



AVP/ PAV- BOLIVIA
PROGRAMA ALTERNATIVAS A LA VIOLENCIA

El PAV es una red internacional de voluntarias y voluntarios dedicados a la promoción de formas no violentas de interacción humana.
"Amamos lo que hacemos: Construir Paz"

TALLER VIVENCIAL NIVEL BÁSICO PAV – UNIDADES EDUCATIVAS 2025

SESIÓN ÚNICA TEMÁTICA BULLYING ACOSO ESCOLAR 1RO - 4TO DE SECUNDARIA

CONTENIDO	DESCRIPCIÓN
1. Bienvenida	Si hay un autoridad o funcionario que lo hagan ellos.
2. Presentación del Equipo	Emitimos los nombres de los facilitadores y les brindamos un espacio para brinden unas palabras.
3.Charla Introductoria:	Historia: El Programa Alternativas a la Violencia (PAV), ha nacido en un recinto Penitenciario llamado Greenhaven en el Estado de Nueva York, cuando un grupo de privados de libertad denominados "El Tanque del Pensamiento" sentía la capacidad de recibir capacitación en la no violencia y se apoyaron en una organización religiosa los Quakeros, se creó este programa en 1975 y en el 1976 se inició con los talleres en recintos penitenciarios de EE.UU. Posteriormente como red de voluntarios paso el programa a más de 100 países y llego a Bolivia en la gestión 2006, pero recién en el 2010, se inició con talleres en las cárceles de la ciudad de La Paz en San Pedro y Qalauma donde se encuentran menores de edad reclusos, despues se llegó a todos los recintos penitenciarios del País, en el año 2018 se inicia con talleres en comunidad abierta y en unidades educativas de la ciudad de La Paz como de El Alto, ahora en la gestión 2025, estamos iniciando talleres en la ciudad de Santa Cruz de la Sierra.
Historia	
Principios	Principios: Hay algo de bueno en todos: El Programa Alternativas a la Violencia (PAV), tiene principios como ser: Hay algo de bueno en todos, esto que significa que a pesar de nuestras equivocaciones que hayamos cometido en algún momento, cada uno de nosotros en su corazón tiene una luz de bondad, la cual queremos que crezca y genere un cambio en nosotros y las personas que están a nuestro alrededor para que juntos generemos un cambio en la sociedad. Enseñamos y aprendemos juntos: El día de hoy vamos a generar un aprendizaje en conjunto, ya que en algunos ejercicios ustedes compartirán sus experiencias y nosotros compartiremos las herramientas que hemos aprendido y el día de hoy vamos a enseñarnos y aprender juntos. Espiritual pero no religioso: A pesar que el PAV ha nacido apoyado por una organización religiosa, nosotros no nos involucramos en sus creencias las respetamos. Relaja y desestresa, pero no es una terapia: Haremos dinámicas y ejercicios que nos ayudaran a relajarnos y desestresarnos, pero tengan en cuenta no es una terapia. Todos los voluntarios son bienvenidos: Esto significa que cualquier persona que quiera ser parte del taller es bienvenida y le damos una silla para que sea parte de la actividad.
Bases	Bases: El Programa Alternativas a la Violencia tiene las siguientes bases: Afirmación y autoestima: Se refiere cómo nos hablamos a nosotros mismos, como es el trato contigo, cual es la valoración que te das. Comunicación y cooperación: En las actividades que desarrollamos vamos a generar intercambio de ideas interacción entre nosotros, trabajando juntos con un objetivo en común con reciprocidad. Confianza y comunidad: Habrá ejercicios que nos permita relacionarnos, conocernos más generando confianza entre nosotros y todos los que estamos en este momento formamos una comunidad y vamos a empezar a hablar y conectarnos juntos.



AVP/ PAV- BOLIVIA

PROGRAMA ALTERNATIVAS A LA VIOLENCIA

El PAV es una red internacional de voluntarias y voluntarios dedicados a la promoción de formas no violentas de interacción humana.
"Amamos lo que hacemos: Construir Paz"

<p>Acuerdos</p>	<p>Resolución en conflictos: Es nuestra cúspide, donde podemos resolver situaciones de conflictos sin llegar a la violencia y que sea de manera pacífica.</p> <p>Acuerdos: No hablamos mal de otros ni de nosotros mismos. Escuchamos sin interrumpir. Confidencialidad: Que todas las experiencias que compartamos entre nosotros, nos los vamos a llevar como un regalo de confianza que alguien nos está dando, y nosotros igual daremos ese regalo a otra persona, lo que no se quiere, es que eso que nos han contado genere un chisme y dañemos a alguien. Sino agradecer por eso que nos han compartido y nos lo llevamos en nuestro corazón No ofrecemos a otros: Cuando alguien quiere hablar levanta su mano y expresa lo que quiere decir, pero no puede ofrecer a otra persona que hable por él.</p> <p>Si hay algún otro acuerdo que los estudiantes quieran poner, lo anotamos en la pizarra para que todos cumplamos igual ese acuerdo</p>
<p>4. Nombre y Adjetivo</p>	<p>Ahora, van a ir pensando en la primera letra de su nombre y vamos a elegir un adjetivo positivo, por ejemplo, yo me llamo Elena y el adjetivo positivo que elegido para mi es Elena Esplendida, entonces empezaremos por el lado derecho y cada uno de ustedes deben dar a conocer su nombre y el adjetivo positivo que han elegido hasta cerrar el círculo.</p> <p>Ahora que cada uno de nosotros tenemos nuestros adjetivos positivos que serán usados en todas las actividades que realicemos y si a alguien se le olvida haremos palmas en nuestras piernas para recordarle al compañero/a que debe decir su adjetivo positivo.</p> <p>En el PAV no hablamos y hacemos estrellitas cuando alguien dice algo que nos gustó le damos estrellitas.</p>
<p>5. Ligero y Divertido: El gran Viento Sopla</p>	<p>Se escoge un artículo de vestir o un objeto algo que tengan en común de los participantes en el taller para movilizarlos, y se dice el gran viento sopla para todos aquellos que tengan lentes y todos los que tengan lentes deben cambiarse frente a frente, o se puede decir huracán y todos deben cambiarse de lugar frente a frente.</p> <p>Esta actividad ayuda a separar a los estudiantes para que puedan relacionarse con sus demás compañeros y los mismos ya no pueden cambiarse de lugar se deben quedar donde están sentados para despues iniciar el siguiente ejercicio.</p>
<p>6. Ejercicio: Afirmación en Duplas (en parejas):</p>	<p>Se enumera los participantes del 1 al 2, para posteriormente indicar que el número 2 debe sentarse frente al número 1.</p> <p>Haciendo dos circulos los 1 y 2. Se dice la siguiente consigna</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los número 1 dan a conocer al número 2, en que soy bueno/a y que cosas me gustan por ejemplo soy buen hijo, soy bueno jugando futbol, buena dibujando, me gusta bailar, me gusta el helado de canela, soy bueno durmiendo o jugando, en todo los que ustedes sean buenos y que les gusta. El numero 2 no puede hablar debe escuchar en silencio y atentamente a su compañero/a, tendrán 2 minutos para hablar, no se deben olvidar decirle a su compañero/a, su nombre y su adjetivo, corre el tiempo empiecen. <p>Despues de los 2 minutos, ahora el número 2 habla y el numero 1 escucha en silencio, con la misma consigna, también tienen 2 minutos para hablar.</p> <p>Cuando terminan de hablar los participantes vuelven al círculo grande y al lado de su compañero/a con quien hablaron en el ejercicio, despues cada estudiante debe</p>



AVP/ PAV- BOLIVIA
PROGRAMA ALTERNATIVAS A LA VIOLENCIA

El PAV es una red internacional de voluntarias y voluntarios dedicados a la promoción de formas no violentas de interacción humana.
"Amamos lo que hacemos: Construir Paz"

	<p>presentar a su compañero/a, y dar a conocer su nombre como su adjetivo, en que es bueno/a, y que cosas que les gustan, no pueden decir cosas negativas.</p> <p>Después se que todos hayan presentado a sus compañeros/as, se hace el procesamiento indicando como se han sentido con este ejercicio, ha sido fácil o difícil escuchar o hablar con su compañero/a, será que este ejercicio nos sirve. Las respuestas deben ser de manera voluntaria con los participantes, no se los obliga a responder.</p>
7. Lluvia de Ideas ¿Qué es Violencia?	<p>Usamos la pizarra del curso para escribir ¿Que es violencia? Indicamos que todas las ideas son bienvenidas, ninguna idea es mala. No necesitan decir su nombre y adjetivo, solo dar a conocer las ideas que tengan de manera concreta sin conceptos.</p> <p>Cuando hayan dado todas sus ideas, usaremos una parte de la pizarra para escribir como título Bullying acoso escolar y les preguntaran de las palabras que mencionaron de ¿Que es violencia?, cuales entraran el Bullying acoso escolar y las empiezan a escribir todo lo que mencionen los participantes.</p> <p>Después formamos grupos si son 30 estudiantes podemos hacer 5 grupos de 6 estudiantes y se enumera del 1 al 6 para que hagan sus grupos, se les da la siguiente consigna, cada estudiante va elegir 1 palabra que este escrita en bullying acoso escolar y relatar una historia breve, si en algún momento ha vivido una situación de violencia con esa palabra, o talvez ha observado en la calle, en su zona o si él ha sido el agresor/a en algún momento.</p> <p>Los estudiantes de cada grupo tienen que compartir una historia breve y tendrán esas tres opciones para su relato con un tiempo de 8 minutos para todos los grupos, corre el tiempo e inicien.</p> <p>Después de los 8 minutos los participantes deben elegir una historia que haya resaltado en el grupo y deben elegir un relator que dé a conocer la historia y no se necesita dar nombres ya que será anónima, se les da 2 minutos para elegir y se enumera los grupos para que inicien en orden los relatos.</p> <p>El resto de los participantes del curso deben hacer silencio para escuchar al relator de cada grupo.</p> <p>Cuando todos hayan terminado de realizar el ejercicio, volvemos al círculo grande, para hacer el procesamiento de la actividad indicando como se han sentido con este ejercicio, ha sido fácil o difícil escuchar o hablar con sus compañeros/as, que podemos resaltar de este ejercicio.</p> <p>Las respuestas deben ser de manera voluntaria por los participantes, no se los obliga a responder.</p>
8. Ligero y Divertido. Escape de la Cárcel	<p>Estamos todos en un círculo.</p> <p>Se enumera a los participantes del 1 al 2 y se forman parejas que se cruzan sus brazos, para después enumerar a las parejas igualmente del 1 al 2.</p> <p>Se pone 2 sillas que estén juntas dentro del círculo y se pide a una pareja voluntaria que se siente en las sillas y ese lugar será la cárcel.</p> <p>El círculo grande todos deben estar sentados y no debe haber sillas vacías.</p> <p>Se indica la consigna: cada pareja ya sabe su número, si digo todos los impares escapan de la cárcel, todos los número 1 deben cambiarse de lugar frente a frente y si digo todos los pares escapan de la cárcel de igual manera se cambian de lugar, la pareja que está en la cárcel debe escaparse ya se par o impar debe buscar un asiento y la pareja que se quede sin asiento va a la cárcel, pero si digo huracán todos deben escapar y cambiarse de lugar.</p>



AVP/ PAV- BOLIVIA
PROGRAMA ALTERNATIVAS A LA VIOLENCIA

El PAV es una red internacional de voluntarias y voluntarios dedicados a la promoción de formas no violentas de interacción humana.
"Amamos lo que hacemos: Construir Paz"

	<p>Las parejas que se suelten van a la cárcel, no podemos arrastrar a nuestras parejas y tenemos que tener cuidado para que no nos lastimemos y evitar accidentes.</p>
<p>9. Círculos Concéntricos y Escucha Activa</p>	<p>Todos estamos en círculo y se enumera los participantes del 1 al 2, para posteriormente indicar que el número 2 debe sentarse frente al número 1. Haciendo dos círculos los 1 y 2. Se dice la siguiente consigna:</p> <ul style="list-style-type: none">• Los número 1 dan a conocer al número 2, una persona a la que admiro y porque, por ejemplo tal vez admiro a mi madre, a un futbolista, algún cantante o me admiro a mí mismo, a quien admiraran ustedes le dan a conocer a su compañero/a que tienen en frente, el número 2 no puede hablar solo debe escuchar en silencio tendrán 2 minutos inicien. Después, para el número 2 es la misma consigna y el tiempo igual de dos minutos, cuando ambos hayan terminado el ejercicio los número 1 levantan su mano derecha y rotan un asiento a la derecha y después los número 2 igual rotan un asiento a su derecha.• Los número 1 dan a conocer al número 2, algo muy difícil que he tenido que superar o estoy superando, el número 2 no puede hablar solo debe escuchar en silencio tendrán 2 minutos inicien. Después para el número 2 es la misma consigna y el tiempo igual de dos minutos, cuando ambos hayan terminado el ejercicio, los número 1 levantan su mano derecha y rotan un asiento a la derecha y después los número 2 igual rotan un asiento a su derecha.• Los número 1 dan a conocer al número 2, un sueño que quiero cumplir y que estoy haciendo para lograrlo, por ejemplo tal vez quiero ser un pintor o una doctora en medicina que estoy haciendo para lograr ese objetivo. El número 2 no puede hablar solo debe escuchar en silencio tendrán 2 minutos inicien. Después para el número 2 es la misma consigna y el tiempo igual de dos minutos, cuando ambos hayan terminado el ejercicio, todos vuelven al círculo grande. <p>Procesamiento: Espacio para evaluar niveles de dificultad en la expresión de los temas y los aprendizajes que podemos rescatar del ejercicio.</p>
<p>10. Gatillos y Mensajes Responsables</p>	<p>Todos estamos en círculo. El facilitador/a, debe preguntar que es un gatillo, habrá muchas respuestas de los participantes como ser es una parte de un arma etc. Después pregunta que pasa si apretó el gatillo que podría suceder, los participantes pueden decir que sale una bala que puede matar a alguien o herir, provocar dolor, escuchamos la lluvia de ideas que nos lanzan los participantes. Entonces se ha de conocer que un gatillo es alguna situación, algún hecho que genere molestia o que hace enojar.</p> <p>El facilitador/a empieza dando a conocer qué situación activa su gatillo (debe ser solo un gatillo por el tiempo), por ejemplo: Elena esplendida algo que me molesta mucho es cuando me ponen apodos, después el facilitador/a indica, ahora vamos a empezar por el lado derecho y todos darán a conocer que activa su gatillo que hace que ustedes se enojen y no puedan controlarse. Cuando todos hayan dado a conocer su gatillo iniciamos con los mensajes responsables.</p> <p>Mensajes responsables: (Cuando), (me siento), (porque), (quisiera). Cada uno de nosotros ha dado a conocer, que situaciones hace que nos enojemos tanto y perdamos el control en algún momento y para esas situaciones el PAV tiene unos mensajes responsables que podemos usar en cualquier momento.</p>



AVP/ PAV- BOLIVIA
PROGRAMA ALTERNATIVAS A LA VIOLENCIA

*El PAV es una red internacional de voluntarias y voluntarios dedicados a la promoción de formas no violentas de interacción humana.
"Amamos lo que hacemos: Construir Paz"*

	<p>Alguna situación (Cuando), como te hace sentir (me siento), la razón (porque), hallando una solución (quisiera).</p> <p>Podemos poner los mensajes responsables en el piso y el facilitador/a da el ejemplo de su gatillo y como lo vuelve en un mensaje responsable.</p> <p>Ejemplo: Cuando me ponen apodos, me siento enojada y triste, porque se están burlando de mí y no es gracioso, quisiera que dejen de hacerlo.</p> <p>Para que después los participantes salgan y den su mensaje responsable de igual manera.</p> <p>Procesamiento: Espacio para evaluar niveles de dificultad en la expresión de los temas y los aprendizajes que podemos rescatar del ejercicio.</p>
11. Evaluación	Se aceptan comentarios que puedan mejorar la sesión – Pulgares de valor
12. Cierre	Abrazo Tejano. (Pasos atrás que cosas no separan y pasos adelante que cosas nos unen)

Cuando se termina la actividad los facilitadores/as, deben hacer una retroalimentación para dar a conocer como le ha ido en sus actividades, como ser aspectos positivos del taller, aspectos negativos, situaciones que llamaron su atención y finalmente sacarse una fotografía grupal en la puerta de la U.E. antes de retirarse del lugar.