

MANUAL DE METODOLOGÍAS PARTICIPATIVAS PARA INICIATIVAS AGROECOLÓGICAS



MANUAL DE
METODOLOGÍAS PARTICIPATIVAS
PARA INICIATIVAS AGROECOLÓGICAS

Reconocimiento – CompartirIgual (by-sa): Se permite el uso comercial de la obra y de las posibles obras derivadas, la distribución de las cuales se debe hacer con una licencia igual a la que regula la obra original.



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	5
Prólogo	5
Sobre Ecoherencia	6
CONCEPTOS	7
Metodologías Participativas	7
Agroecología	8
Investigación Acción Participativa (IAP)	9
Facilitación de grupos	11
Permacultura	12
Ecología profunda	13
DINÁMICAS (E INSTRUCCIONES DE USO)	15
Café del mundo	15
Espacio abierto	17
Pecera	20
Línea del tiempo	21
Taller de sueños	23
Coescucha	25
El juego de los sistemas	26

OTRAS METODOLOGÍAS (POR SI OS HA SABIDO A POCO)	27
Fase previa	27
Acuerdos de grupo	27
Creación colectiva del conocimiento	28
Fase de observación	29
Lluvia de ideas	29
Mapas mentales	29
Fase de análisis	32
Matriz DAFO	32
La entrevista	33
Diagnóstico Rural Participativo (DRP)	34
Fase de diseño	36
Ciclos de pensamiento sistémico	36
Aprendizaje en acción	38
Dragon Dreaming	40
Fase de implementación	42
Modelo de sistemas viables (VSM).....	42

INTRODUCCIÓN

PRÓLOGO

Estamos sumergidos en un continuo flujo de información que nos invita a pensar que poco o nada podemos hacer para que la agricultura sea más justa, social y ambientalmente. Afortunadamente, esto no es más que un espejismo. Como técnicos, agricultores, consumidores..., siempre tenemos la posibilidad de elegir los canales más lógicos con la generación de ingresos para nuestra economía y medio natural local. En este contexto, nuestra propia experiencia nos ha llevado a comprobar que las dificultades que llegan a la hora de generar propuestas colectivas, planificar, diseñar y evaluar los proyectos, son el principal escollo al que nos enfrentamos.

Las metodologías participativas, como trucos que brotan de la chistera de un mago, nos ayudan a solventar estas dificultades, evidenciando posibles colaboraciones y sinergias, dando voz a todos los implicados, disipando posibles conflictos y recordándonos que todo proceso tiene una gran enseñanza, siempre disponible para poder poner en práctica nuevos y mejores proyectos.

En este manual compartimos aquellos “trucos” que más nos han inspirado como formadores y técnicos durante los últimos años. Es tan solo una pequeña degustación del amplio abanico de herramientas disponibles para llevar a la realidad nuestros sueños agroecológicos colectivos.

SOBRE ECOHERENCIA

Ecoherencia es una Sociedad Cooperativa formada por jóvenes emprendedores y profesionales del medio ambiente especializados en Restauración Ecológica y en la Educación Ambiental en Acción.

La finalidad de Ecoherencia es favorecer la creación de resiliencia, individual y colectiva, mediante la generación de propuestas pro positivas e integradoras, que aporten soluciones reales y visibles para mejorar nuestro entorno (ambiental, económico y social) desde una perspectiva holística.

“Eco” significa hogar, casa, donde hogar representa al individuo, grupo de personas, o el lugar donde ellas viven... Ecoherencia apunta hacia todos esos niveles de casa e invita a que las preservemos promoviendo el uso coherente para que puedan heredarse en buenas condiciones, para nosotros mismos el día de mañana y para las siguientes generaciones, yendo más allá de la sustentabilidad.

En Ecoherencia cada proyecto es una oportunidad para dejar el mundo en mejores condiciones. Partimos desde una comprensión ecosistémica para aportar soluciones específicas a cada situación. Apostamos por la comunidad y las relaciones personales, utilizando metodologías innovadoras, fomentando el trabajo colaborativo y la creación de redes de apoyo e intercambio de experiencias.



Para saber más:

<http://www.ecoherencia.es>

<http://ecoherencia.blogspot.com>

<http://www.facebook.com/pages/ECoHerencia/165310233495035?fref=ts>

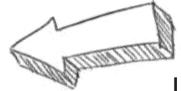
CONCEPTOS

METODOLOGÍAS PARTICIPATIVAS EN AGROECOLOGÍA

Las metodologías participativas son herramientas que buscan la participación activa de la sociedad en la transformación de su entorno inmediato.

En el contexto de la agroecología, existen numerosas metodologías encaminadas a empoderar tanto a productores como a consumidores, facilitando su participación en el diseño y mejora de la producción agrícola. Estas herramientas pueden ser dinamizadas por técnicos, formadores, agentes de desarrollo rural o agricultores. Pueden ser utilizadas para la investigación y diagnóstico, así como para la generación de propuestas que generen sinergias entre agricultores y consumidores, a partir de dinámicas que favorezcan el liderazgo, dando protagonismo a aquellas voces que suelen pasar desapercibidas pero que juegan un papel esencial en la construcción de la soberanía alimentaria. Las metodologías participativas ocupan un lugar esencial en la elaboración de proyectos de regeneración social basados en la responsabilidad compartida. Son también un conjunto amplio de herramientas de innovación educativa.

Para saber más:



VV.AA.: *Metodologías participativas manual*. Madrid: Observatorio Internacional de Ciudadanía y Medio Ambiente Sostenible, CIMAS, 2010.

http://www.redcimas.org/wordpress/wp-content/uploads/2012/09/manual_2010.pdf

LÓPEZ, Daniel: *Extensión Rural Agroecológica. Praxis Participativas para la Transición agroecológica. Un estudio de caso en Morata de Tajuña, Madrid*. Madrid: Tesis doctoral, 2012.

<http://daniellopezagroecologia.wordpress.com/2012/06/15/tesis-doctoral-metodologias-participativas-para-la-transicion-agroecologica/>

AGROECOLOGÍA

El término agroecología ha significado muchas cosas a lo largo de su historia pero, en general, esas definiciones tienen en común el enfoque de una agricultura ligada al medio ambiente y más sensible socialmente, en la que la producción y sustentabilidad van de la mano. Se manifiesta de este modo el carácter holístico y eminentemente práctico de la agroecología, donde, además, se pone en valor el conocimiento local de los agricultores y se trata de compartir.

Miguel Altieri define la agroecología como “una disciplina o un modo de interpretar y proponer alternativas integrales y sustentables en la realidad agrícola, respetando las interacciones que se dan entre los diversos factores participantes de los agro ecosistemas, incluyendo a los elementos relativos a las condiciones sociales de producción y distribución de alimentos. Su vocación es el análisis de todo tipo de procesos agrarios en un sentido amplio, donde los ciclos minerales, las transformaciones de la energía, los procesos biológicos y las relaciones socioeconómicas son investigadas y analizadas como un todo”.



Para saber más:

ALTIERI, Miguel: *Agroecología: bases científicas para una agricultura sustentable*. Valparaíso: Ediciones CETAL, 1983.

<http://es.scribd.com/doc/51064434/Altieri-Miguel-Agroecologia-Bases-Cientificas-para-una-Agricultura-Sustentable>

GLIESSMAN, Stephen: *Agroecología: procesos ecológicos en agricultura sostenible*. Costa Rica: CATIE, 2002.

<http://academic.uprm.edu/dpesante/docs-apicultura/agroecologia-procesos%20ecologicos%20en%20agricultura%20sostenible.pdf>

INVESTIGACIÓN ACCIÓN PARTICIPATIVA (IAP)

La Investigación Acción Participativa (IAP) en el ámbito agroecológico surge tras la publicación del libro ¿Extensión o Comunicación? La concientización en el medio rural (1978) de Paulo Freire.

Parte de la base de que cualquier investigación que se lleve a cabo estará sesgada si no integra las realidades, necesidades, aspiraciones y creencias de los beneficiarios y más aún, si no integra a los beneficiarios de este proceso como investigadores en sí.

Según Fals Borda el objetivo de la IAP es generar un conocimiento liberador que parte del propio conocimiento popular y que explica su realidad desde un enfoque sistémico, con el fin de iniciar o consolidar una estrategia de cambio o un proceso de transición.

La participación ocupa así el centro del proceso de investigación, poniendo en valor, ante todo, el conocimiento campesino.

Existen diversas fases en IAP:

—La observación participante, en la cual el investigador se zambulle en la realidad del proyecto a través de entrevistas, “historias de vida”, “transectos agroecológicos/visitas a las fincas”, etc.

—La investigación participativa. Durante esta fase se lleva a cabo el diagnóstico participativo a través de la comprensión de los agentes que afectan al proyecto, la búsqueda de interrelaciones y sinergias, etc.

—La acción participativa. Esta fase se centra en la creación de redes de trabajo conjunto entre grupos sociales con similares intereses como pueden ser agricultores, consumidores, técnicos, etc. Estas acciones pretenden generar sinergias mediante la puesta en marcha de acciones conjuntas, optimizar el aprovechamiento de los recursos disponibles, movilizar recursos económicos, facilitar el intercambio de información, apoyar iniciativas y actuaciones decididas en el seno de las redes y servir de foros de debate.

—La evaluación. Es de especial interés evaluar los resultados de las acciones llevadas a cabo a través, por ejemplo, del seguimiento de los indicadores propuestos (por ejemplo, empleo generado,

porcentaje de producto vendido en canales cortos de comercialización, agricultores implicados, etc.). Esta fase permite tanto valorar el proceso en sí, como generar información continua para reconducirlo en caso necesario.



Imagen: Lalo Orozco



Para saber más:

GUZMÁN CASADO, G.I. y ALONSO MIELGO, A.M.: *La investigación participativa en agroecología: una herramienta para el desarrollo sustentable*. Madrid: Revista Ecosistemas, 2007.

<http://www.revistaecosistemas.net/index.php/ecosistemas/article/download/135/132>

MORENO PESTAÑA, JOSÉ L. y ESPADAS ALCÁZAR, M.^a A.: *Investigación-acción participativa. Diccionario Crítico de Ciencias Sociales, Terminología Científico-Social*. Madrid: UCM, 2009.

http://pendientedemigracion.ucm.es/info/eurotheo/diccionario/1/invest_accionparticipativa.htm

FACILITACIÓN DE GRUPOS

José Luis Escorihuela, “Ulises”, define la facilitación de grupos como: “un conjunto de herramientas, técnicas y habilidades para garantizar el buen funcionamiento de un grupo, tanto en la consecución de sus objetivos y realización de su visión colectiva, como en la creación de un clima relacional donde reine la confianza y una comunicación fluida, empática y honesta”.

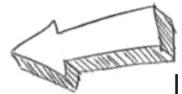
El trabajo de facilitación ayuda en la prevención y resolución de conflictos, en la toma de decisiones, en la evaluación de las estructuras (visibles e invisibles) grupales, así como en el desarrollo del proceso grupal.

Se puede aplicar a cualquier grupo formal (empresas, ONG, administraciones...) o informal (parejas, familias, vecinos...), aunque es de especial interés en grupos de iguales como asociaciones, cooperativas y comunidades.

Para que la facilitación de grupos sea realmente efectiva, las personas que forman un grupo deberían tener una visión sistémica, holística (global) y sostenible del mundo. Esto deriva en una serie de valores personales y principios que esas personas habrían de compartir como son: igualdad, diversidad, cooperación y cuidado de las personas.

Roger Schwarz apunta que la facilitación puede ayudar a un grupo “solo en la medida que existe autoridad en el grupo para cambiar sus procesos, sus estructuras o contexto, y solo en la medida que todos los miembros del grupo comparten la responsabilidad de hacer efectivos los cambios”.

Para saber más:



ESCORIHUELA, José Luis: “Apuntes del curso Introducción a la facilitación de grupos: Facilitación, Grupos, Roles”, 2011.

<http://www.selba.org/UlisesProyectos.htm>

SCHWARZ, Roger: “The Skilled Facilitator: A Comprehensive Resource for Consultants, Facilitators, Managers, Trainers and Coaches”. California: Jossey-Bass, 2002.

<http://es.scribd.com/doc/82514833/The-Skilled-Facilitator-a-Comprehensive-Resource-for-Consultants-Facilitators-Managers-Trainers-and-Coaches>

PERMACULTURA

La Permacultura puede definirse como un estado de percepción encaminado a construir hábitos y hábitats sustentables. Engloba un amplio abanico de técnicas para el diseño de nuestros ambientes a partir de una profunda observación y comprensión de los patrones de la naturaleza, como pueden ser la agroecología, la bioconstrucción, la creación de economía alternativa (redes de moneda local y bancos del tiempo), etc. La permacultura además es una extensa red de iniciativas a lo largo del mundo que pretenden poner de manifiesto la posibilidad de generar espacios y estilos de vida menos dependientes del petróleo desde una perspectiva constructivista, donde en vez de hablar de problemas se habla de desafíos.

La permacultura trata diversos aspectos del paisajismo, agricultura ecológica, construcción de edificios eficientes o desarrollo de eco-aldeas, y un amplio abanico de esfuerzos que individuos, familias y comunidades realizan hacia un futuro sostenible. La permacultura es también una red de individuos y grupos distribuidos por todo el globo, que ponen en práctica estas soluciones de diseño a partir de la observación de la naturaleza.



Para saber más:

MOLLISON, Bill y SLAY, Remy: *Introducción a la permacultura*. Tagari, 1991.

<http://es.scribd.com/doc/7167974/Introduccion-a-La-Permacultura-Libro-Bill-Mollison>

HOLMGREN, David: *La esencia de la permacultura*. Holmgren design services, 2007.

http://holmgren.com.au/wp-content/uploads/2013/02/Essence_of_Pc_ES.pdf

HEMENWAY, Toby: *Gaia's garden: a guide to home-scale permacultura*. Chelsea Green, 2009.

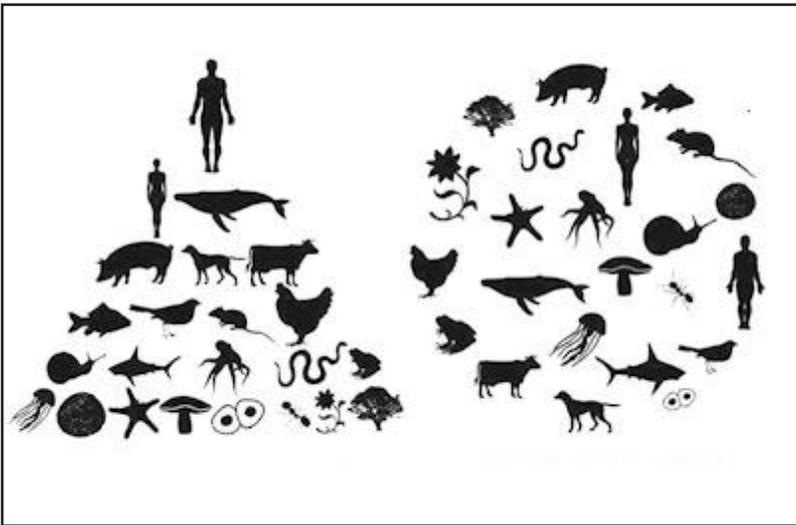
<http://es.scribd.com/doc/15689556/Gaias-Garden-by-Toby-Hemenway-Book-Preview>

BURNETT, Graham: *Permacultura: una guía para principiantes*. Ediciones Ecohabitar, 2006.

<http://permanezca.files.wordpress.com/2011/01/spiralseed-permacultura-para-principiantes.pdf>

ECOLOGÍA PROFUNDA

Es un término acuñado por el filósofo noruego Arne Naess en los 70, el cual ha evolucionado tanto hacia una filosofía como a un movimiento. La ecología profunda se cuestiona las premisas fundamentales del crecimiento infinito en un mundo con recursos limitados. Desafía el supuesto de que el ser humano está en la cúspide de la creación y trata de mostrar la posición que ocupa dentro del planeta, en un sentido más amplio y sostenible, en la que se presenta como miembro de una gran comunidad que forma parte de algo más complejo dentro del planeta.



Para saber más:



DEVAL, Bill y SESSIONS, George: *Deep Ecology: Living as if Nature Mattered*. Gibbs M. Smith, 1985.

<http://www.deepdyve.com/lp/sage/deep-ecology-living-as-if-nature-mattered-devall-and-sessions-on-XzU0u1UXVZ>

MACY, Joanna y YOUNG BROWN, Molly: *Coming Back to Life: practices to reconnect our lives, our world*. New Society Publishers, 1998.

<http://www.joannamacy.net/>

DINÁMICAS:

CAFÉ DEL MUNDO

*Objetivo: facilitar un espacio de debate, con temáticas de interés para el grupo, en el que un gran número de personas tengan la oportunidad de aportar y formar parte de la toma de decisiones del grupo.

*Participantes: a partir de 15 o 20 personas.

*Tiempo: de 1 a 2 horas.

*Materiales: folios/cartulinas, bolígrafos/rotuladores, sillas y mesas.

*Desarrollo: se exploran las cuestiones a tratar y se destina una mesa para cada una de esas cuestiones, en las que se debatirá durante un tiempo determinado. Los participantes se sientan alrededor de las diferentes mesas en grupos de entre cuatro y diez personas, para que todos puedan dar su opinión.

En intervalos regulares, un anfitrión se queda en la mesa para compartir lo más destacado de la conversación de la ronda previa mientras que las demás personas se dirigen a otras mesas, realizando así una polinización cruzada de ideas y nuevo conocimiento.

Conforme las conversaciones se conectan entre sí, se van generando nuevos descubrimientos, comienzan a surgir oportunidades de innovación y el conocimiento colectivo crece y evoluciona gracias a la liderazgo conversacional creada. Después de varias rondas de conversación en torno a una o más preguntas, los participantes hacen una puesta en común para compartir sus hallazgos, aprendizajes y oportunidades para la acción.

*Espacio necesario: lugar tranquilo y espacioso con sillas y mesas ambientadas a la manera de un café, a ser posible con manteles y bebidas para crear un ambiente confortable y distendido.

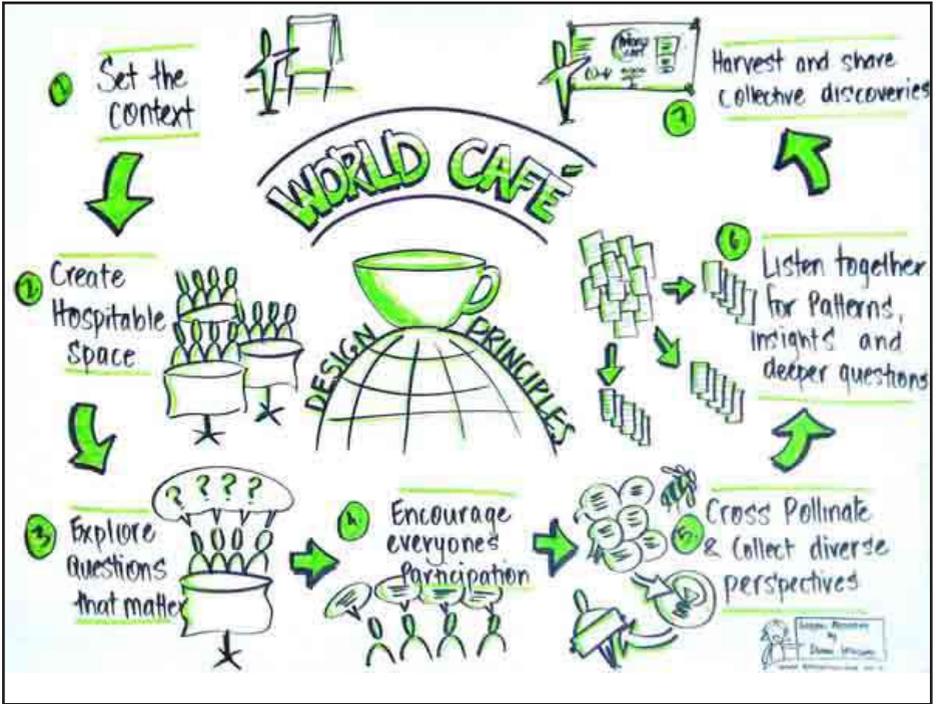


Ilustración: <http://transitiontownworthing.ning.com>



Para saber más:

<http://www.theworldcafe.com/>

<http://www.theworldcafe.com/translations/SpanishKnowhow.pdf>

<http://www.theworldcafe.com/translations/Conversat.LeadershipSpanish.pdf>

ESPACIO ABIERTO

*Objetivo: facilitar un espacio de debate, con temáticas de interés para el grupo, en el que el tiempo sea un factor limitante y un gran número de personas tengan la oportunidad de aportar y formar parte de la toma de decisiones del grupo.

*Participantes: a partir de 20 personas.

*Tiempo: de 1,5 a 2 horas.

*Materiales: folios/cartulinas, bolígrafos/rotuladores, sillas y mesas, pizarra/papel continuo.

*Desarrollo: bajo el paraguas de una cuestión general de interés, se proponen en común los temas a tratar en los diferentes espacios, el tiempo y las rondas de conversaciones que quedarán visibles, para su consulta, en una pizarra o papel continuo. Antes de comenzar las rondas de debate, un facilitador explicará los siguientes principios:

- 1) Quien quiera que esté es la persona correcta.
- 2) Lo que suceda era lo único que podía ocurrir.
- 3) Cuando empiece es el momento correcto.
- 4) Cuando se termine se termina.

Y la Ley de los dos pies, que reza lo siguiente: “Si durante el transcurso del evento alguna persona se encuentra en una situación en la que no está aportando ni recibiendo nada, puede utilizar sus dos pies para marcharse a otro lugar donde sea más productivo”.

También se explicarán los posibles roles que pueden tomar las personas, que son:

☞ *Abejorro*: Son personas que se toman al pie de la letra la ley de los dos pies y polinizan las conversaciones enriqueciendo con la información que se ha hablado en otras mesas.

☞ *Mariposa*: Son personas que no terminan de encajar en ninguna de las conversaciones que se están llevando a cabo, de manera que se pueden encontrar en otro lugar y generar una conversación nueva que no salió en la puesta en común pero que puede ser de relativa importancia.

Entender estas premisas y roles es esencial para que todo se desarrolle de forma satisfactoria y auto gestionada. Después de aclarar estos puntos se puede comenzar con los debates. Una persona se encargará de marcar el tiempo para que los participantes puedan auto gestionarse y sepan cuándo se cambian las temáticas en las mesas.

Al final del todo se hará una puesta en común para saber cómo se han desarrollado las conversaciones y qué se ha avanzado. Se puede programar un espacio abierto para una o varias jornadas completas, habilitando comida y bebida para que los participantes hagan las pausas cuando deseen e ir focalizando las mesas de trabajo para avanzar en una temática concreta.

✳Espacio necesario: lugar amplio y espacioso con sillas y mesas o diferentes ambientes donde ubicar cada una de las mesas de conversación, a ser posible con bebidas y aperitivos en algún lugar de la sala para crear un ambiente distendido.



Ilustración: transitionbarrie.org

Ejemplo de tabla utilizada para la dinamización de un espacio abierto en el que participaron los miembros del grupo scout Mare Nostrum (Málaga), se trabajaron temas de interés para el campamento de verano.

Open Space	Mesa izquierda	Mesa central	Mesa derecha
10:00-10:30	Alimentación	Residuos	Compostaje
10:30-11:00	Chistes malos	Economía	Educación
11:00-11:30	Puesta en común		

✱ Observaciones: De nuestra experiencia en el desarrollo de espacios abiertos con grupos de personas no familiarizados con esta metodología, destacamos la importancia de explicar muy bien los roles que pueden tomar las personas y la importancia de tener presente la Ley de los dos pies para el correcto desarrollo de la dinámica. Muchas personas se sienten incómodas a la hora de dejar una conversación al verlo como una falta de respeto, en cambio, si no se sigue la Ley de los dos pies, se está perjudicando al grupo, ya que no todos los participantes estarán aportando ideas y soluciones a las preguntas planteadas.

Para saber más:



<http://www.openspaceworld.org//>

OWEN, H.: *Open Space technology: a user's guide*. 1993.

<http://elementaleducation.com/wp-content/uploads/temp/OpenSpaceTechnology--UsersGuide.pdf>

LA PECERA

- * Objetivo: explorar un tema en concreto dentro de un foro abierto.
- * Participantes: entre 15 y 200 personas.
- * Tiempo: 1,5 horas.
- * Materiales: sillas para el círculo central, rotafolio o papel en las paredes si se desean registrar las ideas clave en forma escrita o gráfica, micrófonos si fuera preciso.
- * Desarrollo: al inicio, se invita a los representantes a explicar al grupo completo cómo funciona el proceso, y se abre la sesión con una pregunta estimulante, invitando a los representantes que están en la pecera a dar sus comentarios. La pecera es un grupo pequeño de personas (generalmente de 5 a 8) sentadas en círculo, conversando a plena vista de un grupo más grande de gente que escucha. Los procesos en pecera son una manera creativa de incluir al resto de personas en una discusión de grupo pequeño. En el círculo central se intentará dejar siempre una silla libre para que cualquier persona que quiera intervenir pueda hacerlo.
- * Espacio necesario: un lugar espacioso donde quepan todos los participantes, donde habrá algunas sillas en un círculo interior (elevadas si es necesario, para que sean visibles para todos), círculos concéntricos de sillas y/o mesas redondas alrededor del círculo interior para las personas que hagan de público y pasillos para permitir el fácil acceso al círculo interior.



Para saber más:

<http://www.kstoolkit.org/La+Pecera>

LÍNEA DEL TIEMPO

*Objetivos: rescatar la historia oral de un barrio, región, río, plaza, etc., permitir que los participantes conozcan con más profundidad sus historias de vida, crear lazos de pertenencia y de identificación con otras personas de la comunidad/proyecto.

*Participantes: de 10 a 30 personas.

*Tiempo: de 1 a 2 horas.

*Materiales: cinta adhesiva, lápices de colores, muñecos de papel o cartón y si es posible, fotos antiguas y actuales de lo que se pretende rescatar de la historia (río, plaza, barrio...).

*Desarrollo: se dibuja una línea de tiempo en el papel y se colocan las fotos disponibles por orden cronológico. Se invita a cada participante a seleccionar dos muñecos, de papel o cartón, que pueden decorar como si fueran ellos con los colores disponibles. Los participantes, por orden cronológico, empiezan a colocar su primer muñeco en el punto de la línea en la que empezaron a formar parte de la comunidad, explicando brevemente cómo pasó a formar parte de la comunidad. El otro muñeco lo colocarán para simbolizar el momento más llamativo o importante que han vivido dentro de la comunidad. De esta forma, queda reflejado en la línea del tiempo el momento en el que entraron a formar parte del colectivo y el hecho más notable tras su llegada.

Es interesante dejar fluir los sentimientos, ya que esas emociones ayudan a recuperar ese sentimiento de pertenencia e intensifican las relaciones personales. Una buena idea puede ser invitar a alguna persona relacionada con el espacio para que muestre una perspectiva más general y menos personal y que destaque los progresos conseguidos durante ese tiempo.

*Espacio necesario: un lugar tranquilo y espacioso, donde poder colocar en una pared o en el suelo la línea del tiempo. Debe ser un lugar donde los participantes se sientan cómodos y lo suficientemente íntimo para que los participantes se sientan libres de abrir sus sentimientos.

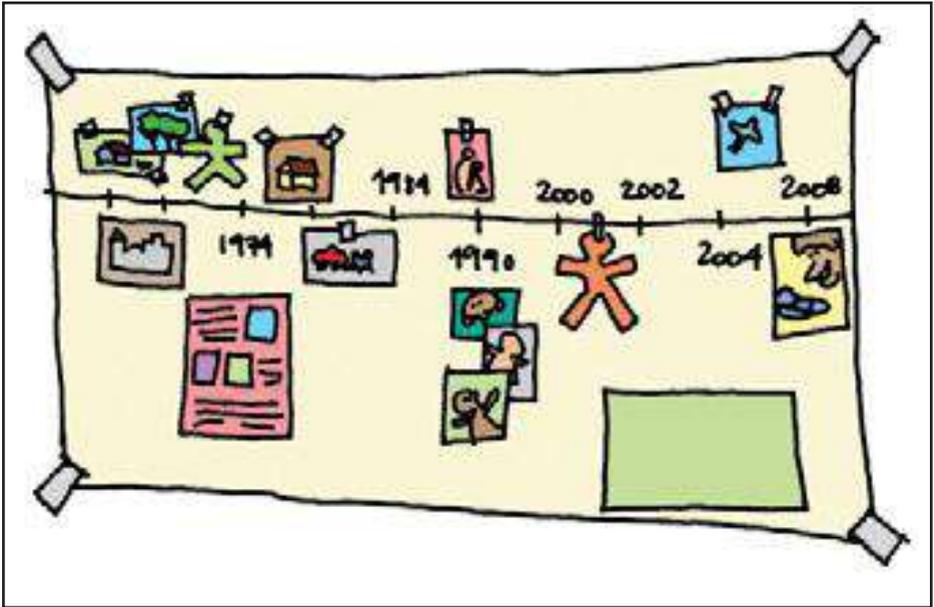


Ilustración: Alessandro Sbampato

*Observaciones: Otra forma de aplicar esta técnica puede ser colocando a las personas implicadas en una línea, ordenadas por orden de antigüedad en el proyecto. Así, de uno en uno irán contando su historia desde la persona que más años lleva en ese territorio hasta el más nuevo, señalando los momentos clave, tanto de éxito como de cadencia del proyecto. Este formato no necesita materiales, por lo que se puede implementar prácticamente en cualquier lugar y con cualquier colectivo.

TALLER DE SUEÑOS

*Objetivo: crear un espacio en el que las personas puedan dedicar un tiempo a soñar el futuro deseado.

*Participantes: de 1 a 30 personas.

*Tiempo: entre 45 y 60 minutos.

*Materiales: esterillas o sillas cómodas para los participantes, papel continuo o folios y lápices de colores.

*Desarrollo: se invita a los participantes a encontrar una postura cómoda y a que disfruten de esta actividad como si fuera un regalo para ellos. Se recomienda comenzar con una relajación para después guiar la visión tomando el siguiente texto como posible referencia:

“Imagina que abres los ojos y despiertas en un mundo diferente, es el mundo del que tanto se ha hablado, un mundo que ha dejado de depender del petróleo. Es gratificante haber llegado aquí y haber superado los desafíos de principios de siglo y ahora te encuentras aquí, en el futuro que deseas.

Te encuentras tranquilo en la cama y decides dedicar un tiempo a observar el lugar donde vives...

¿Cómo es tu casa? ¿Es diferente de la actual? ¿Qué se ve por la ventana? ¿Qué sonidos llegan a tus oídos? ¿Qué sensación te produce vivir ahí? ¿Cómo es tu relación con las personas con las que compartes el espacio?

Miras la hora y alegremente te dispones a ir hacia tu lugar de trabajo...

¿Cómo es ese lugar? ¿Qué se puede escuchar estando allí? ¿Cómo has llegado hasta allí? ¿Te relacionas con más personas en tu trabajo? ¿Cómo es tu relación con ellos?

Escuchas tu estómago y te das cuenta de que llega la hora de almorzar...

¿Dónde estás comiendo? ¿Qué es lo que puedes saborear?
¿Sabes cómo se ha cocinado? ¿Qué olores te llegan de la comida? Recréate en las texturas...

Hace rato que finalizaste tu almuerzo y es un buen momento para caminar...

Si quieres, tómate un tiempo para observar el lugar con tranquilidad... mira a tu alrededor y observa lo que hay...
¿Cómo es ese lugar? ¿Qué sonidos te llegan? ¿Qué sensación te da formar parte de ese lugar?

El día va llegando a su fin y estás de vuelta en casa, sientes una gran satisfacción por el día que ha pasado, por las conversaciones que has tendido con otras personas y ves que puede ser buen momento para ir a la cama, para relajarte y ser consciente de tu cuerpo... cierras los ojos y vuelves a tomar conciencia del presente, es hora de volver al presente y actuar para crear ese futuro en el que acabas de estar".

Una vez finalizada la lectura se recomienda que tras la relajación permanezcan en silencio y se les pasa un folio en blanco y lápices para dibujar lo que han experimentado durante la visión. También puede reservarse algún momento para compartir con palabras lo que se ha vivido.

✱ Espacio necesario: un lugar cómodo y tranquilo para favorecer la relajación de las personas.

COESCUCHA

*Objetivo: comprender la importancia de la escucha activa en los procesos de comunicación.

*Participantes: a partir de 2 personas.

*Tiempo: entre 30 y 45 minutos.

*Materiales: ninguno.

*Desarrollo: se dividen las personas por parejas y se sitúan cómodamente a una distancia apropiada, donde puedan hablarse y mirarse a los ojos. En primer lugar, una persona habla, durante el tiempo predeterminado, sobre un tema elegido (proyecto personal, situación donde la comunicación con otra persona fuera efectiva y satisfactoria o todo lo contrario, etc.) mientras la otra persona escucha sin interrumpir y dando muestras de acompañar el discurso (pero procurando no hacer gestos que muestren a entender acuerdo o desacuerdo con lo que se esté hablando). Cuando finalice el tiempo, se cambian los papeles sin que se pueda hablar durante el cambio.

Después se dedica un tiempo para que los participantes expresen cómo se han sentido, si ha sido fácil escuchar sin interrumpir, si han querido hacer algún comentario, mostrar acuerdo o desacuerdo, etc. y también cómo han vivido la experiencia de haber sido escuchados, si hubieran preferido más diálogo, si consideran útil este tipo de escucha...

*Espacio necesario: lugar tranquilo donde las parejas puedan escucharse sin interrupciones ni distracciones.

EL JUEGO DE LOS SISTEMAS

*Objetivo: comprender el funcionamiento y dinámica de los sistemas abiertos y presentar características de los mismos (continua auto organización y el todo es más que la suma de las partes).

*Participantes: a partir de 5 personas.

*Tiempo: 30 minutos.

*Materiales: ninguno.

*Desarrollo: el facilitador sugiere que cada persona elija mentalmente a otras dos del grupo sin indicar cuáles son. Después se pide a los participantes que intenten mantenerse, en todo momento, a la misma distancia de esas dos personas elegidas. Esto provocará que el grupo se active y se mantengan en un continuo e interdependiente movimiento, después de unos minutos el facilitador invita a la pausa para reflexionar sobre lo que ha sucedido para debatir sobre la autorregulación de los sistemas, la interdependencia de todas las partes, el equilibrio dinámico, etc.

*Espacio necesario: lugar espacioso como para que puedan estar en movimiento todos los participantes.

OTRAS METODOLOGÍAS:

Las herramientas presentadas a continuación se han clasificado según las fases del proyecto donde nos han sido útiles. En realidad, dependiendo de las circunstancias, podrían utilizarse en casi cualquier fase del proceso, todo es cuestión de gustos. Os animamos a utilizarlas y esperamos que os sirvan de ayuda.

FASE PREVIA

ACUERDOS BÁSICOS DE GRUPO

Los acuerdos básicos de grupo sirven para ayudar a trabajar en conjunto de forma más eficiente. Son acuerdos adoptados por todos los integrantes del grupo, los cuales se comprometen a cumplir para un mejor funcionamiento y convivencia.

Se suelen trabajar con el grupo en un papel grande o pizarra, son discutidos y modificados según los criterios del mismo grupo y finalmente adoptados. Una vez adoptados estos acuerdos, son pegados en un lugar visible por todos para tenerlos en cuenta. Cuando se rompan estas reglas, es responsabilidad de todos recordarlas a los miembros del grupo para respetarlas o bien cambiarlas si fuera necesario.

A continuación se presentan una serie de acuerdos básicos que fueron adoptados por los integrantes de la Red de Decrecimiento Amenguando (Sanlúcar de Barrameda) en noviembre de 2012:

1) Hablar sin interrupciones: no cortar las explicaciones de los demás.

2) Dejar tiempo para pensar: no avasallar al que habla, dejarle tiempo para construir su discurso.

3) Hablar en primera persona: no dar por sentado que tu parecer en alguna cuestión es compartido por todos, no hablar por boca de todos.

4) Estar abierto a nuevas ideas y respetarlas: dar una oportunidad a las ideas de los demás aunque puedan parecer a priori fuera de lugar.

5) “Equilibrio parlante”: así hemos llamado a no monopolizar la conversación, dando una oportunidad a los poco habladores a la vez que estos últimos deben esforzarse en participar.

6) Estar de acuerdo en que podemos no estar de acuerdo: no intentar convencer a toda costa haciendo los debates interminables.

7) Buscar la solución y no el problema.

8) Utilizar un facilitador: de forma rotativa alguien tiene que cumplir la función de dinamización de las asambleas.

9) Respetar el horario: valorar y respetar el grupo.

CREACIÓN COLECTIVA DEL CONOCIMIENTO

La creación colectiva de conocimiento es una técnica con la que, de manera conjunta, se define un concepto de importante para el grupo. Hacer esto provoca que todos los integrantes sepan exactamente de qué hablan cuando se refieren a ese concepto.

Se puede comenzar escribiendo una definición de manera individual para después ponerla en común para crear la nueva definición colectiva. Una vez hecha, se puede colgar en un lugar visible por todos para tenerla siempre presente. Ejemplos:

Definiciones elaboradas por los alumnos del *Curso de Metodologías Participativas para a criação de projetos de Agroecologia e Permacultura*, llevado a cabo por Ecoherencia en Manaus (Brasil) en agosto de 2012.

Metodologías participativas: Herramientas para estimular la participación y la integración de personas para la construcción colectiva del conocimiento.

Agroecología: Ciencia multidisciplinar basada en conocimientos científicos y populares que busca la sustentabilidad de los sistemas agrícolas productivos y el respeto a todas las formas de vida a través de la producción consciente, la armonía, la conservación y prácticas ecológicas.

FASE DE OBSERVACIÓN

LLUVIA DE IDEAS

Es una estrategia sencilla para descubrir rápidamente ideas y respuestas nuevas sin que medie debate o discusión grupal. Se anotan todas las opiniones en una pizarra o rotafolio tal y como son presentadas por los participantes. Todas las ideas reciben igual consideración y no deben desecharse por muy locas que parezcan. Después se pueden agrupar y analizar para que pertenezcan al grupo en vez de a los individuos, debatir y aceptar las más valoradas, en un proceso de cierto consenso.

Otra forma es que se haga de forma individual la primera fase de aportación de ideas, para que nadie se guíe por las ideas de otro, después se ponen en común todas las que han surgido y se continua el proceso normalmente.

MAPAS MENTALES

Los mapas mentales son una herramienta útil y eficaz para extraer, memorizar y organizar información. Permiten tomar notas y expresar ideas de forma lógica y creativa ya que fomentan el pensamiento irradiante, que es la manera natural de trabajar del cerebro.

Los mapas mentales se estructuran desde una palabra o concepto central, desde la que se irradian líneas, símbolos, palabras, colores e imágenes asociadas a ella y desde los cuales vuelven a irradiarse más líneas y palabras para ilustrar conceptos sencillos y lógicos de forma organizada.

Las características fundamentales de los mapas mentales son:

—La idea principal se simboliza en una imagen central, a ser posible en 3D.

—Los temas principales se irradian desde la imagen central como bifurcaciones.

—Las bifurcaciones incluyen imágenes o una palabra clave dibujada en su línea asociada.

—Los temas de menor importancia se representan como ramas de la bifurcación oportuna.

—Las bifurcaciones forman una estructura de nodos interconectados con la idea central.

Ejemplo de mapa mental para las sesiones de permacultura urbana *Diseñando un nuevo hogar* organizado por Ecoherencia en Jerez, elaborado por Alberto Jiménez (2013).

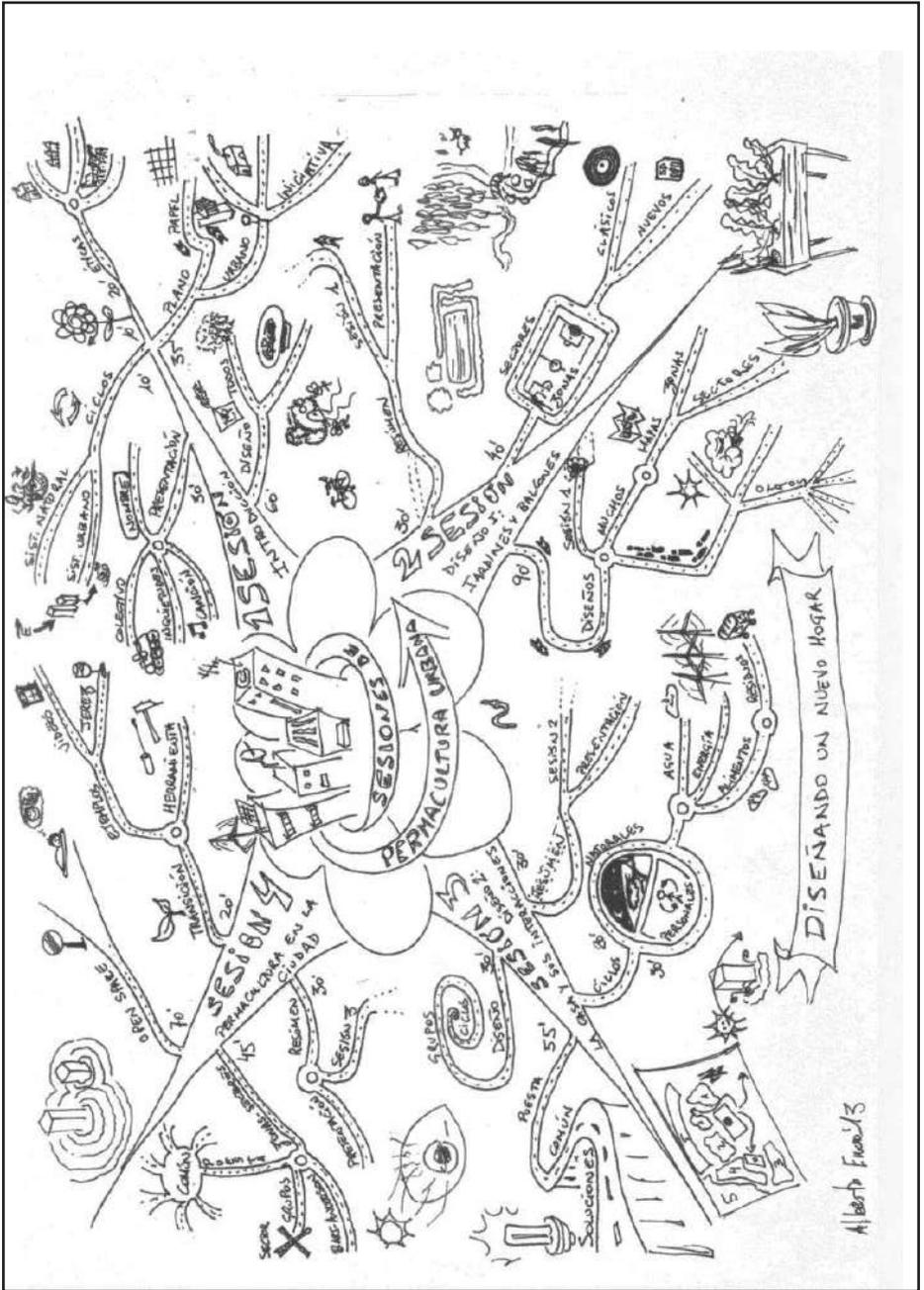


Para saber más:

BUZAN, Tony y Barry: *El libro de los mapas mentales: cómo utilizar al máximo las capacidades de la mente*. Urano, 1996.

BUZAN, Tony: *Cómo crear mapas mentales*. Urano, 2002.

<http://www.ehu.es/ehusfera/derechoshumanos/files/2012/03/buzan-tony-como-crear-mapas-mentales1.pdf>



Alberto Fuentis

FASE DE ANÁLISIS

MATRIZ DAFO

Es una técnica para la realización de un análisis de la realidad teniendo en cuenta las Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades (DAFO) que relacionan un tema a estudiar con el territorio. Consiste en identificar tanto los aspectos positivos o de éxito como los negativos o de riesgo, a nivel interno (Fortalezas, Debilidades) y externo (Oportunidades y Amenazas).

Es conveniente trabajar primero en grupos pequeños para luego terminar contrastando y construyendo entre todos.

Ejemplo de matriz DAFO elaborada para la restauración del bosque nativo en el Fundo El Manzano (Chile), elaborado por María Vela (2009):

FACTORES EXTERNOS	
AMENAZAS	OPORTUNIDADES
<ul style="list-style-type: none">—Proliferación de plantaciones de pinos y eucaliptos en zonas contiguas—Monocultivos agrícolas con alto manejo de químicos y/o uso de transgénicos en las inmediaciones	<ul style="list-style-type: none">—Extensión de la estrategia de restauración a zonas colindantes—Buena disposición de la comunidad vecina para la reintroducción del bosque nativo
FACTORES INTERNOS	
DEBILIDADES	FORTALEZAS
<ul style="list-style-type: none">—Alta carga de trabajo del equipo—Suelos arenosos y pobres en nutrientes—Baja diversidad (fauna y flora)—Zona dominada por plantaciones mono específicas de pinos y eucaliptos	<ul style="list-style-type: none">—Alta capacitación técnica del equipo—Desarrollo de especies nativas bajo las plantaciones mono específicas—Bordes y contornos poco intervenidos

LA ENTREVISTA

La entrevista es una herramienta de gran utilidad en el contexto agroecológico, ya que es una forma eficaz de obtener información de los agentes locales. Una entrevista se considera una conversación formal y lleva implícitos los objetivos englobados dentro de una investigación. Las entrevistas se pueden clasificar según su diseño y estructura en:

- Entrevista estructurada: donde el investigador planifica las preguntas en un guión preestablecido donde el entrevistado tiene poca o ninguna posibilidad de salirse del mismo. Sus preguntas son cerradas, con respuestas afirmativas, negativas o predeterminadas.
- Entrevista semi estructurada: el investigador determina con anterioridad la información relevante que quiere obtener, de manera que sus preguntas son abiertas y le permite ir entrelazando temas. Supone un mayor esfuerzo para el investigador poder enlazar y encauzar los temas.
- Entrevista no estructurada: el investigador trabaja sin un guión previo, tiene únicamente como referencia la información sobre el tema y la entrevista se va construyendo a medida que avanza con las respuestas que se dan. Requiere un gran trabajo previo de documentación por parte del investigador.

En cambio, según el momento de su realización, las entrevistas pueden ser:

- Iniciales o exploratorias: también llamadas de diagnóstico, se utilizan en los primeros momentos y sirven para familiarizarse con los conceptos y elaborar un plan de actuación futuro.
- De desarrollo o de seguimiento: las cuales tratan de describir la evolución o la situación en el proceso que se esté llevando a cabo y profundizar en las relaciones, formas de vida, percepciones... de los agentes implicados.
- Final: trata de contrastar información o concluir un aspecto.



Para saber más:

http://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Curso_10/Entrevista_trabajo.pdf

DIAGNÓSTICO RURAL PARTICIPATIVO (DRP)

El Diagnóstico Rural Participativo (DRP) comienza a ser utilizado en los años 80, fundamentalmente en comunidades agrícolas latinoamericanas. Surge bajo la perspectiva del importante papel que tiene el entrevistado en el proceso de investigación, invitándole a que forme parte activa del proceso. Nace en el contexto rural, pero las prácticas que desarrolla pueden llevarse a cabo también en zonas urbanas. El fin último es dar poder de decisión a los miembros de las comunidades o iniciativas agroecológicas.

El DRP tiene una serie de características básicas:

- 1) Es un proceso de investigación y recolección de datos que pretende incluir las perspectivas de todos los grupos de interés.
- 2) Propicia el cambio en los roles tradicionales de investigador e investigado, participando ambos en la determinación y recolección de datos.
- 3) Reconoce el valor del conocimiento de los agricultores.
- 4) Funciona como medio de comunicación entre proyectos afectados por problemas compartidos. Esta herramienta colectiva es un proceso útil para la identificación de soluciones.

Existen una serie de premisas inherentes a todo proceso de DRP:

- Respetar la sabiduría y la cultura del grupo.
- Analizar y entender las diferentes percepciones.
- Dar voz a todos los miembros de la comunidad.
- Poner en valor la visualización (proyección y sueños) de los participantes.
- Promover la “ignorancia óptima” (evitar incluir una cantidad excesiva de detalles en la toma de datos).
- Facilitar el análisis y la presentación de resultados a la comunidad.



Imagen: Rónald Miranda Chavarría



Para saber más:

EXPÓSITO VERDEJO, Miguel: *Diagnóstico Rural Participativo: Una guía práctica*. Centro Cultural Poveda, 2003.

http://www.setem.cat/CD-ROM/idioma/setem_cat/mo/mo070303e.pdf

ZABALA, Néstor: *Diagnóstico Rural Participativo. Diccionario de Acción Humanitaria y Cooperación al Desarrollo*. Universidad del País Vasco, HEGOIA.

<http://www.dicc.hegoa.ehu.es/listar/mostrar/76>

FASE DE DISEÑO

CICLOS DE PENSAMIENTO SISTÉMICO

El pensamiento sistémico persigue detectar patrones e interrelaciones más armónicas. Surgió como alternativa al reduccionismo. Es el resultado de la influencia de varias disciplinas y tradiciones interculturales como la biología orgánica, la física cuántica, la psicología Gestalt y la ecología. Esta disciplina pretende, por tanto, abordar el pensamiento del mismo modo que funcionan los sistemas.

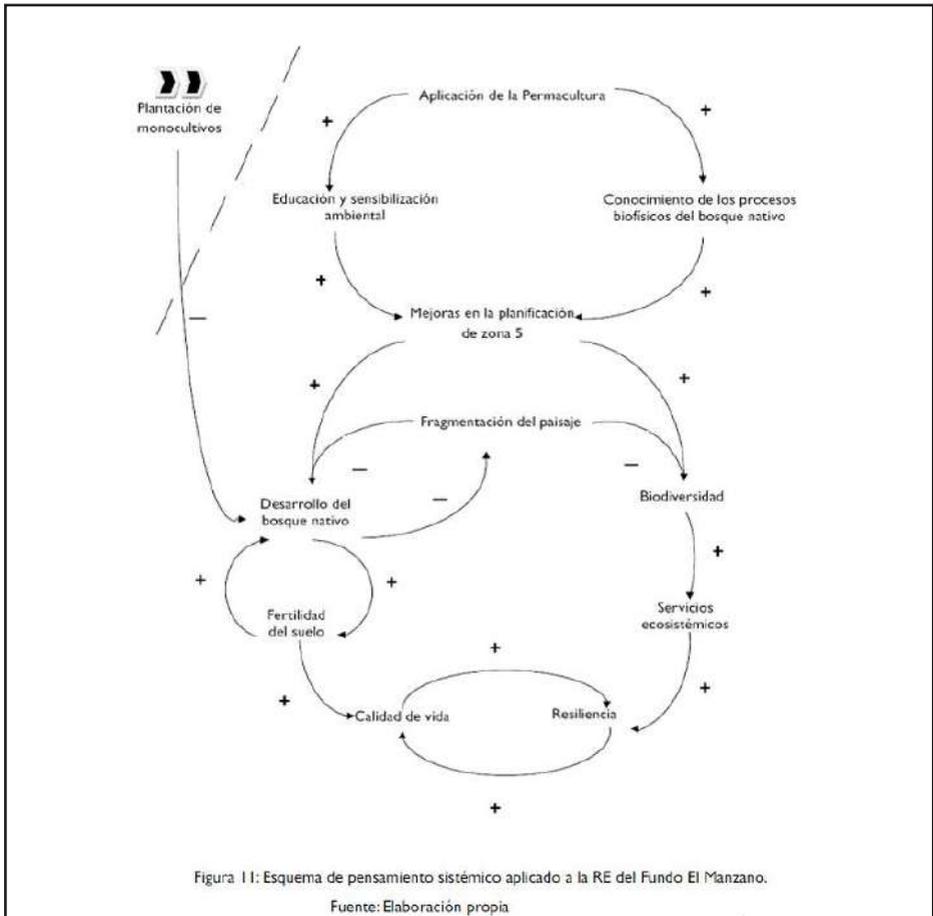
Un sistema puede entenderse como un grupo de componentes ligados entre sí, interrelacionados o interdependientes que forman un todo complejo y unificado.

Las cinco características básicas de un sistema son:

- 1) Todas las partes necesitan estar presentes para garantizar el funcionamiento del sistema.
- 2) Es necesario intervenir en las partes una manera determinada para que el sistema consiga alcanzar su meta.
- 3) Los sistemas desarrollan sus metas específicas dentro de sistemas aún mayores.
- 4) Los sistemas mantienen la estabilidad por medio de fluctuaciones y ajustes.
- 5) Existen flujos de retroalimentación en los sistemas.

Estos principios se aplican a los procesos de pensamiento sistémico, permitiendo identificar los factores clave sobre los que hay que influir para conducir la evolución del sistema en la dirección deseada o para evitar patrones indeseados.

Ejemplo de ciclo de pensamiento sistémico aplicado a la restauración ecológica del Fundo El Manzano (Chile), elaborado por María Vela (2009):



Para saber más:

GRIFFITH, James Jackson: *A disciplina do pensamento sistémico*. Viçosa, MG: Universidade Federal de Viçosa, Departamento de Engenharia Florestal, 2008.

<http://www.def.ufv.br/documentos/material/A%20Disciplina%20do%20Pensamento%20Sistémico.pdf>

APRENDIZAJE EN ACCIÓN

Los ciclos de aprendizaje en acción son una útil herramienta con la que paso a paso ayuda a comprender cómo aprender de nuestra propia experiencia. Es un proceso cíclico de análisis que sigue los siguientes pasos: observación, análisis, diseño, implementación, evaluación... De esta forma, una vez evaluado el proceso, se vuelve a observar para implementar lo aprendido durante el ciclo anterior, y así, aprender durante el propio proceso.

Las preguntas del aprendizaje en acción:

Las personas inmersas en un proceso de aprendizaje en acción trabajan contestando cuatro preguntas para ir implementando mejoras en su proyecto. Son preguntas que destacan los aspectos positivos y ayudan a eliminar los momentos de bloqueo que tan a menudo aparecen en proyectos colectivos. Las preguntas del aprendizaje en acción son las siguientes:

1) ¿Qué ha funcionado bien hasta ahora? Es una manera muy potente de comenzar para celebrar los logros conseguidos y ayudar a que el tono de la sesión sea positivo.

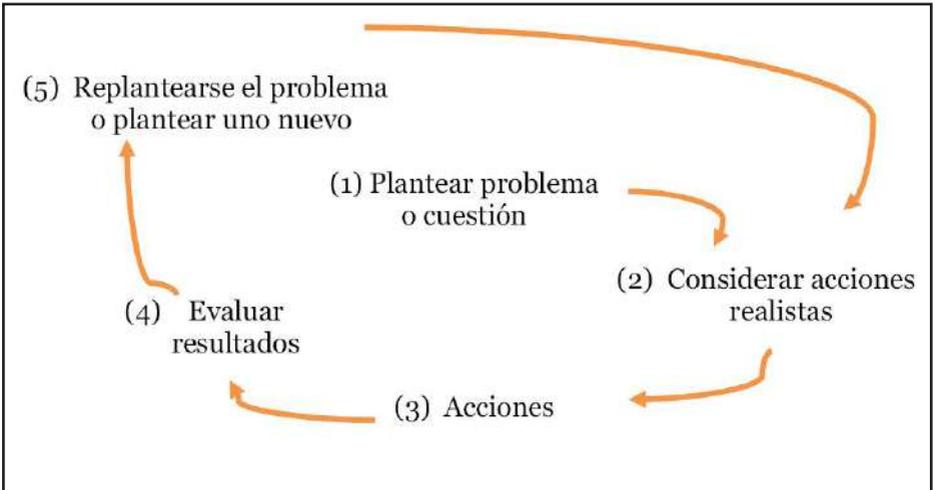
2) ¿Qué se podría mejorar o hacer de manera diferente? A veces simplemente hablar de lo que parecen barreras o bloqueos ayuda a superarlos. Esta pregunta también anima a encontrar soluciones más que centrarse en el problema en sí.

3) ¿Cuál es mi visión a largo plazo? Emplea algo de tiempo en crear la imagen de donde quieres estar, tener una visión clara es lo más importante para poder hacerla realidad.

4) ¿Cuál es mi próximo paso alcanzable? El objetivo final se alcanza dando pequeños pasos que te conduzcan hacia él. Recuerda que este es TU próximo paso alcanzable, el de nadie más.

Utilizar esta metodología puede parecer algo artificial al principio, pero con la práctica se vuelve armónica, efectiva y ayuda a que los participantes expresen sus sentimientos de manera abierta, a ser más creativos y a entender mejor el trabajo que se está desarrollando.

Ejemplo de ciclo de aprendizaje en acción utilizado en el trabajo
Cómo comenzar una iniciativa de transición en tu grupo scout o sección, elaborado por Alberto Jiménez (2011):



Para saber más:

BURNETT, Graham: *Lessons from the cherry plum: A personal view of Permaculture, Action Learning and 'the 4 Questions*.

<http://www.gb0063551.pwp.blueyonder.co.uk/actionlearning/>

TAYLOR, Carl: *A guide to action learning along with tools and techniques*.

<http://www.theknowledge.biz/resources/A-Guide-to-Action-Learning-along-with-Tools-and-Techniques.pdf>

DRAGON DREAMING

El Dragon Dreaming es una metodología para el desarrollo de proyectos sustentables, inspirados en la sabiduría de los aborígenes australianos y en las modernas teorías de sistemas, que utiliza el poder del sueño y la visión. Sirve de ayuda para planificar proyectos de manera orgánica e implementarlos de forma que todos los participantes se identifiquen con el mismo. Los proyectos deben seguir los siguientes principios:

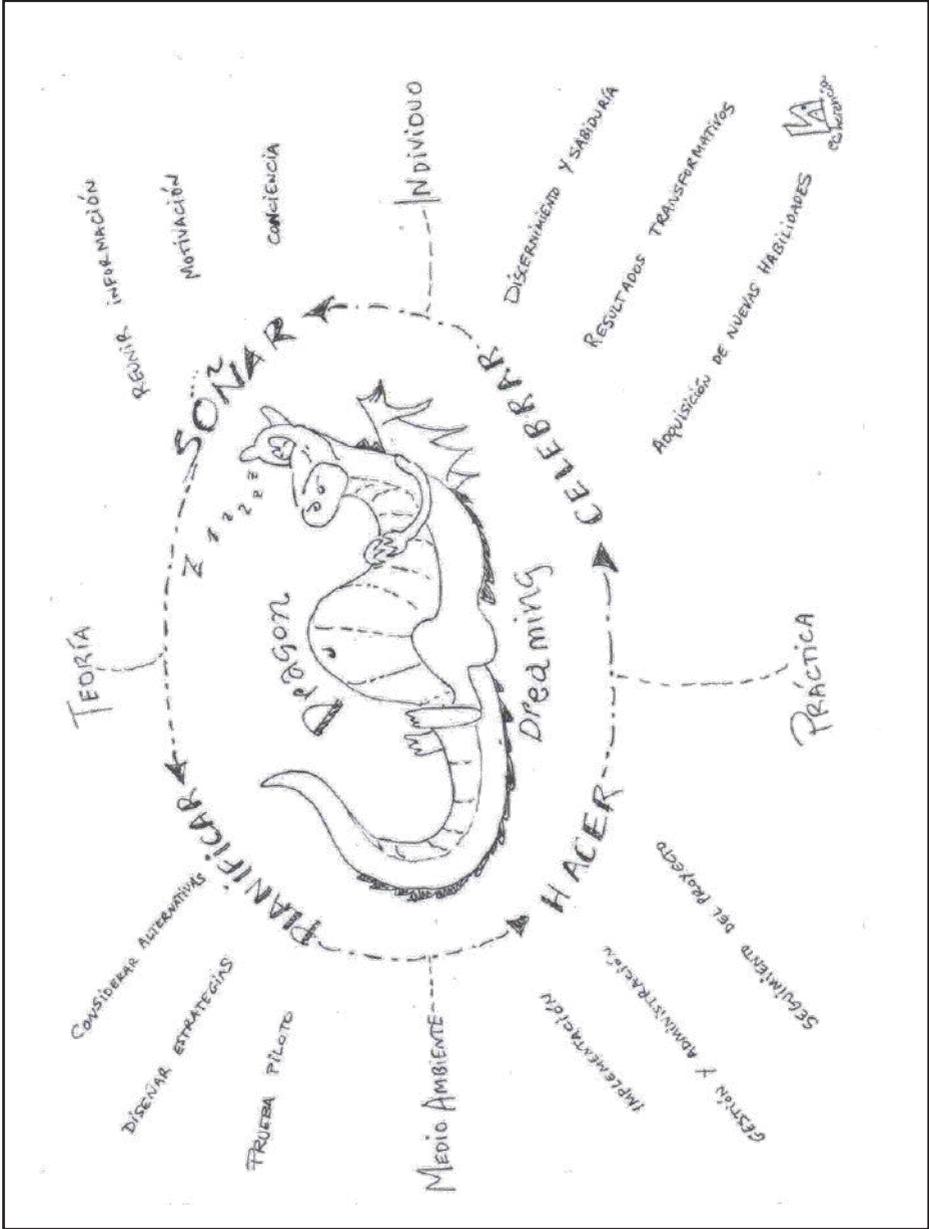
- 1) Contribuir al bienestar y al desarrollo del mundo.
- 2) Crear comunidad.
- 3) Potencial el crecimiento personal.
- 4) Comprometerte con tu propia sanación y empoderamiento.

Los proyectos de Dragon Dreaming se componen de cuatro fases: sueño, planificación, acción y celebración. Se trabaja de forma lúdica para inspirar la sabiduría colectiva y la motivación de cada individuo para fomentar las sinergias grupales. Cada una de las fases se divide en tres etapas para hacer realidad el proyecto.

Para saber más:



<http://dragondreaming.org/es/introduccion/>



FASE DE IMPLEMENTACIÓN

MODELO DE SISTEMAS VIABLES (VSM)

El Modelo de sistemas viables o VSM es un modelo organizativo que toma como base al funcionamiento del sistema nervioso humano, capaz de mantener su viabilidad en un mundo que cambia continuamente. Es una herramienta organizativa holística basada en el pensamiento sistémico, ayuda a distribuir el liderazgo y a aumentar el flujo de información dentro de la organización.

Las funciones básicas se dividen dentro de cinco sistemas fundamentales para la viabilidad del mismo, estos son:

- Sistema 1: corresponde con los grupos de trabajo destinados a las actividades primarias de la organización que se hacen para alcanzar sus objetivos. Constituyen el propósito del sistema.
- Sistema 2: corresponde con los encargados de la facilitación, el cuidado del grupo, la resolución de conflictos o la mediación. Se ocupan del proceso grupal.
- Sistema 3: corresponde con la coordinación entre los diferentes elementos del sistema. Se ocupa de la comunicación entre dichos elementos y de tratar de ver sinergias y conflictos, ayudando a mejorar la eficiencia del conjunto.
- Sistema 4: corresponde con la navegación del sistema. Se encarga de la comunicación con el mundo exterior así como de la comunicación informativa interna.
- Sistema 5: corresponde con la identidad del sistema. Se encarga de velar porque se cumplan los valores básicos, la ética y la visión del proyecto.



Para saber más:

ESPEJO, Raúl: *The Viable System Model: a briefing about organisational structure*, 2003.

http://library.uniteddiversity.coop/Systems_and_Networks/Viable_Systems_Model/INTRODUCTION%20TO%20THE%20VIABLE%20SYSTEM%20MODEL3.pdf

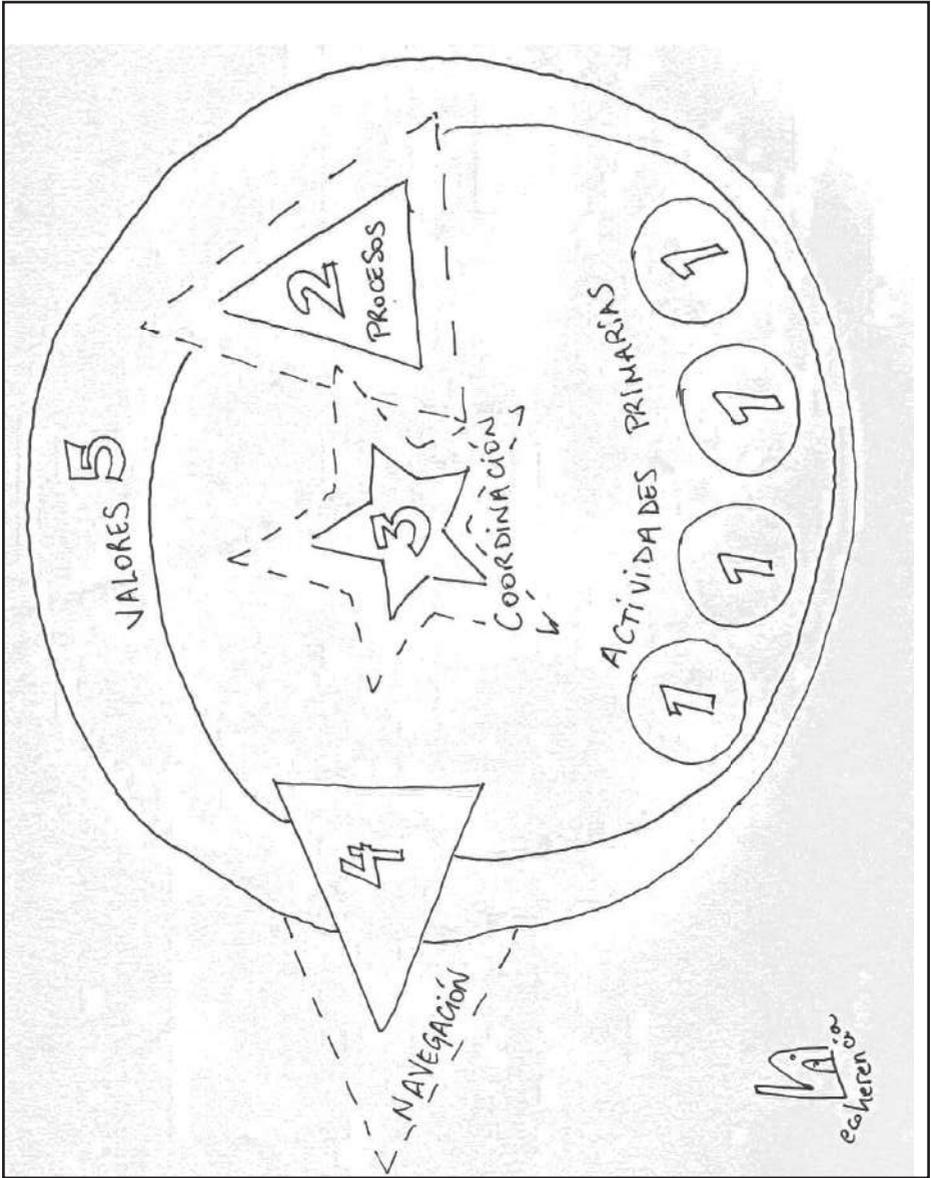


Imagen: <http://www.alvarezigarzabal.com/blog/>

ESTE LIBRO SE IMPRIMIÓ EN JEREZ DE LA FRONTERA
EN SEPTIEMBRE DE 2013 Y HA SIDO ELABORADO POR
ECHOERENCIA (ALBERTO JIMÉNEZ, MARÍA VELA,
M.^a JOSÉ RAMÍREZ Y PATRICIA GARCÍA)





www.ecoherencia.es

EDICIONES ECOHERENTES