

# UN ENFOQUE NARRATIVO EN LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA ESCOLAR: EL ÁRBOL DE LA VIDA Y LOS DOCUMENTOS COLECTIVOS

## A NARRATIVE APPROACH TO THE PREVENTION OF SCHOOL VIOLENCE: THE TREE OF LIFE AND COLECTIVE DOCUMENTS

Carlos Chimpén<sup>1</sup>, Ana Dumitrascu<sup>2</sup>, Adrián Montesano<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Universidad de Extremadura, Facultad de Enfermería y Terapia Ocupacional, Campus de Cáceres

<sup>2</sup> Universidad Nacional de Estudios a Distancia y Práctica Privada, Madrid

<sup>3</sup> Universitat de Barcelona, Facultat de Psicologia

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Chimpén, C., Dumitrascu, A., y Montesano, A. (2014). Un enfoque narrativo en la prevención de la violencia escolar: El árbol de la vida y los documentos colectivos. *Revista de Psicoterapia*, 25(98), 41-59.

### Resumen

*La intención original del presente trabajo fue prevenir la violencia entre los adolescentes, haciendo visibles las respuestas que han dado, hasta el momento, a las situaciones de conflicto. Escuchando los relatos sobre la reflexión individual interna se puede comprender la cultura más amplia y cómo todas nuestras experiencias cercanas de violencia han sido moldeadas por ésta. Partiendo de la idea de que los valores son una plataforma sobre la cual se puede construir una estrategia de intervención, de prevención y de atención de la violencia entre iguales, consideramos que al rescatar la experiencia cercana de los adolescentes con respecto a las dificultades y cómo las han resuelto, se les capacita para resolver las situaciones problemáticas en el futuro de una manera más efectiva. En este trabajo, se presentan la metodología empleada, el árbol de la vida y los documentos colectivos, para conseguir una recopilación de valores, sueños y esperanzas de los adolescentes, en los cuales basar su afrontamiento de la violencia y rescatar las historias de resiliencia. Podemos destacar que dichas técnicas narrativas permiten crear el clima adecuado para no retraumatizar y para rescatar las historias alternativas al problema.*

*Palabras clave: árbol de la vida, deconstrucción, documento colectivo, identidad, terapia narrativa, valores, violencia.*

### Abstract

*The original intention of this work was to prevent bullying among adolescents, making visible the responses that they gave to past conflictual situations. Listening to the stories about the inner reflection we can understand the wider culture and how our closer experiences related with violence have been shaped by it. Starting from the idea that personal values are the platform from which we can construct an intervention for the treatment and prevention of bullying, we believe that reconstructing the teen's experience about their past difficulties and how they solved it, they will be able to solve more effectively difficult situations in the future. This paper presents the various methods used, tree of life and collective documents, to compile the adolescents personal values, dreams and hopes, on which to base the coping mechanisms to face violence and to rescue their stories of resilience. It is important to highlight that these narrative practices aim at creating a suitable climate in order to avoid re-traumatization and, in turn, helping to rescue the alternative stories to the problem of violence.*

*Keywords: Tree of Life, deconstruction, collective document, identity, narrative therapy, values, violence.*

Fecha de recepción: 05/06/2014. Fecha de aceptación: 27/07/2014.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: cchimpén@unex.es

Dirección postal: Facultad de Enfermería y Terapia Ocupacional.

Avda. de la Universidad s/n. Campus de Cáceres, 10071 Cáceres, España

© 2014 Revista de Psicoterapia



*“Una historia no es solamente una historia. Una vez que las fuerzas se despiertan y se ponen en movimiento no se pueden detener a petición de alguien. Una vez que se cuenta, la historia está destinada a circular; humanamente, esto puede tener un final temporal, pero sus efectos duran y su final no es nunca un final de verdad.”*  
Trinh, 1989,

## **Introducción**

Uno de los problemas más graves que enfrenta la sociedad actual es la violencia. Desde todos los ámbitos sociales se nos transmite que las actitudes violentas se han convertido en medio para resolver conflictos. La realidad parece indicar que la magnitud del fenómeno abarca millones de personas en todo el planeta, en los más diversos ámbitos, sin distinción de país, raza, edad, sexo o clase social.

Según el Informe mundial sobre la violencia y la salud que publicó la Organización Mundial de la Salud (2003), la prevención de la violencia se considera una prioridad de salud pública. De este modo, a pesar de que siempre ha estado presente, no tenemos que aceptar la violencia como algo que ocurre de forma inevitable en nuestra convivencia y que condiciona nuestras relaciones con los otros, sino que podemos verla como algo previsible y modificable.

Si partimos de la premisa, como afirma la psicología social y el socioconstruccionismo, de que nuestras identidades se construyen a través de las relaciones que desarrollamos a lo largo de nuestra vida, podemos concluir que el contexto social y cultural, proveedor máximo de relaciones, juega un papel muy importante en la construcción de la identidad. Los patrones establecidos, los ideales y la imagen tipo de lo que representa ser hombre o mujer, van cambiando, transformándose según dictan las condiciones, las sociedades y los poderes dominantes. Es por medio del juicio normalizador, que los discursos sociales oprimen y limitan a las personas (Foucault, 1980). El discurso social crea significados de formas totalizadoras, esencialistas que establecen cómo tiene que ser un hombre, una mujer o un joven. La invisibilización de lo diverso no sólo deja sin lugar a la diversidad sino que también hace que los discursos universalistas se desmarquen del contexto sociohistórico de su construcción y aparezcan como realidades naturales, ahistóricas y, por lo tanto, inmodificables. Es a través de estos discursos donde se construye la violencia como algo inevitable, una respuesta natural ante un medio hostil. Cabe preguntarnos si esta parte del discurso actúa como impulsora del cambio o, más bien lo impide, al “normalizar” la actitud violenta, al interiorizarla y transferir la inherencia de lo violento a la naturaleza humana.

Por otro lado, y desde otros ámbitos, se transmite la idea de vulnerabilidad del sector joven de la población y la facilidad de aprendizaje de patrones violentos (Díaz-Aguado, 2003). Ante esto surge la pregunta de si centrarse en aspectos limitantes como la vulnerabilidad, ayuda a las personas a conseguir el cambio

deseado o les impide ver las capacidades y las posibilidades que todos los seres humanos tienen de desarrollarse y de elegir, de las múltiples direcciones posibles, el camino preferido.

La tendencia actual es considerar como medida más efectiva para luchar contra la violencia, las políticas de promoción del buen trato y de prevención de la violencia en todos los ámbitos, pero sobre todo en el contexto escolar y con población infantil y adolescente (UNICEF, 2011; OPS, 2006). Nuestro trabajo se encuadra en esta serie de estrategias que se están impulsando tanto a nivel mundial como a nivel europeo; políticas de sensibilización, prevención y refuerzo de las leyes que luchan contra la violencia. En este sentido, el enfoque narrativo es una propuesta novedosa en el ámbito comunitario español para la prevención de la violencia en el contexto escolar.

El presente trabajo pretende ejemplificar el uso de dos de las prácticas narrativas colectivas en comunidades escolares, el Árbol de la Vida y la creación de documentos colectivos, como forma de prevención del Bullying.

### **Terapia narrativa y prevención de la violencia en el contexto escolar**

A partir del trabajo de Jerome Bruner en psicología narrativa, Michael White y David Epston (1993) plantean la adscripción a la terapia de la metáfora de la narración. Desde la perspectiva narrativa se entiende que la actividad psicológica se estructura en forma de relato de tal forma que la experiencia es vivida como una forma de discurso, una historia personal, en la que se concatenan los eventos a través del tiempo reflejando la dimensión temporal de la existencia humana. En efecto, Bruner (1991, 2004) señaló la existencia en el ser humano de un impulso narrativo a través del cual dar sentido a la experiencia vital. Es así que los seres humanos construyen narrativas personales en las que los acontecimientos adquieren un determinado significado generando un relato, una trama vital que define la identidad de la persona y que se encuentra íntimamente ligada a los contextos culturales a los que pertenece.

White y Epston (1993), basándose en el trabajo de Foucault, señalaron la existencia de un juego de poder entre dos tipos de influencia en la narrativa de las personas: la del conocimiento dominante y del subyugado. Cada persona puede desarrollar narraciones con un significado idiosincrásico que le permita disfrutar de una vida satisfactoria. Sin embargo, la influencia de ciertos discursos culturales dominantes pueden eclipsar la narrativa individual (White, 1997). De esta forma, es probable que algunos relatos resulten problemáticos cuando no logran otorgar sentido a la vida de una persona, volviéndose constrictivos al estar dominados por los discursos culturales dominantes que limitan o restringen su experiencia. No obstante, frente a este conocimiento dominante existe siempre un cierto grado de resistencia: el conocimiento subyugado. Este tipo de conocimiento se genera a nivel local y a través de él puede desarrollarse una historia alternativa al problema. En términos de violencia escolar, podemos encontrar contextos en el que el poder

dominante ejercido a través de la violencia estructure las narraciones de un colectivo de adolescentes, sin embargo, si se busca, siempre se puede encontrar en este mismo colectivo una forma alternativa de relacionarse en contraposición a la cultura de la violencia y la dimensión dominancia-sumisión.

El foco sobre la narrativa puso en primera línea en el campo de la terapia familiar sistémica y de la psicoterapia el poder del lenguaje, otorgándole un poder constitutivo (Montesano, 2012). En efecto, si las personas organizan su experiencia y le dan sentido por medio del relato y si en la construcción de estos relatos se expresan aspectos escogidos de su experiencia vivida, podemos deducir que estos relatos son constitutivos en tanto que modelan las vidas y las relaciones (White y Epston, 1993).

Los desarrollos de la terapia narrativa, con su origen en la terapia familiar, han devenido en una ampliación de su espectro de abordaje, desarrollándose ideas, aplicaciones e intervenciones que van desde la intervención individual terapéutica, de pareja, familiar, hasta las intervenciones colectivas (véase Montesano, 2012). En nuestro trabajo desarrollamos un tipo particular de intervención colectiva para la prevención de la violencia en el contexto escolar.

La prevención del bullying tiene como objetivo principal el cambio de las conductas de las posibles víctimas y los agresores utilizando, en ocasiones, el cambio a nivel del sistema escolar en el que se pueden desarrollar los episodios de violencia. Nuestra propuesta tiene un marcado énfasis en la intervención comunitaria, lo que le confiere especial interés teniendo en cuenta la importancia de los iguales en la adolescencia. Más que centrarse en conductas concretas la intervención comunitaria que proponemos trata de reflexionar sobre las actitudes, valores y discursos sociales que mantienen dichas conductas, el conocimiento dominante. A través de la intervención narrativa se busca crear nuevas realidades, nuevas identidades y promover la reflexión sobre los valores personales de los adolescentes haciendo visible el concomio subyugado. Esto permite, a su vez, desarrollar relaciones positivas entre ellos, fomentar el sentimiento de agencia personal, y el desarrollo del sentimiento de comunidad. En definitiva, se trata de *re-escribir la historia del bullying* (Williams, 2010) y hacer circular esa historia entre los adolescentes que forman parte del programa.

Así pues, una parte importante de nuestro trabajo consiste en rescatar los valores de los adolescentes a través de la metodología narrativa del Árbol de la Vida (Denborough, 2008), partiendo del supuesto de que los valores no han desaparecido sino que necesitan de la trama narrativa adecuada para que tomen protagonismo en la vida de las personas. Las formas principales en las que activar dicha trama tienen como base la reflexividad, especialmente, en un contexto grupal.

Williams (2010) afirma que la respuesta tradicional al bullying en los colegios generalmente esta focalizada en intentar cambiar las conductas de las víctimas o hacer modificaciones en el sistema escolar, mientras que una intervención centrada en la prevención del bullying debería buscar el configurar nuevas identidades a

partir de significados alternativos a los que ofrece la sociedad actual. En este contexto, el lenguaje es nuestra herramienta fundamental, representando la clave para conseguir visibilizar el conocimiento subyugado y establecer una plataforma para el cambio.

Nuestra propuesta incluye el conseguir que los adolescentes se impliquen de manera activa a través de la participación a nivel emocional y cognitivo, de la conversación directa y de la utilización del análisis dialógico/interpretativo, en la identificación de la influencia que tiene la sociedad, la cultura, la educación y la familia en la percepción de la violencia y sus causas. A partir de las historias personales que cada uno de estos jóvenes cuenta, se trata de construir significados diferentes, mucho más ricos, sobre la base de los valores que los adolescentes consideran importantes para ellos.

### **Prácticas narrativas colectivas**

*“Ante los problemas aparentemente insuperables, si te reúnes con unas cuantas personas, decides actuar y hacer tu contribución [...] nunca sabrás las posibilidades que pueden surgir.”*

*Denborough, 2008*

Las prácticas narrativas colectivas son formas de trabajo comunitario que surgieron de la aplicación de los principios narrativos en colectivos desfavorecidos de distintos lugares del mundo (Palestina, Israel, Ruanda, Australia, Canadá, USA, etc.). Estas prácticas colectivas se fundamentan en el respeto a la idiosincrasia y a las creencias de cada comunidad y fomentan el rescate de sus habilidades y conocimientos específicos para enfrentarse a las dificultades sin juzgar por raza, creencias, formas de vida, etc. y sin imposiciones de ningún tipo (Chimpén y Dumitrascu, 2013).

Denborough (2008), uno de los pioneros en las prácticas colectivas desde el enfoque narrativo, ha desarrollado algunos de los principios básicos en los que basar la intervención. Estos son:

- Prestar atención a la doble escucha: se describe no sólo el trauma que la persona o la comunidad ha sufrido sino también las formas que se utilizaron para responder al trauma, es decir, cómo intentó la persona o la comunidad protegerse a sí misma (conocimiento subyugado emergente).
- Unir a las personas y sus experiencias a algún tipo de colectivo o grupo de personas que han pasado por una situación similar. Esto no tiene por qué ser presencialmente sino que puede realizarse a través de mensajes o redes sociales.
- Facilitar a individuos, grupos y comunidades el hacer una contribución a la vida de los demás.
- Entender que la/s persona/s que se encuentran con nosotros representan un tema social.
- Favorecer el que la/s persona/s puedan unirse en un esfuerzo colectivo para

abordar, de algún modo local, este asunto social.

- Clarificar la idea de que las personas hablan a través de nosotros y no sólo a nosotros.

El primer punto resulta de especial interés para la puesta en marcha de la intervención que nos ocupa. El terapeuta o facilitador debe percatarse de la doble historia de lo que se cuenta. Tal y como señaló White (2000), toda atribución de significado a una experiencia determinada está en relación a un opuesto que a menudo no es expresado de forma explícita pero que se encuentra de forma latente en la narrativa. Así, por ejemplo, una historia de violencia puede hablar también de una historia de paz o de protección. Desde la intervención narrativa se escucha la historia dominante del problema, sus efectos, los sentimientos que despierta y los obstáculos que presenta. Sin embargo, al mismo tiempo, resulta fundamental rescatar la historia alternativa, aquella formada por actos de resistencia que realizó y está realizando la persona (conocimientos subyugados). De este modo, se rescata lo que se considera que no ha sido “tocado” por el problema y que generalmente incluye esperanzas, deseos, compromisos, etc. Es importante elaborar la historia de esas esperanzas, deseos y compromisos resaltando la intervención de otras personas significativas que se unieron en esa resistencia. Con ello se pretende establecer puntos de entrada para la construcción de la historia alternativa.

Esta doble escucha se basa en la idea de que siempre hay iniciativas que se están tomando para tratar de reducir o reparar el daño y/o para cuidar y proteger a otros (White, 2007). Por tanto, en lugar de traer nuestras propias iniciativas, nuestro papel será crear los contextos adecuados para que se conozcan y valoren sus propias iniciativas. En el contexto de la prevención de la violencia esto incluye desenterrar las habilidades, valores, esperanzas y sueños que están implícitos en las respuestas de las personas a las agresiones y amenazas (por ejemplo, ser alguien autónomo, libre, fuerte, calmado, etc.).

Además de la doble escucha, las prácticas narrativas colectivas se interesan en fomentar la contribución de la persona a la comunidad. Para ello resulta fundamental focalizar la atención en los patrones del lenguaje, las interacciones y las intenciones colectivas, así como las individuales, con la idea de entretener la historia de la persona con la de su comunidad.

Algunas de las técnicas narrativas colectivas más conocidas son: el árbol de la vida, el equipo de la vida, la línea del tiempo y el mapa de las historias, la cometa de la vida, la cocina de la vida, la receta de la vida, el uso de la música en comunidades, y el uso de documentos colectivos (Chimpén y Dumitrascu, 2013).

Explicaremos brevemente las dos prácticas narrativas colectivas que hemos utilizado en comunidades escolares como forma de prevención del bullying: el Árbol de la Vida y los Documentos Colectivos.

## Explicación de las Técnicas

### El Árbol de la Vida

El Árbol de la Vida fue desarrollado por Ncazelo Ncube, David Denborough y el Dulwich Centre Foundation (Denborough, 2008) para trabajar con niños y niñas sobrevivientes del genocidio de Ruanda, con el objetivo de reducir los efectos del trauma y resaltar sus capacidades y conocimientos sin retraumatizarles. Además, tiene por objeto ofrecer experiencias que incrementen la conexión con las familias, con sus valores y con su herencia cultural.

Al utilizar esta metodología en el ámbito educativo, nos planteamos la creación de un contexto emocionalmente seguro donde desarrollar conversaciones acerca de las experiencias relacionadas con la violencia a nivel individual, familiar y colectivo, resaltando la importancia de los valores que nos ayudan a resolver con éxito situaciones de violencia. Se trata de identificar y describir de manera más enriquecedora las habilidades y los conocimientos implícitos en las iniciativas que se tomaron o se pueden tomar frente a la violencia, haciéndolas más visibles para las personas y fortaleciéndolas para que hagan la acción posible (Denborough et. al, 2006).

La recuperación de estas historias individuales y colectivas puede producir cambios en la conducta individual y grupal en la medida en que crean nuevos significados, emociones y recuerdos que ayudan a fomentar una identidad más satisfactoria y explicitar futuros posibles libres del problema de la violencia. En la re-narración de dichos relatos el terapeuta o facilitador debe prestar atención a la dialéctica identitaria que surge de la tensión entre quiénes son los autores de la historia, quiénes han sido y quiénes pueden llegar a ser.

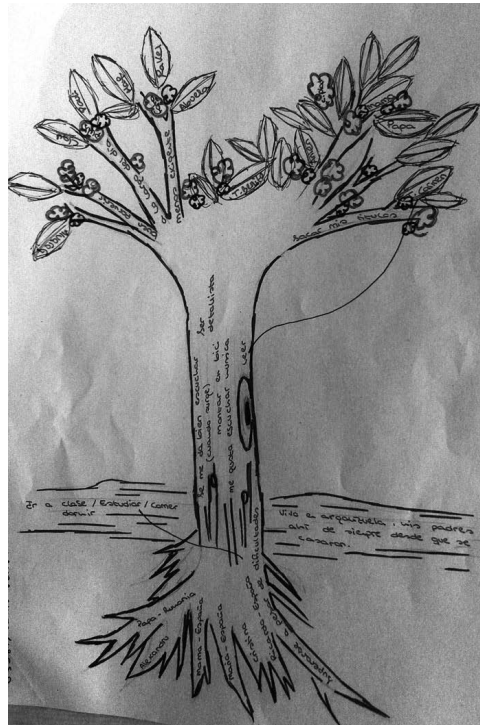
El taller del Árbol de la Vida se realiza en cuatro etapas: (1) el dibujo y construcción del árbol; (2) la construcción colectiva del bosque de la vida; (3) cuando llega la tormenta: amenazas, secuelas, dificultades y respuestas; (4) certificados y celebración. Las primeras dos etapas sirven para comenzar una historia alternativa de la vida de los adolescentes a partir de la cual se construye una nueva identidad enriquecida y preferida. Como se ha señalado, esta segunda narración está estructurada en función de los recursos, habilidades, sueños y esperanzas de los adolescentes que participan en el taller. La tercera, permite a los jóvenes hablar e identificar sus dificultades y sufrimientos, pero también hacer visibles las respuestas que han dado en esas situaciones y sus efectos en la protección de aquello que valoran. La última etapa tiene como propósito asegurar que los participantes se vayan con el reconocimiento de los recursos, habilidades y vínculos con personas importantes en sus vidas. En nuestro caso utilizamos esta etapa para redactar el documento colectivo. A continuación describiremos un poco más en detalle las diferentes etapas.

1) Dibujo y construcción del árbol (véase Figura 1):

- Las raíces: hablamos sobre nuestros antepasados: ¿de dónde venimos? (ciudad); ¿quiénes son nuestros ancestros? (abuelos, bisabuelos); ¿hay

alguna historia relacionada con nuestra familia, con el apellido?; ¿quiénes han sido los que más le han enseñado en la vida?; ¿hay algún valor que se ha transmitido a través de las diferentes generaciones, una canción o baile favorito o típico del sitio de donde vienen?

- La tierra: ¿dónde viven actualmente?; ¿cómo llegaron a vivir ahí?; ¿cuál es su lugar/habitación favorita en casa?; ¿qué hacen cada día?
- El tronco: habilidades, capacidades, conocimientos y valores. ¿Qué les gusta hacer?; ¿Qué se les da bien hacer?; ¿Cuáles son las historias de esas habilidades: desde cuándo las tienen, de quién las han aprendido?; ¿Qué recuerdos/momentos especiales guardan en su memoria de su infancia?
- Las ramas: ¿Qué esperanzas, sueños y deseos de futuro tienen para sus vidas?; ¿Cuáles son las historias de esas esperanzas y sueños?; ¿Tienen alguna relación estas esperanzas con alguna persona significativa de su pasado o infancia (de su vida en general)?; ¿Desde cuándo tienen estos sueños en sus vidas?; ¿Cómo han conseguido mantenerlos vivos durante tanto tiempo?; ¿Qué les ha ayudado a mantenerlos?; ¿Qué esperanzas o deseos tienen para la vida de otras personas?; ¿Qué esperanzas y deseos de futuro tienen para su comunidad?
- Hojas: personas o personajes (mascotas, personajes ficticios de libros o películas o amigos imaginarios) relevantes en nuestra vida que están vivos o que ya han fallecido. Si se trata de personas importantes que ya no viven hemos visto que estas preguntas pueden provocar tristeza al principio. Por eso seguimos preguntando: ¿Habéis tenido momentos agradables o felices?; ¿Por qué era especial esta persona para ti?; ¿Crees que a esta persona le gustaría saber que le estás recordando de esta manera ahora mismo?; ¿Qué apreciaba o qué veía en ti?!
- Flores y frutos: regalos o dones que nos han dejado estas personas o personajes importantes en nuestras vidas. No se trata sólo de objetos materia-



**Figura 1.**  
Ejemplo del Árbol de la Vida de uno de los participantes



les sino también de valores como por ejemplo, el amor por los demás, la protección, la amistad. Puede ser importante desarrollar la historia de esos valores intentando trazar una línea hacia atrás en el árbol, desde los frutos pasando por las hojas, las ramas, el tronco y las raíces, intentando encontrar una conexión o vínculo entre valores, personas significativas, sueños de futuro y recuerdos significativos de su pasado, que se puedan narrar en forma de historia significativa. A esta historia se puede llegar a través de preguntas como: ¿Quién crees que te ha transmitido ese valor?; ¿Qué vio/apreció esa persona en ti para que te transmitiera ese valor tan importante para ti?; ¿De qué manera cambió tu vida el hecho de que esta persona viera eso tan importante en ti?; ¿De qué manera has contribuido tú en la vida de esta persona, para que ella llegara a considerarte tan importante como para transmitirte ese valor?

2) Construcción colectiva del “Bosque de la Vida”. Después de dibujar los árboles de manera individual, juntamos todos los dibujos encima de la mesa, en el suelo o colgados en la pared, para formar el bosque de la vida. Pedimos a algún voluntario que comparta alguna historia de su árbol. Este es un punto de especial intensidad emocional.. Cuando se forman esas conexiones con valores y personas importantes en sus vidas y cuando las historias de esas relaciones especiales vienen a la mente, a los adolescentes les resulta fácil implicarse y compartir emocionalmente esos relatos. Por ejemplo, esto era lo que nos contaba uno de los adolescentes recordando lo que su madre le había transmitido desde que era muy pequeño: “La familia es lo más importante. Mi madre me ha ayudado a entender las cosas sobre la vida, para mí es un ejemplo a seguir. Perdóname mamá por todo, sabes que vivo en tus ojos, por eso caigo con tus lágrimas”.

3) “Cuando llega la tormenta”: amenazas, secuelas, dificultades y respuestas. Con el dibujo del árbol de la vida y las conversaciones que surgen durante la construcción del árbol y del bosque, conseguimos crear un contexto emocionalmente seguro donde los adolescentes puedan hablar sobre dificultades que experimentan o han experimentado relacionadas con la violencia en el contexto escolar o en la vida en general, pero sin que resulte retraumatizante.

Siguiendo con la metáfora, hablamos sobre los peligros que corren los árboles haciendo una conexión con los peligros que corren los adolescentes de la clase con la que se esté trabajando. También hablamos sobre las maneras que han encontrado hasta ahora de hacer frente a todos esos peligros, del mismo modo que los animales y los árboles encuentran la manera de defenderse de los efectos de las tormentas y otros peligros que pueden ocurrir en el bosque. Dejamos espacio para que los adolescentes puedan nombrar todos los peligros que consideran reales en sus vidas y en su colegio. Apuntamos en la pizarra todo lo que los alumnos aportan y hacemos una lista de los peligros y otra lista con las maneras de afrontar esos peligros. Este tipo de conversaciones se convierten en colectivas, ya no hablan de manera individual sino que se completan el uno al otro, hablan sobre experiencias que han

vivido en clase, juntos y sobre cómo han conseguido solucionarlo. Por ejemplo, un grupo contó en una ocasión que el año anterior les consideraban la peor clase de todo el instituto porque tenían muchos conflictos entre los alumnos y entre los alumnos y los profesores. Tres de los chicos dijeron que se dieron cuenta que su clase necesitaba un cambio, una ayuda y entonces se autonombraron el Trío de la Alegría: “Somos el tres más uno, el Trío de la Alegría y este curso las cosas van mucho mejor con nuestras intervenciones. Cuando surge un problema entre compañeros nosotros intervenimos en seguida, mediamos entre ellos y calmamos los ánimos intentando hacer bromas, contar chistes o cantando canciones alegres, como las rumbas y el flamenquito de Melendi, nuestro cantante favorito.”

4) Redacción del documento colectivo y primera lectura con el grupo base. En el siguiente apartado se describe con detalle cómo se genera este documento colectivo. Por el momento baste decir que si es necesario se realizan las modificaciones que los adolescentes soliciten para adecuar el documento a la experiencia cercana de los alumnos, utilizando sus propias palabras (véase poesía del Anexo I: el bosque en el que estaba situado el colegio era el escenario de sus primeras experiencias con las drogas, algo que identificaron de manera espontánea y delante de su tutora como uno de los peligros más graves que corren los alumnos de esa clase).

El hecho de escuchar a los demás contando sus historias y de aportar su experiencia a la comunidad puede resultar beneficioso y aumentar el sentimiento de pertenencia y de agentividad. Los profesionales que llevan a cabo el taller deben adoptar una postura simétrica con los participantes y colaborar con ellos para facilitar el que asuman responsabilidades en prevenir y poner fin a la violencia.

### **Los Documentos Colectivos**

El documento colectivo es una forma de cristalizar la historia alternativa de las habilidades y los conocimientos que las personas y las comunidades descubren que tienen y que les son útiles en situaciones difíciles (véase Anexo I).

Se redacta a partir de las palabras textuales de las personas que participan en el taller. Es sumamente importante que las personas que han contribuido al documento puedan reconocer algunas palabras o frases suyas. Esto requiere que se tomen notas de ellas (si se puede, traducir sentimientos). Un documento efectivo debe recoger imágenes empleadas al hablar, metáforas (prestar atención a la forma de expresarse) e incluso aquello que evoque olores, sonidos, o texturas. El documento no tiene porqué ser una carta, puede ser un diario, un folleto, páginas web, etc. Tampoco hay un tiempo definido para realizar el documento, varía desde unas horas hasta varios meses.

Es importante encontrar formas de obtener el material suficiente acerca de las habilidades y conocimientos de las personas para hacer un documento que sea significativo para ellos. Precisamente el Árbol de la Vida es una buena metodología para lograrlo.

Hay una cierta técnica a utilizar a la hora de la redacción del documento de tal manera que pueda producir el efecto deseado. Siguiendo a Denborough (2008) podemos destacar los siguientes aspectos:

- Que represente la voz colectiva y la contribución en la vida de otras personas que pasan por situaciones semejantes. *“Queremos compartir con todo aquel que quiera y lo necesite, todo lo que hemos aprendido acerca de los conflictos que surgen muchas veces de las diferencias entre nosotros”*.

- Que esté redactado con fluctuaciones entre nosotros y yo: *“Ha sido importante darnos cuenta que recurrir a las personas relevantes en nuestra vida nos ayuda cuando tenemos problemas. Y esas personas importantes pueden ser personas cercanas a nosotros o personajes famosos que nos transmiten valores que nos ayudan en nuestra vida. Me gusta lo que me transmite el luchador profesional que admiro (CM Punk). Su lema: es “estar limpio” de drogas, alcohol y tabaco. Y esos son valores muy importantes”*.

- Que cada una de las habilidades constituyan un tema y que figuren en el título: *“Los dones que nos han dejado las personas o personajes importantes en nuestra vida”*; *“Escucharnos en las dificultades”*; *“Dedicarnos a los demás”*.

- Utilizar expresiones gramaticales que impidan la imposición o la globalización de la experiencia: *“algunos de nosotros”* o *“algunas veces”*, etc.. Esto deja espacio al sentido de pertenencia a la comunidad pero también al reconocimiento de las diferencias. *“Para algunos de nosotros es importante dedicarnos a actividades que implican concentración cuando tenemos un conflicto o cuando tenemos muchas cosas en la cabeza y necesitamos evadirnos. Cocinar me ayuda a relajarme cuando discuto con alguien, porque tengo que estar muy atento a los ingredientes y a la comida. Cuando discuto con mi madre me pongo a cocinar y así ella se queda tranquila y yo también”*.

- Revisar el borrador inicial con aquellos que han contribuido a crearlo y que tengan la oportunidad de cambiar o añadir algo porque sus iniciativas y sus palabras es lo que tiene que quedar recogido.

- Lectura ceremonial y creación de un contexto para la contribución. Sería algo similar a una ceremonia de definición (White, 2002) donde se busca la audiencia a la cual pueda ayudar la lectura del documento para darle un sentido a la experiencia. Se puede organizar una ceremonia con toda la comunidad educativa, por ejemplo durante la fiesta de fin de curso o durante una asamblea, momento en el que los alumnos que han participado en el proyecto leen el documento colectivo a todos los miembros de su comunidad y de esta manera comparten su experiencia. En ese momento, los tutores les entregan los certificados de participación en el taller, en los que se hace mención especial a las habilidades, capacidades, valores y fortalezas que los alumnos han descubierto que tienen y que les ayudan a afrontar de manera efectiva situaciones de conflicto y enfrentamientos en el colegio o en la vida, en general.

En muchas ocasiones el documento colectivo se convierte en el nexo de unión

entre comunidades que afrontan problemáticas similares. Esto se logra mediante la lectura del documento en otros lugares para compartir las diferentes formas de enfrentar las dificultades que ha tenido una comunidad determinada y poder servir de inspiración para la comunidad receptora de la lectura. Los documentos colectivos se convierten en documentos de resistencia viajeros, en nuestro caso, pidiendo a los participantes el permiso para poder llevar su documento a otros colegios.

## **Proyecto Piloto**

### **Metodología y objetivos**

El estudio preliminar del proyecto de prevención del bullying se realizó en dos colegios, uno de la Comunidad de Madrid y otro de la Comunidad Valenciana. El grupo base fueron los alumnos de 4º curso de Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO). Una novedad que introdujimos con respecto a la metodología del árbol de la vida es que el grupo base hizo una réplica de la intervención para los alumnos de 1º, 2º y 3º de la ESO. Así reforzamos la idea de que ellos son los agentes que pueden promover el cambio en relación a la violencia entre iguales. A esta intervención la denominamos sesión réplica. En total participaron 270 adolescentes.

La intervención consta de cinco sesiones con el grupo base. Este grupo se subdivide a su vez en 3 subgrupos y cada uno de estos subgrupos lleva a cabo la sesión réplica.

Los objetivos principales que nos planteamos con nuestra intervención fueron:

1. Hacer visibles las habilidades y los conocimientos que han servido a los adolescentes en experiencias pasadas relacionadas con la violencia y el conflicto . para que les pueden servir a la hora de enfrentar situaciones de conflicto actuales o futuras.
2. Convertir a los jóvenes en agentes activos comprometidos con su comunidad aportando su contribución.
3. Ofrecer a los adolescentes experiencias que incrementen la conexión con sus familiares, con sus valores y con su herencia cultural.
4. Fortalecer la identidad de los adolescentes realzando sus valores personales para cambiar su relación con la violencia.

El proceso de aplicación de la metodología consta de 3 fases. En la primera fase se trabaja con el grupo base siguiendo esta estructura:

- Presentación de los objetivos del proyecto: quiénes somos, qué hacemos, cómo lo hacemos y para qué lo hacemos.
- Lectura del documento colectivo de los compañeros de colegios donde ya se haya realizado la intervención.
- Taller del Árbol de la vida y desarrollo de las conversaciones que surgen a lo largo del taller sobre la educación desigual y cómo se generan los comportamientos violentos, cómo se construye la imagen de hombre y mujer en la sociedad, implicación y efectos de los medios de comunicación

y del imaginario social en esa construcción de roles, la concepción del conflicto en nuestra sociedad, la deconstrucción de los contravalores que nos transmiten, los estereotipos y la discriminación vistos como efectos de la historia única.

- Creación del documento colectivo y primera lectura del documento colectivo para realizar las modificaciones necesarias, si fuera el caso. En la segunda fase, son los adolescentes los que replican la primera fase con sus compañeros de colegio más pequeños. Para ello:
- Cada grupo base se divide en 3 subgrupos (máximo 10 alumnos por subgrupo).
- Cada subgrupo elige una idea de todas las que hemos tratado durante la intervención que le parece importante transmitir a sus compañeros. También tienen libertad de elegir la modalidad de presentación que prefieren.
- Durante 2 ó 3 semanas los subgrupos preparan su intervención. Todo este tiempo tienen a su disposición supervisión del terapeuta.
- Presentaciones de los trabajos: una parte importante de estas intervenciones es la lectura del documento colectivo. Comunicar a los demás los valores y las habilidades que los adolescentes han descubierto que les sirven en situaciones difíciles puede impulsar a los demás a buscar sus propias habilidades y conocimientos que les han ayudado en otras ocasiones a superar situaciones difíciles. Además frecuentemente es una lectura que invita a la reflexión y a tomar posición ante la violencia y el conflicto.
- Taller del árbol de la vida realizado por los adolescentes y creación de documentos colectivos.

La tercera y última fase consiste en una ceremonia de entrega de certificados y reconocimientos de la comunidad educativa a la contribución de los jóvenes. El documento colectivo quedará en un lugar visible del colegio, donde cualquiera pueda consultarlo. Además se invita a todos los alumnos del colegio a enriquecer ese documento aportando sus propios conocimientos y experiencias. En la primera aplicación del proyecto los alumnos del primer grupo base decidieron que su documento colectivo tenía que viajar a todos los colegios donde se iba a llevar a cabo el proyecto.

### **Comentarios sobre la experiencia**

El proyecto presentado debe ser tomado como estudio piloto para realizar investigaciones más exhaustivas de la utilidad de las prácticas colectivas narrativas en el contexto de prevención del bullying. Nuestro análisis de la experiencia realizada y del documento colectivo, ha sido a nivel descriptivo observacional, así que consideramos necesario realizar una cuidadosa planificación de dichas investigaciones para demostrar la eficacia de intervenciones de este tipo.

Se ha podido observar que las técnicas narrativas permiten crear un clima

adecuado y un entorno seguro para poder conversar sobre experiencias individuales o colectivas acerca de la violencia, sin retraumatizar y pudiéndose rescatar la historia alternativa a la experiencia negativa. La siguiente frase del documento colectivo confirma este objetivo (Anexo I): *“Hemos visto que nuestras respuestas ante situaciones de conflicto están vinculadas a lo que es importante para nosotros en la vida. Nosotros podemos elegir qué dirección tomar en la vida a través de las respuestas que damos a las cosas que nos pasan”*.

Al mismo tiempo, la técnica del Árbol de la Vida ha ayudado a rescatar las habilidades, conocimientos, capacidades y relaciones importantes de los adolescentes que participaron en el taller. El apartado “Los valores que son importantes en nuestras vidas” (Anexo I) del documento colectivo dejan constancia de esta afirmación: *“La sinceridad, la lealtad, la madurez, la unidad, la amistad y la alegría son importantes para nosotros. Vivir una vida limpia, respetar a los demás y tener educación. Hemos aprendido que todos tenemos derecho a escuchar y a ser escuchados, tanto en las cosas buenas como en las malas. Creemos que respetar este derecho nos ayuda a afrontar los conflictos de una manera diferente (...). La igualdad y la aceptación son valores importantes que nos ayudan a ver el conflicto como algo enriquecedor”*.

Con respecto al objetivo de rescatar los valores, las habilidades, los conocimientos y las conexiones con personas relevantes de la vida de los adolescentes, podemos afirmar que al usar las dos metodologías mencionadas se facilita la creación del contexto necesario para tender lazos con las personas significativas de los adolescentes que participaron en el taller: *“Algunas personas que ya no están con nosotros o se encuentran lejos, nos han dejado valores importantes como el amor verdadero, ilusión y momentos felices y amistad a pesar de la distancia y el tiempo. Hemos descubierto que tenemos fortalezas que nos transmiten nuestros padres. Mi madre me ha enseñado a ser fuerte y me ha transmitido el valor de la protección. Me han enseñado que es importante aprovechar mis estudios. Ser buenas personas y ser solidarios nos ayuda a afrontar situaciones de conflicto con los demás”*.

Otro propósito de este proyecto era convertir a los adolescentes en agentes activos de cambio para su comunidad. Creemos que hemos conseguido alcanzar este objetivo implicando a los chicos y chicas de manera activa, y de esta manera empoderándoles, al hacer su contribución a la comunidad con las sesiones réplica (contarles a sus compañeros más pequeños las habilidades que ellos habían descubierto en el taller y que les servían para manejar situaciones de conflicto). Estas sesiones réplica tienen como objetivo secundario convertir el documento colectivo en facilitador de acciones similares de futuras generaciones, al quedar en el colegio, en un lugar de fácil acceso, donde cualquiera pueda consultarlo. Con la sesión réplica y con el documento colectivo, que quedará como testimonio histórico en el colegio para generaciones futuras, los adolescentes aportan su contribución a la vida de los demás y se unen en un esfuerzo colectivo para abordar el problema

de la violencia en su colegio o en cualquier otro contexto. Presumiblemente, de esta manera los alumnos de las otras clases podrán seguir el camino trazado por sus compañeros para prevenir y afrontar las situaciones de conflicto.

Creemos que con estas observaciones queda abierta la posibilidad de crear programas de investigación que demuestren la eficacia que tiene el potenciar las historias alternativas frente a las historias dominadas por la violencia y el cambio que produce en la conducta de los adolescentes el hecho de centrarse en el proceso y no en el problema.

Al tomar conciencia del contexto amplio de la violencia y de las ideas que se transmiten desde la sociedad y la cultura y al autorizar, habilitar y dar poder de decisión a los jóvenes, estos se transforman en sujetos que eligen y actúan de una manera realista, respetuosa y viable. Se les capacita para proyectar su futuro a partir de su pasado y de la vivencia de su presente. En nuestra opinión esta metodología constructivista tiene gran impacto puesto que contrasta notablemente con el modo general en que los conocimientos son transmitidos en el contexto escolar, en el que el alumno es fundamentalmente un receptor pasivo de información. Queda por delante el reto de la realización de futuras intervenciones e investigaciones que consoliden las observaciones realizadas.

## Notas

- <sup>1</sup> Con preguntas de este tipo se invita a los adolescentes a contar historias sobre lo que era importante de la relación con esa persona. Esta es una manera de honrar la historia de esa relación. Si el duelo es un tema común de la comunidad (en una de las clases había fallecido una compañera recientemente) seguimos preguntando a los adolescentes cómo pueden seguir pensando en esa persona especial para ellos y recordándola (Denborough, 2008).

## Referencias bibliográficas

- Bruner, J. (1991). The narrative construction of reality [Version electronica] *Critical Inquiry*, 18(1), 1-21.
- Bruner, J. (2004). Realidad mental y mundos posibles. Los actos de imaginación que dan sentido a la experiencia. Barcelona: Gedisa.
- Chimpén, C.A. y Dumitrascu, A.R. (2013). De la Terapia Narrativa Familiar a las Prácticas Narrativas Colectivas. *Psyciencia*. Rescatado de: <http://www.psyciencia.com/2013/11/01/de-la-terapia-narrativa-familiar-a-las-practicas-narrativas-colectivas/>
- Denborough, D., Koolmatrjie, C. Mununggirritj, D., Marika D., Dhurrkay, W. & Yunungingu, M. (2006). Linking stories and initiatives: A narrative approach to working with the skills and knowledge of communities. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (2), 19-51.
- Denborough, D. (2008). *Collective Narrative Practice. Responding to individuals, groups and communities who have experienced trauma*. Adelaide, South Australia: Dulwich Centre Publications.
- Díaz-Aguado, M.J. (2003). Diez condiciones básicas para prevenir la violencia desde la adolescencia. *Estudios de Juventud*, 62/03. Consultado el 9 de junio de 2014 en: <http://www.injuve.es/sites/default/files/62completa.pdf>
- Foucault, M. (1980). Power/knowledge: selected interviews and other writings. New York: Pantheon Books.
- Horton M. y Freire P. (1990). *We make the road by Walking. Conversations on Education and Social Change*. Edited by Brenda Bell, John Gaventa and John Peters. Philadelphia, USA: Temple University Press.

- Informe mundial sobre la violencia y la salud, (2003) editado por Etienne G.; Krug, Linda L.; Dahlberg, James A.; Mercy, Anthony B. Zwi y Rafael Lozano. Publicación científica y técnica n° 588. Organización Mundial de la Salud.
- Montesano, A. (2012). La perspectiva narrativa en terapia familiar sistémica. *Revista de psicoterapia*, 89, 5-45.
- Organización Panamericana de la Salud (2006). Estado del arte de los programas de prevención de la violencia en ámbitos escolares. Washington D.C.: OPS.
- Trinh, T.Minh-ha (1989). *Woman, Native, Other: Writing Postcoloniality and Feminism*. Bloomington, In: Indiana University Press
- UNICEF (2011). *Clima, conflictos y violencia en la escuela*. Argentina: fondo de las Naciones Unidas para la infancia.
- White, M & Epston, D. (1993). *Medios Narrativos para Fines Terapéuticos*. Barcelona, España: Paidós.
- White, M. (1997). *El enfoque narrativo en la experiencia de los terapeutas*. Barcelona, España: Gedisa.
- White, M. (1997). Challenging the culture of consumption: Rites of passage and communities of acknowledgement. *Dulwich Centre Newsletter*, 2, 3 & 4.
- White, M. (2000). *Reflections on narrative practice*. Adelaide, South Australia: Dulwich Centre Publications.
- White, M. (2002). *El enfoque narrativo en la experiencia de los terapeutas*. Barcelona: Gedisa (Págs. 124-149).
- White, M. (2007). *Maps of narrative practice*. New York: W.W. Norton & Co.
- Williams, M. (2010). Undercover Teams: Redefining reputations and transforming bullying relationships in the school community. *Explorations: An E-Journal of Narrative Practice*, 2010, (1), 4–13. Rescatado desde: <http://www.dulwichcentre.com.au/explorations-2010-1-michael-williams.pdf>

## ANEXO I: DOCUMENTO COLECTIVO

### LOS VALORES QUE HEMOS RESCATADO Y QUE NOS AYUDAN A AFRONTAR SITUACIONES DIFÍCILES

Queremos compartir con todo aquel que lo necesite lo que hemos descubierto que nos ayuda en situaciones difíciles. Esperamos que esto sirva de testimonio a todas las personas que encuentran dificultades en la vida.

Hemos visto que nuestras respuestas ante situaciones de conflicto están vinculadas a lo que es importante para nosotros en la vida. Nosotros podemos elegir qué dirección tomar en la vida a través de las respuestas que damos a las cosas que nos pasan.

En momentos de dificultad nosotros respondemos a través de:

### LOS VALORES QUE SON IMPORTANTES EN NUESTRAS VIDAS

La sinceridad, la lealtad, la madurez, la unidad, la amistad y la alegría son importantes para nosotros. Vivir una vida limpia, respetar a los demás y tener educación.

Hemos aprendido que todos tenemos derecho a escuchar y a ser escuchados, tanto en las cosas buenas como en las malas. Creemos que respetar este derecho nos ayuda a afrontar los conflictos de una manera diferente.

Cada día nos relacionamos con gente distinta. La igualdad y la aceptación son valores importantes que nos ayudan a ver el conflicto como algo enriquecedor, como una oportunidad de descubrirnos a nosotros mismos y a los demás. Tengo algunos valores por delante de las leyes homófobas. Creemos que no existe ningún



motivo para discriminar y mantener este valor nos ayuda a evitar conflictos.

Hemos descubierto que hablando se pueden solucionar los conflictos y saber decidir entre problemas importantes y conflictos menores es una buena habilidad. Expresar nuestra opinión es un derecho que siempre podemos ejercer. Así como tener educación y respetar a los demás.

### **LOS DONES QUE NOS HAN DEJADO LAS PERSONAS O PERSONAJES IMPORTANTES EN NUESTRA VIDA**

La familia es lo más importante. Mi madre me ha ayudado a entender las cosas sobre la vida, para mí es un ejemplo a seguir. Perdóname mamá por todo, sabes que vivo en tus ojos, por eso caigo con tus lágrimas.

Algunas personas que ya no están con nosotros o se encuentran lejos, nos han dejado valores importantes como el amor verdadero, ilusión y momentos felices y amistad a pesar de la distancia y el tiempo.

Hemos descubierto que tenemos fortalezas que nos transmiten nuestros padres. Mi madre me ha enseñado a ser fuerte y me ha transmitido el valor de la protección. Me han enseñado que es importante aprovechar mis estudios. Ser buenas personas y ser solidarios nos ayuda a afrontar situaciones de conflicto con los demás.

### **HACER COSAS QUE NOS GUSTAN**

Hemos aprendido que hacer cosas que nos gustan nos ayuda cuando tenemos problemas o conflictos. Para algunos de nosotros es importante dedicarnos a actividades que nos ayuden a relajarnos como comer pipas, ir de compras, jugar a la Play o a la XBOX. A mi padre y a mí nos gusta cocinar, a veces lo hacemos juntos.

Creemos que el deporte, en general, nos ayuda a despejarnos. Jugar al fútbol es toda una tradición en mi familia. Mi padre juega en los Veteranos del Puerto y yo voy a verle jugar. Él me ha enseñado que el deporte nos puede ser útil a cualquier edad. Correr, ir al gimnasio, escalar, jugar al tenis, practicar defensa personal, hacer y que nos hagan masajes nos ayuda a despejarnos. Bailar me ayuda a relajarme después de un día malo.

Para nosotros la música es muy importante. Cuando nos sentimos mal, escuchar música que nos motiva y nos relaja puede ayudarnos. A mí me gusta cantar, me lo transmitió mi abuela. Para algunos, tocar un instrumento como el piano, la guitarra, el violín nos ayuda a relajarnos. Concentrarme en la letra de algunas canciones o tararear canciones que me gustan me ayuda a olvidarme de los problemas.

Me río y hago reír a los demás, así se despeja toda la clase. Somos el Trío de la Alegría de nuestra clase, ayudamos a crear buen ambiente. Hemos descubierto que aprender más sobre otras culturas nos ayuda a descubrir las múltiples historias que la gente tiene que contar. De esta forma evitaremos la discriminación y los estereotipos.

Hemos aprendido que hay actividades que nos sirven para desahogarnos cuando estamos tensos, como dibujar o escribir. Es una buena manera de expresarnos.

### **MANTERNOS CONECTADOS CON NUESTROS FAMILIARES**

Nuestros padres y abuelos nos han enseñado que es importante no olvidar de dónde venimos.

Hemos aprendido que nuestra identidad se forma a través de las relaciones que vamos desarrollando a lo largo de nuestra vida, con las personas importantes para nosotros. Mantener unida a la familia y honrar a nuestros antepasados nos ayuda a mantenernos conectados con nuestros orígenes.

Nos ayuda mantener el recuerdo de las personas importantes para nosotros pero que ya no están vivas. Pensar que se han ido para siempre nos hace sentir muy tristes y nos deja un vacío en el corazón. Pero recordar los buenos momentos que pasamos juntos y todo lo que nos han transmitido es la manera de seguir conectados. Una manera de quedarnos con todo lo que esas personas representan para nosotros es decirles “hola de nuevo”. Nos hemos dado cuenta que de esta manera, esas personas nos seguirán apoyando en momentos difíciles. Deseo que mis abuelos vivan siempre. Vivirán siempre a través de las cosas que me han enseñado.

Ha sido importante darnos cuenta que apoyarnos en las personas relevantes en nuestra vida nos ayuda cuando tenemos problemas. Y esas personas importantes pueden ser personas cercanas a nosotros o personajes famosos que nos transmiten valores que nos ayudan en nuestra vida. Me gusta apoyarme en mis amigos y familiares. Ellos me han dado sus mejores momentos y ahora me dan su amistad aunque estén lejos.

Me han transmitido la importancia de esforzarme y luchar para conseguir lo que quiero. “El que ama sufre, el que sufre lucha, el que lucha gana.” Entrenar duro y motivarme me ayuda a seguir luchando para conseguir mis sueños.

Comer juntos en Navidad o comer paella los sábados y los domingos son ocasiones en las que toda la familia se reúne y se mantiene unida. En esas situaciones es fácil hablar con la familia de los problemas que tienes y que te ayuden.

### **ESPERANZAS Y SUEÑOS**

Mantener nuestros sueños vivos nos ayuda a seguir adelante a pesar de las tormentas que podemos encontrar a lo largo de la vida. Esperamos tener siempre a la familia y a los amigos cerca. Uno de nuestros sueños para el futuro es tener familias unidas, que permanezcan juntas a pesar de las dificultades y de los conflictos.

Deseo que siempre haya futuro y salud. Tener una casa sin hipoteca, un trabajo que nos guste, encontrar a la chica 10, tener una Harley o que nos toque la lotería pueden ser buenos propósitos en la vida.

Para algunos seguir siendo fiel a Dios es un propósito importante para el futuro.

## CONTANDO NUESTRA HISTORIA DE UN MODO QUE CONSTRUYA FORTALEZAS

Hemos visto que, así como los árboles corren peligro durante todo el año, en nuestras vidas también existen dificultades y conflictos. Pero sabemos que tenemos habilidades, capacidades y conocimientos que nos ayudan a afrontar los problemas. Y hemos descubierto que apoyarnos en las personas importantes para nosotros nos ayuda a crear identidades estables.

Nos hemos dado cuenta de los peligros que implica contar una única historia sobre nosotros mismos o fijarnos en una única historia sobre los demás. Creemos que esto puede llevar a la discriminación y a crear estereotipos que no permiten ver las verdaderas identidades de las personas, mucho más ricas en historias, habilidades y capacidades. La historia que contamos sobre nosotros mismos determina nuestra vida. Hemos aprendido que tenemos la capacidad para elegir la historia que contamos sobre nuestras vidas. Tenemos la habilidad para cambiar nuestra vida cambiando la historia que elegimos contar sobre nosotros mismos.

Somos los árboles que forman el bosque de nuestros montes.  
Árboles inquietantes con capacidad de ver, de oír y de ayudar.

No nos miramos indiferentes  
somos más que sólo adolescentes.  
Compartimos historias que nos unen  
y habilidades que nos hacen útiles.  
Compartimos miradas, risas y llanto.

Somos el bosque que da vida a nuestro Colegio.  
Bajo nuestras hojas reposan los recuerdos de las personas importantes  
que forman nuestras identidades.

Las tormentas de la vida nos pueden romper las ramas  
y los conflictos nos pueden coger de improviso.

Pero nuestras raíces nos dan firmeza y  
el corazón está anclado en la tierra que nos ve crecer.  
Somos los árboles que forman el bosque de nuestros montes.