

# Guia pedagògica Parlem Amb Defensores: per una comunicació sense violència

Entrevista a en **Tony Robinson**,  
editor a **Pressenza**, agència de premsa  
dedicada a la comunicació de pau



Guia pedagògica  
Parlem Amb  
Defensores: per  
una comunicació  
sense violència

Setembre 2024

Direcció de Serveis de  
Drets Humans, Justícia  
Global i Cooperació  
Internacional



Ajuntament  
de Barcelona

**Copyright**

©Ajuntament de Barcelona, 2024

**Avis legal**

Tots els drets reservats. No es permet la reproducció total ni parcial de les imatges o textos d'aquesta publicació sense prèvia autorització.

**Títol**

Guia pedagògica Parlem Amb Defensores: per una comunicació sense violència

**Redacció**

**Centre de Recursos en Drets Humans**

Direcció de Serveis de Drets Humans, Justícia Global i Cooperació Internacional  
Àrea de Drets Socials, Salut, Cooperació i Comunitat

---

# Índex

<b>1.</b>	<b>Introducció</b>	<b>4</b>
<b>2.</b>	<b>Qui són i què fan les persones defensores dels drets humans?</b>	<b>5</b>
2.1.	Antecedents	5
2.2.	Tots els drets per a totes les persones	7
2.3.	A tot arreu els drets són imprescindibles	7
2.4.	Poden incidir a nivell internacional, regional, nacional i local	8
2.5.	Fan visibles les violacions dels drets humans i les denuncien	9
2.6.	Suport a les persones afectades per les violacions dels drets humans	9
2.7.	Accions per tal de garantir la rendició de comptes i la fi de la impunitat	10
2.8.	Activistes i defensores	10
<b>3.</b>	<b>Per una comunicació sense violència</b>	<b>11</b>
<b>4.</b>	<b>Bibliografia</b>	<b>14</b>

---

# 1 Introducció

---

Aquest és un material pedagògic dirigit al professorat de secundària perquè pugui treballar a l'aula activitats dirigides a fer reflexionar sobre qui són les persones defensores dels drets humans, quina és la seva tasca i per què la seva acció és important per promoure, protegir i garantir els drets humans. A més, a través de la tasca de les defensores, la guia invita a prendre consciència i apropar l'alumnat a la realitat dels drets humans en l'entorn més proper.

Aquesta guia també incideix en la presa de consciència de cara a l'alumnat, en el sentit que l'acció de defensar els drets humans és una pràctica que es pot assumir en qualsevol àmbit, com l'educatiu, i des de la mateixa joventut. És a dir, l'alumnat pot ser defensor dels drets humans mitjançant la prevenció a l'escola per evitar la vulneració de drets. Per fer-ho, es visionen entrevistes audiovisuals realitzades a les defensores i a partir d'aquestes entrevistes, es despleguen activitats participatives dins de l'aula.

En el primer capítol, com a informació transversal i general, el professorat trobarà contingut sobre qui són i què fan les persones defensores dels drets humans. Aquest contingut està redactat de manera clara i senzilla per comprendre la rellevància de les defensores i el seu rol a la societat.

En la segona part, hi ha una fitxa temàtica amb propostes d'activitats i dinàmiques per treballar a l'aula a partir d'una entrevista a una persona defensora. "Parlem amb defensores" és un projecte divulgatiu del CRDH i hi podreu trobar diverses entrevistes sobre temàtiques diferents amb les guies pedagògiques corresponents.

Si el professorat considera necessari que es faci un acompanyament pedagògic de l'aplicació de la guia, es pot comunicar amb: [crdh.formacio@bcn.cat](mailto:crdh.formacio@bcn.cat)

Els objectius d'aquesta guia són:

- Prendre consciència sobre els drets humans i la necessitat de garantir-ne la promoció, protecció i defensa.
- Promoure la presa de consciència sobre què significa ser persona defensora dels drets humans.
- Motivar el reconeixement del rol de les defensores en la promoció, defensa i protecció dels drets humans en l'àmbit local, nacional i internacional.
- Conèixer els drets humans a través de la feina que fan les persones defensores.
- Motivar i ajudar l'alumnat per identificar com també pot defensar els drets.

---

# 2 Qui són i què fan les persones defensores dels drets humans?

---

## 2.1. Antecedents

Totes les persones volen viure en pau, harmonia i amb condicions de vida dignes, i sembla que aquesta realitat triga a venir. Molt sovint, els éssers humans ignoren el fet que la comunitat internacional va establir drets universals després de la Segona Guerra Mundial, de manera que tots els països que van formar part d'aquesta iniciativa, sense excepcions, puguin viure en pau, harmonia i amb benestar. Aquests drets estan reconeguts a la Declaració Universal de Drets Humans (1948), així com a convencions internacionals que són vinculants per als Estats que les ratifiquen. Aquestes lleis són principis legals i ètics sobre els quals es poden basar les lleis de qualsevol Estat i que poden servir com a norma de referència per a les actituds i conductes de tothom. A més, els Estats es van comprometre a garantir, protegir i promoure aquests drets, perquè totes les persones tenen drets humans pel fet de ser éssers humans.

A mesura que passaven els anys, des de la societat civil, grups de persones i organitzacions van començar a defensar els drets humans quan tenien constància que no s'estaven respectant, garantint ni protegint. Així, doncs, el 8 de març de 1999 es va aprovar la Declaració sobre el dret i el deure dels individus, els grups i les institucions de promoure i protegir els drets humans i les llibertats fonamentals universalment reconeguts. En aquesta declaració podem trobar una definició de defensores i defensors dels drets humans en l'article 1, en què s'afirma que:

“Tota persona té dret, individualment o col·lectivament, a promoure i procurar la protecció i realització dels drets humans i les llibertats fonamentals en els plànols nacional i internacional.”

Qui defensa els drets humans són persones, grups i organitzacions de la societat que promouen i protegeixen els drets humans i les llibertats fonamentals reconeguts universalment. Aquestes persones impulsen la promoció i la protecció dels drets civils i polítics, així com la promoció, la protecció i la realització dels drets econòmics, socials i culturals. Així mateix, les persones defensores dels drets humans promouen i protegeixen els drets col·lectius i dels pobles, com la defensa de la terra i el territori en el cas de les comunitats indígenes. Les

persones defensores dels drets humans són activistes, és a dir, actuen i exerceixen accions en favor del respecte, protecció i garantia dels drets humans per a totes les persones. La definició no inclou les persones o grups que cometin actes violents o propaguin la violència.

## Amenaces per a les defensores de drets humans



En el context actual, les persones defensores de drets humans, tot i la importància de la seva tasca, veuen com l'exercici de la defensa dels drets humans continua sent una de les activitats més desafiantes i, en alguns països, perilloses per a les seves vides. Moltes vegades, la defensa dels drets humans es caracteritza per desenvolupar-se sota un clima advers, on denunciar les violacions dels drets significa rebre amenaces i, fins i tot, perdre la vida.

Per aquest motiu, i a causa del context desafiant que viuen les persones defensores per dur a terme la seva feina, la Unió Europea elabora unes “Directrius de la Unió Europea sobre les Persones Defensores dels Drets Humans” en coherència amb la seva feina per intensificar els esforços encaminats a fomentar i estimular el respecte del dret a defensar els drets humans.

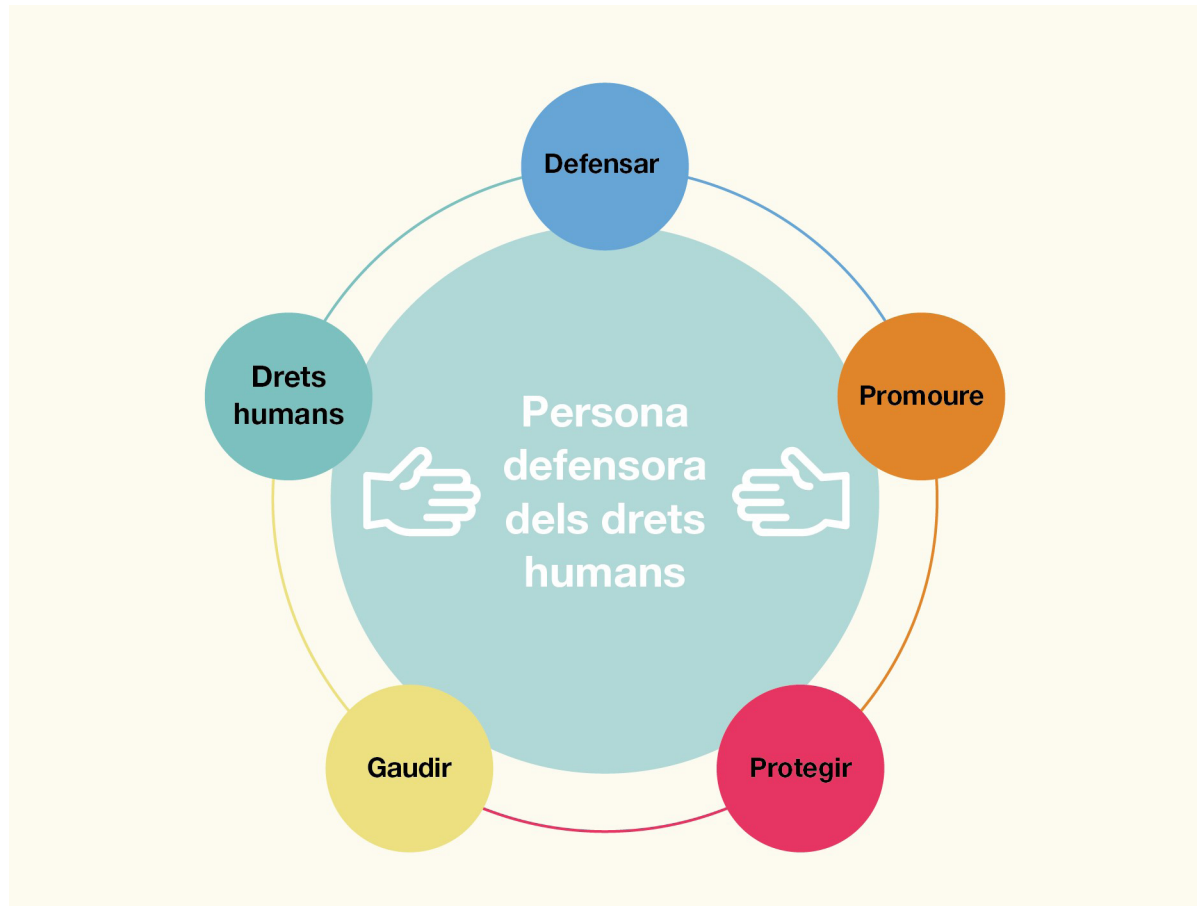
**Mary Lawlor**, relatora especial de les Nacions Unides sobre la situació de les persones defensores a Europa, reconeix la importància de les Directrius de la Unió Europea sobre les persones defensores dels drets humans perquè defineixen els passos fonamentals per permetre a les persones defensores treballar en entorns de pau i promoure els drets universals i les llibertats fonamentals, així com el dret a l'asil de les persones en moviment i el dret a la vida.

Les directrius aporten també intervencions per part de la UE en favor de les persones defensores dels drets humans en situació de risc, i suggereixen mitjans pràctics per donar suport i ajudar en moments crítics.

## 2.2.

### Tots els drets per a totes les persones

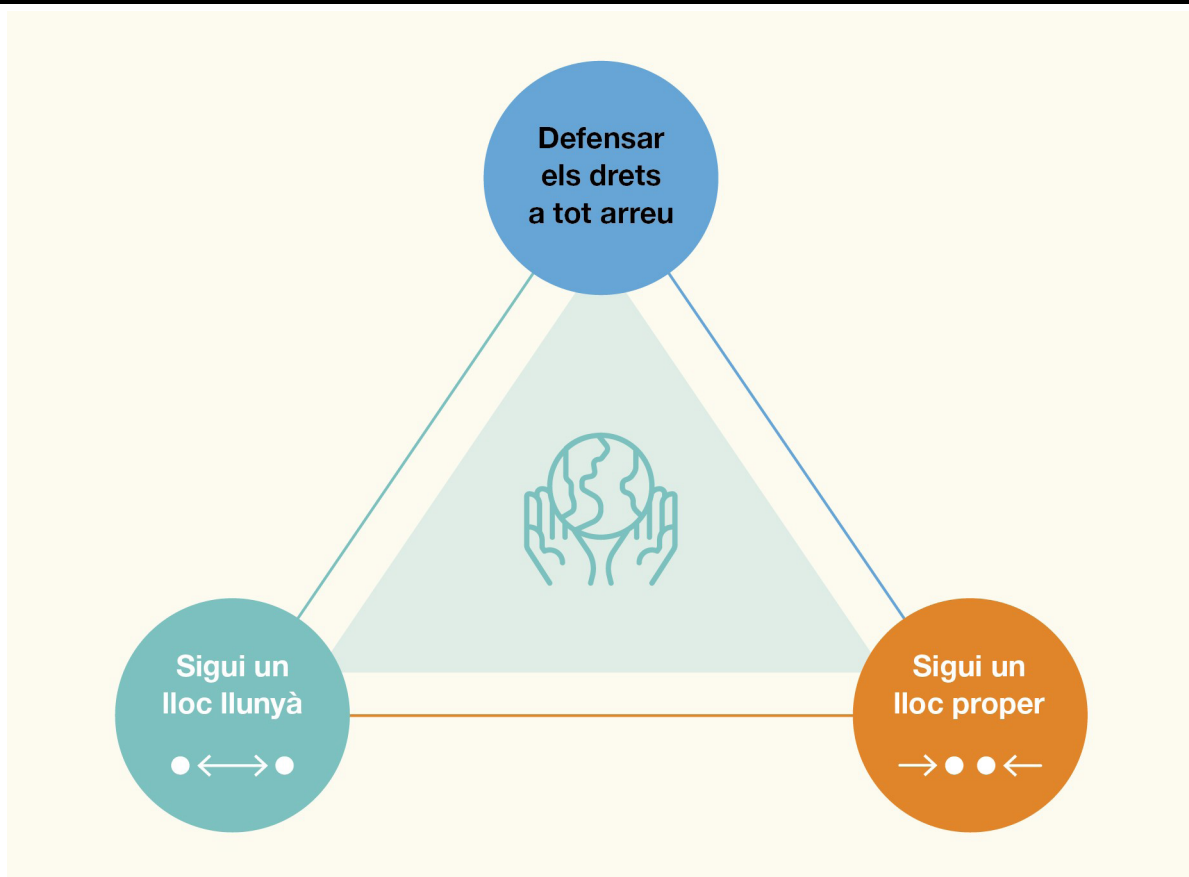
Les persones defensores aborden qualsevol problema de drets humans, que poden comprendre des de les execucions sumàries fins a la tortura, la detenció i la presó arbitràries, la mutilació genital de les dones, les discriminacions, les desigualtats, les qüestions laborals, les expulsions forçades, l'accés a l'atenció sanitària o les deixalles tòxiques i el seu impacte al medi ambient. Les persones defensores actuen a favor de drets humans tan diversos com el dret a la vida, l'alimentació i l'aigua, el millor nivell possible de salut, un habitatge adequat, un nom i una nacionalitat, l'educació, la llibertat de circulació i la no discriminació. Moltes vegades defensen els drets de les dones, les persones LGTBI, la infantesa, les persones amb discapacitat, les persones migrades, les poblacions indígenes i les persones refugiades i desplaçades.



## 2.3.

### Els drets són imprescindibles a tot arreu

Les persones defensores dels drets humans actuen a totes les parts del món: tant als Estats que estan dividits per conflictes armats interns com als que són estables; als no democràtics i on l'exercici de la democràcia està assentat fermament; als que estan en desenvolupament des del punt de vista econòmic i als classificats com a països desenvolupats. S'esforcen a promoure i protegir els drets humans en el context de diversos problemes, relacionats especialment amb la salut, el desenvolupament, la migració, les guerres i la transició política. En els països on no hi ha conflictes latents, acostuma a passar que dins de la societat encara hi ha estereotips, prejudicis i estigmes en relació amb grups de població els quals, pel fet de ser diferents (perquè són persones migrades, LGTBI, amb diversitat funcional, grans, joves o persones que es troben en precarietat econòmica) solen patir discriminació i desigualtats que fan que no es respectin els seus drets humans. Per tant, cal defensar els drets humans i el rol de les defensores esdevé imprescindible.



## 2.4. Poden incidir dins l'àmbit internacional, regional, nacional i local

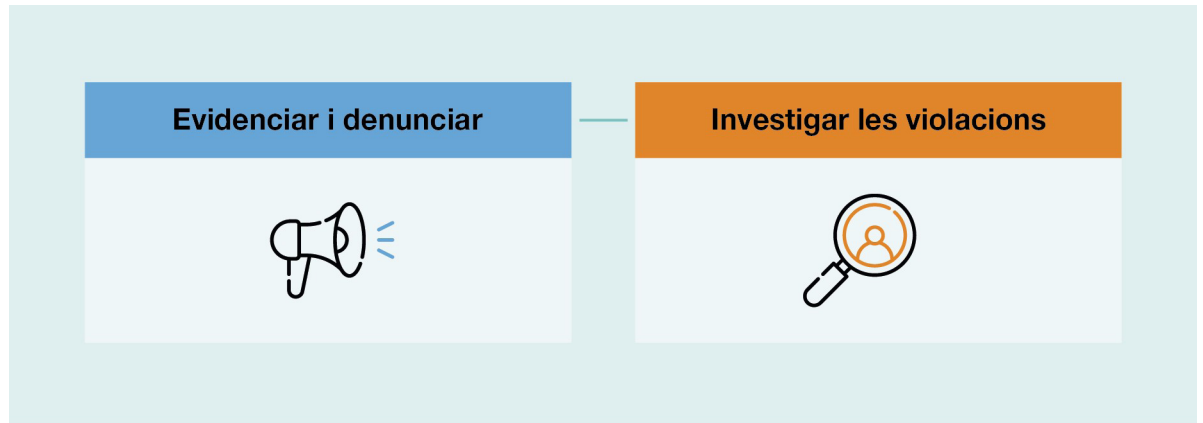
La majoria de les persones defensores dels drets humans desenvolupen la seva activitat en l'àmbit nacional o local, en defensa del respecte d'aquests drets a les seves comunitats i països. En aquestes situacions, els seus homòlegs principals són les autoritats locals encarregades de garantir el respecte dels drets humans a una ciutat, un poble, una província o tot el país. No obstant això, algunes defensores actuen a escala internacional o regional. Per exemple, poden supervisar una situació regional o mundial en matèria de drets humans i remetre informació a mecanismes regionals o internacionals, inclosos els relators especials de la Comissió de Drets Humans i els òrgans creats en virtut de tractats de les Nacions Unides. La seva tasca és cada vegada més variada: es concedeix atenció prioritària a les qüestions dels drets humans en l'àmbit nacional i local, però mantenen contactes amb els mecanismes internacionals i regionals que els puguin ajudar a millorar la situació als seus països.





## 2.5. Fan visibles les violacions dels drets humans i les denuncien

Les persones defensores dels drets humans investiguen un o diversos casos de vulneració d'aquests drets, sobre els quals reuneixen informació i presenten informes. A més, poden organitzar accions de pressió perquè els seus informes arribin a la ciutadania en general i a les autoritats públiques, per tal que es tingui en compte la tasca de recerca i s'examinin aquestes violacions. El més freqüent és que, pel que fa a les autoritats, aquesta tasca es dugui a terme arran de la pressió i denúncia de les persones defensores i de les organitzacions de drets humans, que publiquen informes periòdics sobre les seves conclusions.



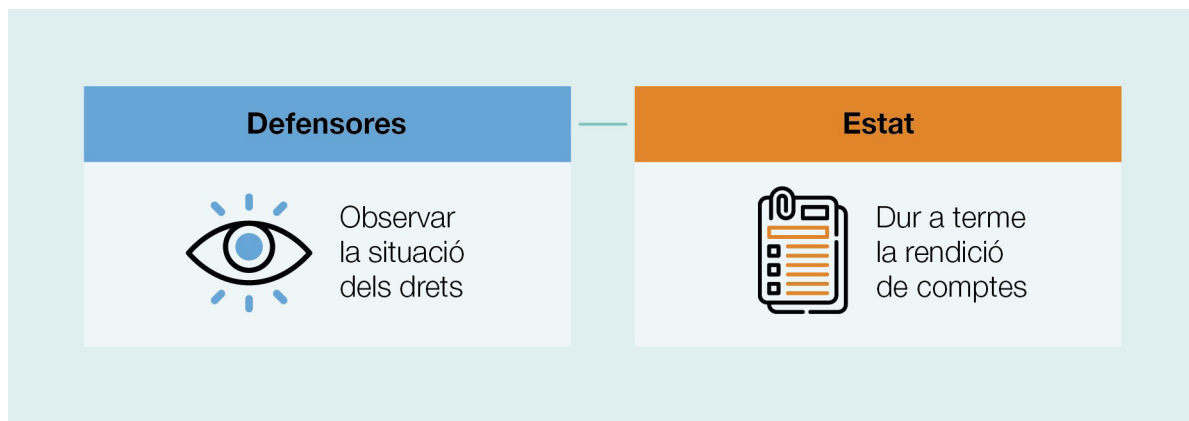
## 2.6. Suport a les persones afectades per les violacions dels drets humans

Un gran percentatge de les activitats de les persones defensores consisteix en mesures de suport a les víctimes de violacions de drets humans. El fet de fer recerca i fer públiques les violacions dels drets humans pot contribuir a posar-les fi, evitar que es repeteixin i ajudar les víctimes a portar els casos davant la justícia. Algunes de les defensores presten assistència jurídica i representen les víctimes en els processos. Altres ofereixen acompanyament, assessorament i suport a efectes de rehabilitació.



## 2.7. Accions per tal de garantir la rendició de comptes i la fi de la impunitat

Les tasques de moltes de les defensores tenen la finalitat d'aconseguir que es reti comptes de l'observança de les normes relatives als drets humans. Generalment, aquesta acció pot consistir a exercir pressió sobre les autoritats i promoure la intensificació dels esforços per part de l'Estat per complir les obligacions internacionals en matèria de drets humans que ha assumit i, concretament, a ratificar tractats internacionals. De vegades, la rendició de comptes pot suposar que les defensores denunciïn, sigui en l'àmbit d'accions públiques o d'un mitjà de comunicació.



## 2.8. Activistes i defensores

Moltes de les persones que defensen els drets humans i exerceixen accions per promoure la sensibilització i la denúncia, ho fan sense anomenar-se a si mateixes defensores dels drets humans. Assumeixen el seu rol com a activistes i fan la seva tasca de denúncia, de generar espais segurs per a persones que veuen vulnerats els seus drets humans, d'incidència davant les autoritats, d'acompanyament a persones afectades per violacions dels seus drets, etc. Però, si observem la seva feina i trajectòria vital, ens adonem que estan assumint diverses responsabilitats que evidencien que són defensores dels drets humans.



# 3 Per una comunicació sense violència



**Tony Robinson:**  
“Propaganda no és només el que apareix als mitjans, sinó també allò que no”

<b>Títol</b>	<b>Defensores. Parlem sobre la comunicació de pau.</b>
<b>Durada</b>	4.47 minuts
<b>Sinopsi</b>	Tony Robinson és editor a Pressenza, una agència de premsa dedicada a la comunicació de pau. Parlem amb ell sobre el periodisme i la comunicació de pau.
<b>Enllaç al vídeo</b>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=OTscddDy6LI&amp;t=8s">https://www.youtube.com/watch?v=OTscddDy6LI&amp;t=8s</a>

## Presentació

El defensor que escoltarem a continuació és Tony Robinson, activista per la comunicació no violenta, editor de la revista Pressenza, una agència de premsa dedicada a la comunicació de pau. Pressenza dona visibilitat a les notícies, iniciatives, propostes i escenaris lligats a la pau, la no-violència, el desarmament, els drets humans i la lluita contra tota forma de discriminació. Col·loca l'ésser humà com a valor i preocupació central i celebra la diversitat. Així proposa un periodisme actiu i lúcid que respecti aquestes premisses essencials i apunti cap a la resolució de les crisis i conflictes socials en totes les latituds.

## Activitat 1: Diàleg col·lectiu

Durada	Descripció/finalitat
20 minuts	<p>Després de veure el vídeo, es pregunta a l'alumnat: <b>Quina informació que va compartir el Tony us ha semblat interessant i per què?</b></p> <p><b>Objectiu de l'activitat:</b> Identificar punts d'interès individuals i trobar punts en comú sobre els quals es puguin compartir reflexions amb relació a la comunicació no violenta. Per motivar el diàleg, es pot fer la pregunta complementària següent: "Segons què explica el Tony, què significa la comunicació no violenta, una comunicació de pau?"</p>

## Activitat 2: Una mirada que sent i pensa el món

Durada	Descripció/finalitat
20 minuts	<p>Es demana a l'alumnat que faci una redacció breu, d'un o dos paràgrafs, on pugui explicar <i>quin missatge creu que comparteix el Tony a través del seu compromís amb una comunicació no violenta.</i></p> <p><b>Objectiu de l'activitat:</b> Motivar la presa de consciència sobre la tasca que fa el Tony, mitjançant l'anàlisi de la seva manera de sentir i pensar la seva trajectòria com a editor per promoure la comunicació no violenta. Algunes preguntes motivadores:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Creieu que defensar la comunicació no violenta és important a les nostres vides?</li><li>• Com podríem, segons què ens explica el Tony, generar una comunicació no violenta en el nostre entorn més proper entre amigats, al centre educatiu, etc.?</li></ul>

## Activitat 3: Identifica defensores semblants en la teva ciutat.

Durada	Descripció/finalitat
30 minuts	<p>Es demana a l'alumnat que visiti el lloc web de l'agència Pressenza: <a href="https://www.pressenza.com/ca/sobre-nosaltres/">https://www.pressenza.com/ca/sobre-nosaltres/</a></p> <p><b>Objectiu de l'activitat:</b> Identificar quines són les accions que duu a terme l'organització i, a partir d'aquí, trobar algun mitjà de comunicació que estigui fent accions semblants a la ciutat on viuen. Després, es comparteixen els resultats amb la resta de companyes.</p>

## Tancament: Conclusions sobre la comunicació no violenta

Durada	Descripció/finalitat
15 minuts	<p>Per a la reflexió de tancament, es pot utilitzar l'argumentari que es troba al capítol 1, "Que fan les persones defensores dels drets humans?", i la informació complementària d'aquesta fitxa temàtica.</p> <p>Sobretot, emfatitzant:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• El rol que desenvolupa una persona defensora, la seva tasca i el seu compromís amb la defensa i protecció dels drets humans.</li><li>• Com des del periodisme es pot contribuir a la defensa dels drets humans promovent una comunicació no violenta.</li><li>• La importància que té en les nostres vides promoure una comunicació no violenta.</li></ul>

## Informació complementària per al professorat

La humanitat necessita la comunicació per entendre's i comprendre's; per això es va inventar la paraula, perquè comunicar-se és fonamental per desenvolupar-se. Al llarg de la història, hem vist com la comunicació mitjançant les paraules no té precisió, és confusa, fins i tot permet mentir i pot generar situacions de violència.

Comunicar-se bé o malament entre les persones és un aprenentatge que s'inicia en la infància en el si de la família, al barri, a l'escola i entre les amistats, generació rere generació. Hi ha persones que es comuniquen amb crits, amenaces, mentides o silencis. Aquestes formes deixen molt a desitjar, perquè es normalitzen i esdevenen part de la nostra vida diària. Per això, és molt important donar importància a la manera com ens comuniquem.

### **Què és la comunicació no violenta?**

**M. Rosenberg, doctor en psicologia i educador, la va desenvolupar l'any 1984** amb l'objectiu de promoure que les persones fossin capaces de comunicar-se de manera efectiva i empàtica. Així, una comunicació efectiva no pretén manipular, ni apel·lar a la culpa, la vergonya, la por, la coerció, l'amenaça o el xantatge.

Tota comunicació no violenta ha d'estar lliure de judicis i discriminacions, de manera que s'eviti criticar l'altra persona, menysprear-la o desvaloritzar-la, i que s'expressi més des dels sentiments, el respecte, el reconeixement, la tranquil·litat i la comprensió. Per exemple, dir "em sento malament quan fas això" en comptes de dir "el que fas està malament". O, en lloc de dir "tu no saps el que dius", es pot formular com "podria ser interessant veure aquesta altra informació a més de la que tens".

Tota comunicació no violenta ha de partir de l'escolta activa i empàtica. És a dir, s'ha de basar en l'empatia, la idea que les necessitats pròpies no es poden satisfer a costa d'altres persones.

Rosenberg ha aplicat aquest model de comunicació en diversos programes de pau, ja que és una bona eina en la mediació i la resolució de conflictes.

Si ens comuniquem de manera no violenta, podem tenir relacions honestes i en harmonia amb les altres persones i, a més, serà fàcil poder resoldre conflictes, aprendre a dir no, acceptar el no de les altres persones i també ajudar a gestionar les emocions, com la ira o la frustració.

Si practiquem la comunicació no-violenta, construirem relacions empàtiques, respectuoses, col·laboratives i sense abús, por, imposició i violència.

---

# 4 Bibliografia

---

Comunicació NoViolenta: una actitud i un llenguatge de pau. Departament d'Educació. Generalitat de Catalunya. Barcelona 2020.

[https://xtec.gencat.cat/web/.content/centres/projeducatiu/convivencia/una-comunitat-educativa-restaurativa-i-resilient/comunicacio-noviolen-ta-cnv/Comunicacio-NoViolenta\\_PE.pdf](https://xtec.gencat.cat/web/.content/centres/projeducatiu/convivencia/una-comunitat-educativa-restaurativa-i-resilient/comunicacio-noviolen-ta-cnv/Comunicacio-NoViolenta_PE.pdf)

