

CONSEJOS PRÁCTICOS Y DE COMUNICACIÓN NO VIOLENTA

Estrategia para desmontar rumores

CON DESIRÉE BELA-LOBEDDE

BLOQUE 1:

**¿Qué es un rumor racista y
por qué es problemático?**

Narrativa falsa o distorsionada que se propaga rápidamente y alimenta prejuicios contra personas por su origen étnico, color de piel o características percibidas como «diferentes»

Fase 1: la semilla

Fase 2: la emocionalización

Fase 3: la normalización

Fase 4: la justificación

**Los rumores racistas son el combustible
diario del racismo estructural.**

mapa de
rumores

Bla bla BIA Bla bla BIA Bla bla BIA Bla bla BIA Bla bla BIA

XUL Fundación

Vienen a quitarnos el trabajo

Colaborado por

Vienen a quitarnos el trabajo
No se integran, mantienen sus costumbres

Vienen a quitarnos el trabajo
No se integran, mantienen sus costumbres
Reciben más ayudas

Vienen a quitarnos el trabajo
No se integran, mantienen sus costumbres
Reciben más ayudas
Son más violentos

Los rumores se pueden desmontar

BLOQUE 2:

El rol de las personas: de la neutralidad a la acción antirracista

La neutralidad es complicidad Y eso no es una opinión

**El antirracismo no es un destino.
Es el viaje.**

Los 5 pasos hacia la acción antirracista consciente

Paso 1: Conciencia reflexiva

Paso 1: Conciencia reflexiva

Paso 2: Comprensión contextual

Paso 1: Conciencia reflexiva

Paso 2: Comprensión contextual

Paso 3: Preparación estratégica

Paso 1: Conciencia reflexiva

Paso 2: Comprensión contextual

Paso 3: Preparación estratégica

Paso 4: Acción consciente

Paso 1: Conciencia reflexiva

Paso 2: Comprensión contextual

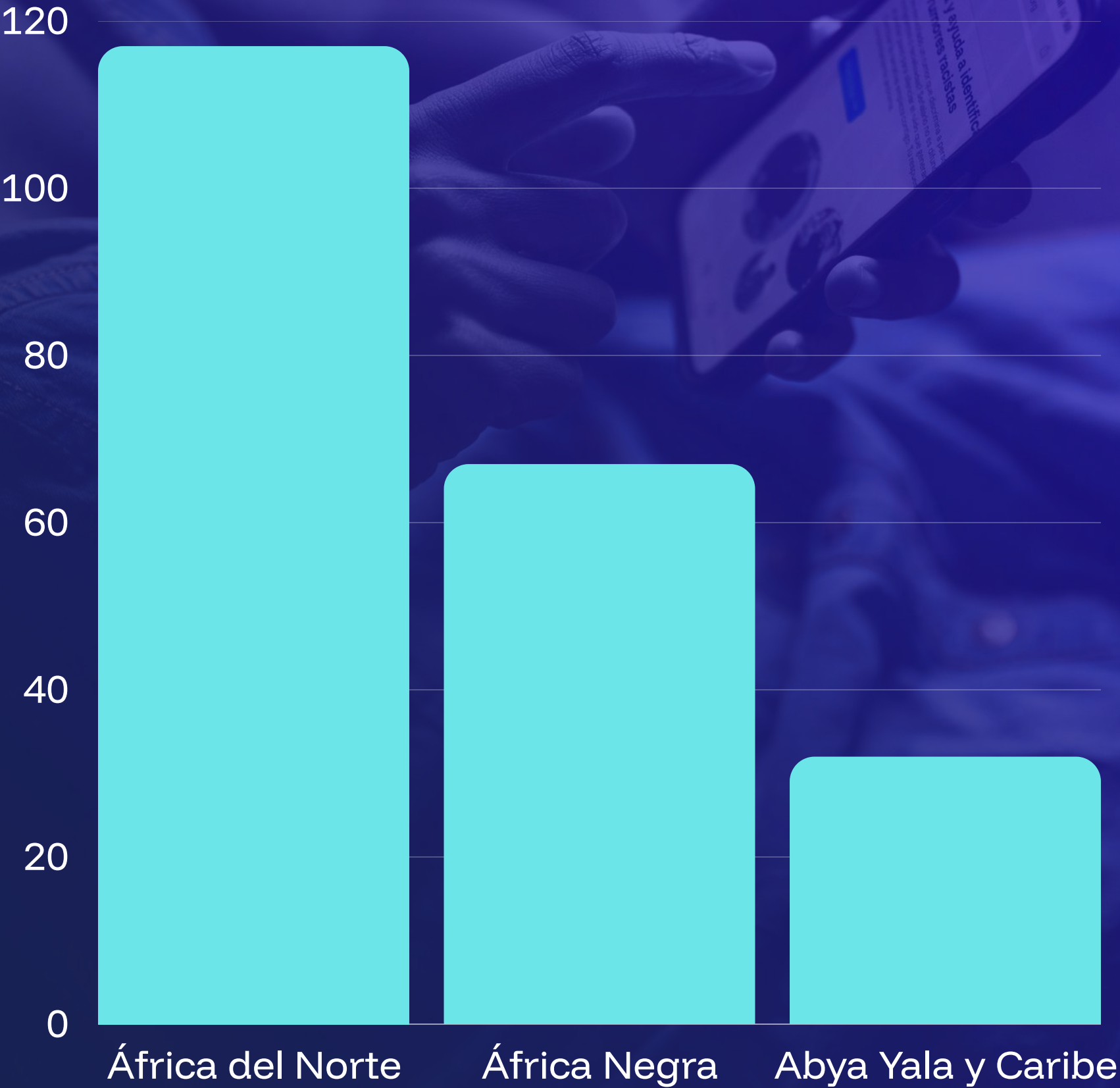
Paso 3: Preparación estratégica

Paso 4: Acción consciente

Paso 5: Transformación sostenible

BLOQUE 3:

Herramientas prácticas y ejemplos aplicados



RRSS Reuniones Vecindario Espacio público Discursos políticos



Estrategias comunicativas diferenciadas según tu experiencia

1. Aproximación suave

- 1. Aproximación suave**
- 2. Aproximación directa**

Aproximación suave — Generando dudas
«¿De dónde viene esta información?»
«¿Puede haber otros factores?»

Aproximación suave — Generando dudas
«¿Has visto estadísticas oficiales sobre esto?»
**«¿Será que no siempre se menciona la
nacionalidad?»**

Aproximación suave — Ofrece alternativas
«He leído datos diferentes»
«¿Conoces a alguien personalmente?»

Aproximación frontal — Ofrece datos «¿Quieres que compartamos datos reales?»

Aproximación frontal — Evidencia

«¿Quieres que compartamos datos reales?»

Ejemplos cotidianos por colectivos

Aviso de contenido:

Esta presentación incluye rumores racistas reales reportados en el Mapa de Rumores

Los muestro para:

- ✓ Analizarlos y desmontarlos
- ✓ Crear herramientas de respuesta
- ✓ Transformar nuestro entorno

Contra personas norteafricanas
**«Viven de paguitas del estado que les dan
nada más llegar a España»**

Contra personas norteafricanas

Intervención suave: «¿Has revisado cómo funciona realmente el sistema de ayudas?»»

Contra personas norteafricanas

Intervención suave: «¿Has revisado cómo funciona realmente el sistema de ayudas?»

Intervención frontal: «Ese rumor es completamente falso».

Contra personas norteafricanas «Tienen 'paguitas' de más de 1000 euros»

Contra personas norteafricanas

Intervención suave: «¿De dónde sale esa cifra exacta?»»

Contra personas norteafricanas

Intervención suave: «¿De dónde sale esa cifra exacta?»

Intervención frontal: «Esa cifra es completamente inventada».

Contra personas negras

«Vienen a violar a nuestras mujeres y a robar»

Contra personas negras

**Intervención suave: «Eso suena a generalizaciones
muy peligrosas»**

Contra personas negras

Intervención suave: «Eso suena a generalizaciones muy peligrosas»

Intervención frontal: «Ese tipo de comentario criminaliza a las personas africanas».

Contra personas de Abya Yala
**«Las mujeres latinas no son de fiar, quieren
quitar el novio/marido»**

Contra personas de Abya Yala

Intervención suave: «¿No te parece que ese comentario hipersexualiza a las mujeres latinas?»»

Contra personas de Abya Yala

Intervención suave: «¿No te parece que ese comentario hipersexualiza a las mujeres latinas?»

Intervención frontal: «Ese estereotipo machista y racista».

Contra personas del Pueblo Gitano

«No quieren trabajar, viven de subsidios»

Contra personas del Pueblo Gitano

Intervención suave: «He conocido familias gitanas que tienen muchísimas dificultades para acceder a empleos»

Contra personas del Pueblo Gitano

Intervención suave: «He conocido familias gitanas que tienen muchísimas dificultades para acceder a empleos»

Intervención frontal: «Ese estereotipo se usa desde hace siglos para justificar la exclusión del pueblo gitano».

Herramientas específicas por espacios de difusión

En redes sociales:

Están comenzando a circular publicaciones donde se expone la cara de una persona negra, que supuestamente habría perseguido a una chica. Pero no hay ninguna prueba tangible.

Herramientas:

Cuestiona la fuente

Herramientas:

Cuestiona la fuente

Señala el patrón

Herramientas:

Cuestiona la fuente

Señala el patrón

Ofrece datos

Herramientas:

Cuestiona la fuente

Señala el patrón

Ofrece datos

No compartas

Herramientas:

Cuestiona la fuente

Señala el patrón

Ofrece datos

No compartas

Actúa

En círculos sociales y de amistades:
**«Todas las ayudas son para ellos, Cruz Roja les da
alojamiento y manutención gratis»**

Herramientas:

Usa la empatía

Herramientas:

Usa la empatía
Personaliza

Herramientas:

Usa la empatía
Personaliza
Ofrece verificación

Herramientas:

Usa la empatía
Personaliza
Ofrece verificación
Propón alternativas

En el vecindario o comunidad local:
«En mi edificio cada vez que algo está sucio hay
vecinos que directamente acusan a nuestros vecinos
marroquíes»

Herramientas:

Nombra el patrón

Herramientas:

Nombra el patrón

Propón verificación

Herramientas:

Nombra el patrón

Propón verificación

Busca soluciones

Herramientas:

Nombra el patrón

Propón verificación

Busca soluciones

Genera empatía

En espacios públicos:
**«Viven de paguitas del estado que les dan nada más
llegar a España»**

Herramientas:

Intervención educativa

Herramientas:

Intervención educativa

Ofrece datos

Herramientas:

Intervención educativa

Ofrece datos

Propón reflexión

Herramientas:

Intervención educativa

Ofrece datos

Propón reflexión

Humaniza

Herramientas transversales para todos los espacios

«Esto me suena a uno de esos rumores que circulan mucho. ¿Lo contrastamos con datos reales antes de seguir?»

La frase comodín que funciona siempre

La técnica del sándwich:

Validar la emoción

Cuestionar la información

Ofrecer alternativa

El recurso del Mapa como autoridad.

Gestión emocional y autocuidado —Porque esto desgasta

Estrategias para sostenerte:

Reconoce tus límites

Estrategias para sostenerse:

Reconoce tus límites

Practica autocuidado activo

Estrategias para sostenerse:

Reconoce tus límites

Practica autocuidado activo

Busca comunidad

Estrategias para sostenerse:

Reconoce tus límites

Practica autocuidado activo

Busca comunidad

Celebra pequeños avances

Estrategias para sostenerse:

Reconoce tus límites

Practica autocuidado activo

Busca comunidad

Celebra pequeños avances

Recuerda tu "por qué"

BLOQUE 4:

El cambio es progresivo

**Equivocarse es parte del aprendizaje
—Y eso es liberador**

De lo personal a lo colectivo

La transformación del entorno cercano —Microacciones, macroimpacto

Para terminar...

Compromisos concretos para seguir:

Identificar

Preparar respuestas

Practicar

Reportar rumores

Conectar

**«Muchas personas pequeñas en muchos
lugares pequeños haciendo cosas pequeñas
pueden cambiar el mundo»**

—Eduardo Galeano

Muchas gracias