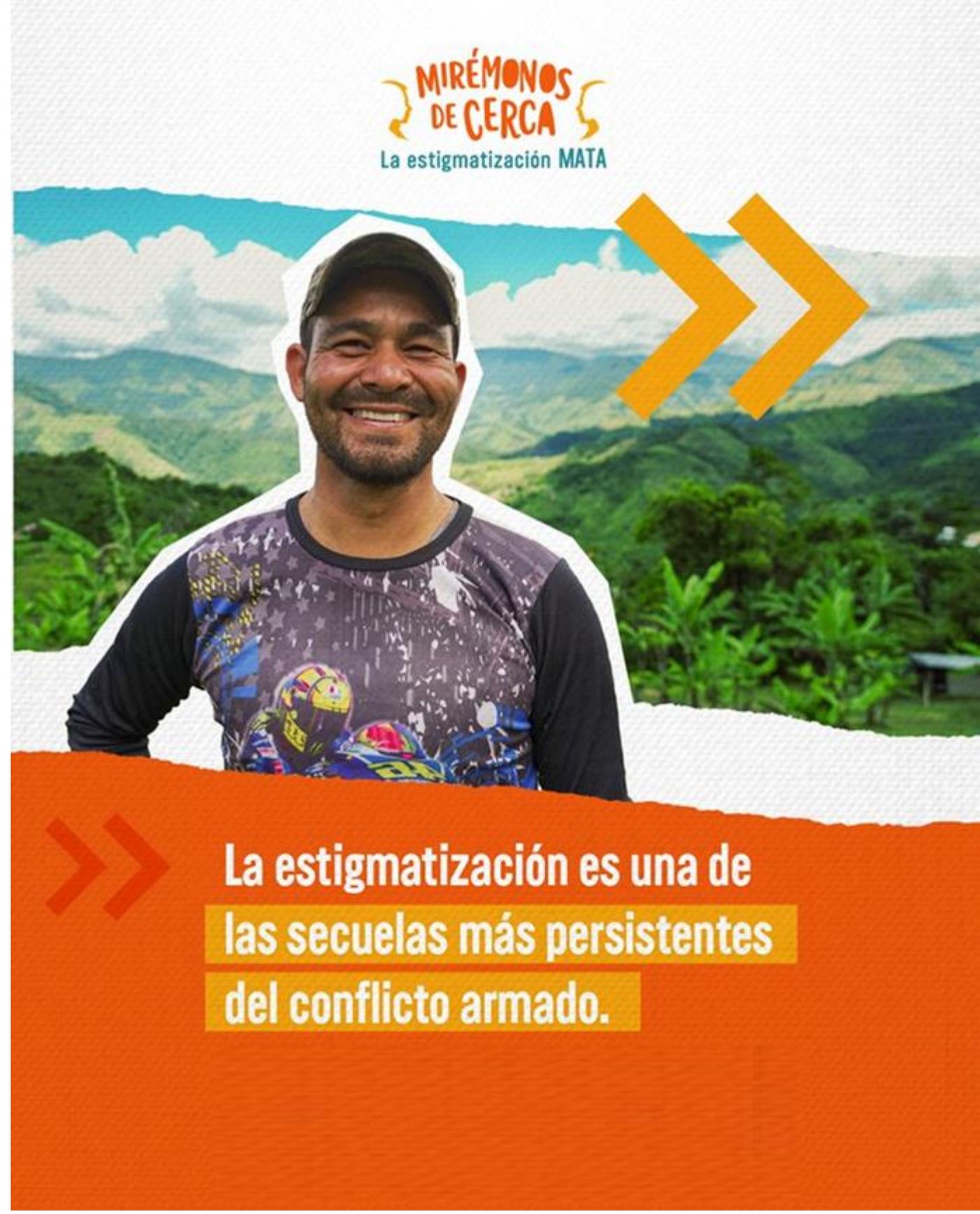
El lenguaje no violento, como enfoque, fomenta la empatía profunda, la claridad en la expresión de necesidades y sentimientos, y la construcción de una conexión humana genuina, esenciales para transformar dinámicas de conflicto y promover la cohesión social.



# Ejemplo: Campaña #MirémonosDeCerca

La estrategia es una de las principales apuestas del Programa de Reincorporación Integral (PRI), el cual reconoce a las y los firmantes como sujetos políticos clave en la transformación social, la no repetición del conflicto armado y la construcción de paz. De manera directa, invita a reflexionar sobre las implicaciones de las narrativas estigmatizantes contra esta población y propone mirar al otro de cerca para cambiar la forma en que nos relacionamos, reconocer su humanidad y promover así una cultura de respeto, empatía y reconciliación.

✓ Apoyan: La Agencia para la Reincorporación y la Normalización (ARN), con el apoyo del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) y la Misión de Verificación de la ONU en Colombia



# Cuatro componentes clave de la CNV

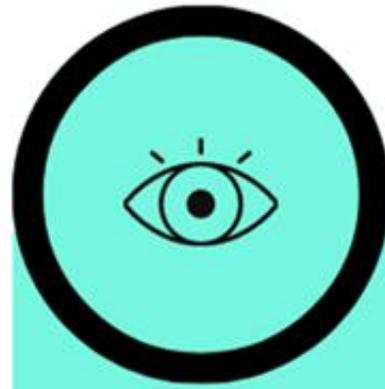
- 1 Observación sin juicio
- 2 Expresión de sentimientos
- 3 Reconocimiento de necesidades
- 4 Peticiones claras

**Ejemplo:** ✘ “Siempre ignoras mi trabajo.”

✔ “He notado que no comentaste nada en la última reunión. Me sentí frustrado porque valoro tu opinión. ¿Podrías darme tu perspectiva?”



# los 4 Pasos de la Comunicación No Violenta



**1-OBSERVACIÓN**  
Describe la situación objetivamente, sin juicio ni evaluación. Selecciona hechos concretos y específicos que todos puedan observar y acordar. Evita interpretaciones o evaluaciones personales.



**2-SENTIMIENTOS**  
Expresa tus emociones genuinas relacionadas con la situación. Identifica cómo te sientes en ese momento. Utiliza un lenguaje claro para describir tus emociones, evitando culpar a los demás.



**3-Necesidades**  
Identifica las necesidades personales y fundamentales que están detrás de tus emociones. Las necesidades son universales y compartidas por todos. Conecta tus sentimientos con estas necesidades.



**4-Petición**  
Formula una solicitud clara y específica que sea concreta, positiva y accionable. Pide lo que necesitas para enriquecer tu vida o resolver el conflicto. Asegúrate de que tu solicitud sea realista y factible.



# Comunicación con enfoque de Paz



Escucha activa y validación



Evitar etiquetas y rumores



Lenguaje inclusivo y respetuoso



Evitar revictimización



5 FESTIVAL  
CINE  
CORTO  
POPAYÁN

- EL FESTIVAL DE CINE CORTO DE POPAYÁN SE ALEGRA DE TENER A LA MISIÓN DE VERIFICACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS EN COLOMBIA COMO APOYO EN SU DECIMOTERCERA VERSIÓN
- En el marco de los cinco años del acuerdo de paz en Colombia, el Festival de Cine Corto de Popayán tendrá, en su presente versión, una muestra enfocada en la visión que se tiene desde el cortometraje colombiano de este hito histórico. Las proyecciones cuentan con el apoyo de la Misión de Verificación de Naciones Unidas\* en Colombia y permitirán conocer cómo -cinco años después la firma- las comunidades, los excombatientes y el país han vivido este momento histórico.



# Rol de comunicadores/as en contextos sensibles

Puentes de confianza

Combatir discursos de odio

Promover relatos esperanzadores

**Ejemplo:** ✘ “Exguerrilleros y gente de la zona están viviendo en una vereda cercana... a saber que chanchullo andan haciendo”

✔ “Firmantes del Acuerdo de Paz y líderes comunitarios impulsan un proceso productivo agrícola y piscícola como muestra de reincorporación económica y reconciliación.”



## JXA´H WEJXIA CASIL: UNA RED QUE CONECTA AL CAUCA PROFUNDO CON EL MUNDO

*En las montañas de la cordillera central caucana se adelanta una iniciativa piloto que permitirá a pobladores de remotas veredas conectarse con el mundo. En medio de la actual pandemia, manos campesinas, indígenas y excombatientes de los municipios de Caldono y Silvia, junto con organizaciones amigas trabajan día a día para construir un futuro mejor desde las plataformas digitales.*



El nombre de esta iniciativa es Jxa´h Wejxia Casil frase en lengua Nasa Yuwe que significa Red del viento, con la cual las comunidades indígenas y campesinas junto con excombatientes de las FARC-EP en Caldono y Silvia, en el departamento de Cauca, en el suroeste de Colombia, persiguen el anhelo de conectarse desde sus territorios a la red mundial de comunicaciones, la Internet.

# Material de Naciones Unidas

- Art. 19 DUDH: Libertad de expresión con responsabilidad.
- Resolución 1325: Mujeres, Paz y Seguridad.
- Guías de lenguaje inclusivo (ONU Mujeres, UNESCO).
- Principios del DGC: Esperanza, soluciones, resiliencia.
- Guías ONU de lenguaje no sexista y no discriminatorio.

Campañas: Verified, #NoHateSpeech, Peace begins with words.



# USO PERSONAL DE LAS REDES SOCIALES

## PIENSA ANTES DE HACER CLICK

ANTES DE COMPARTIR O DARLE "ME GUSTA" A LA PUBLICACIÓN, PREGÚNTATE LO SIGUIENTE:

---

SI ES ASÍ, ESTÁ BIEN PARA PUBLICAR; SI NO, ¡NO PUBLIQUES!



→ ¿Refleja una **postura neutral/imparcial**?



- Si la publicación va en **contra de las reglas y normas de la comunidad** de la red social.
- ¿Podría ser **interpretado de otra manera** que no sea la que se pretendía?



→ Si el mensaje contiene **información que no tengo permiso** para compartir.

# Desafíos actuales



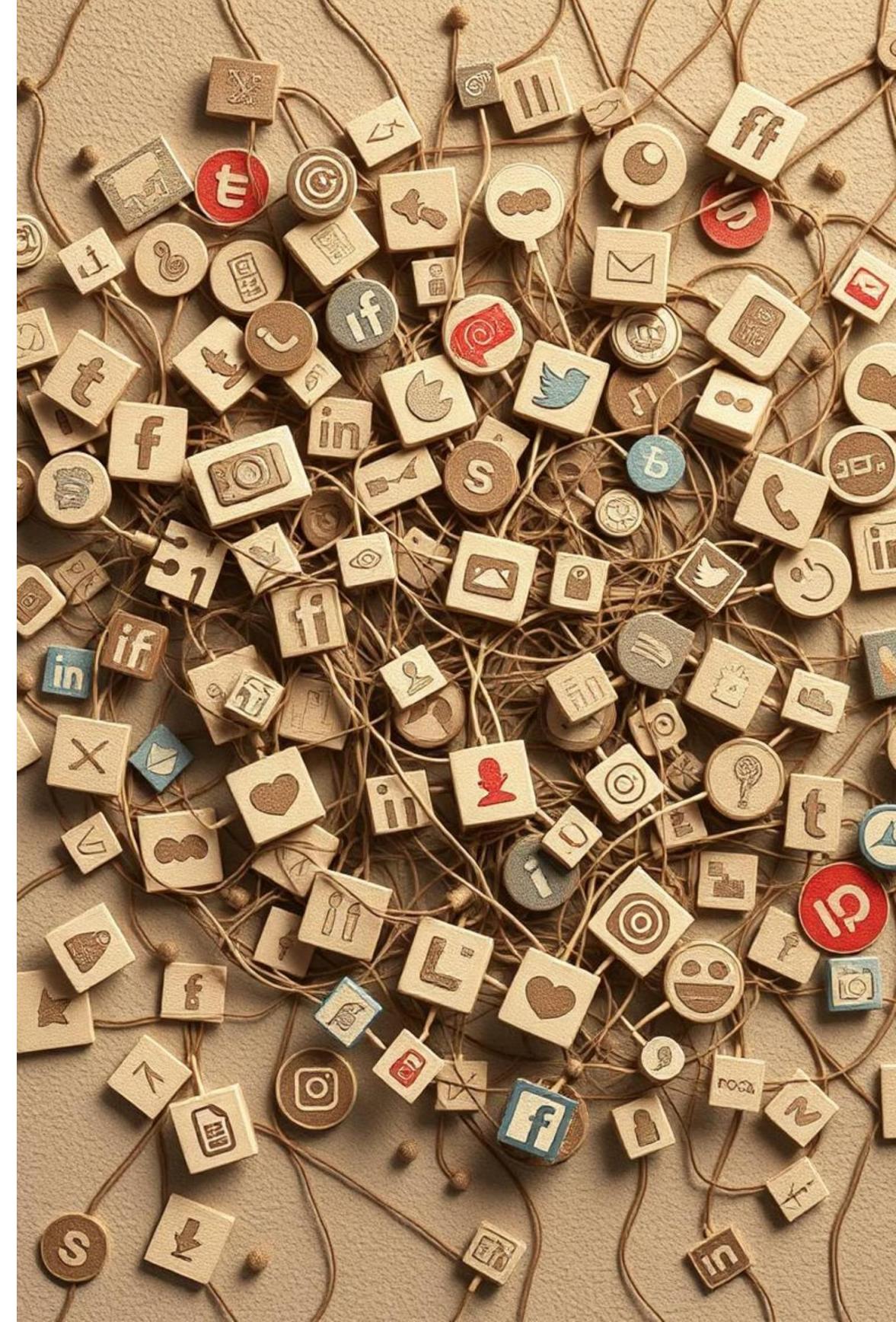
Polarización y desinformación



Discursos de odio en redes



Falta de formación





# Cierre: ¿Qué podemos hacer?

- Cuestionar nuestras palabras antes de hablar.
- Escuchar con empatía, incluso en el desacuerdo.
- Ser intencionales en construir confianza.
- Recordar que la paz también se comunica.