¿Cómo aporta el deporte a la prevención de la violencia?

Introducción

El deporte puede desempeñar un papel de apoyo en la prevención de la violencia. Puede ayudar a reducir la tensión y mitigar los conflictos al proporcionar un espacio neutral y pacífico en el que se interactúa con los demás. Incluso los grupos destinatarios a los que es difícil llegar, como pueden ser antiguos perpetradores, población vulnerable pueden reintegrarse en la sociedad a través del deporte. El deporte también ayuda a las víctimas de la violencia a superar situaciones traumáticas y recuperar la confianza en sí mismas.

En países en fase de posconflicto, como lo es especialmente el caso de Colombia, la violencia juvenil es la forma más visible de violencia y es un problema creciente en muchos países. Se ha comprobado que es posible disminuir el uso de la violencia para la solución de conflictos a través del uso del deporte como herramienta para reflexionar al respecto de estas acciones.

En el presente texto se describe cómo el deporte puede contribuir a la prevención de la violencia en el contexto latinoamericano, específicamente en Colombia y cómo éste aporta al desarrollo de valores y habilidades para la vida.

El deporte como estrategia para la prevención de la violencia

El Deporte para el Desarrollo y la Paz es concebido como una estrategia de intervención social que hace uso de “juegos, actividad física y del deporte para abordar objetivos explícitos de paz y de desarrollo, en particular, de los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM)”.

De acuerdo con la definición dada por las Naciones Unidas, se entiende por deporte “todas las formas de actividad física que contribuyen a la salud física, bienestar mental y la interacción social. Esto incluye al juego, a la recreación, al deporte casual, organizado o competitivo y al deporte o juegos indígenas”. Igualmente, de acuerdo a los planteamientos hechos para la Agenda 2030 con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) se destaca que: “*El deporte es otro importante facilitador del desarrollo sostenible. Reconocemos que el deporte contribuye cada vez más a hacer realidad el desarrollo y la paz promoviendo la tolerancia y el respeto, y que respalda también el empoderamiento de las mujeres y los jóvenes, las personas y las comunidades, así como los objetivos en*

Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH
Domicilios de la Sociedad Bonn y Eschborn, Alemania
Fecha: septiembre de 2022

Cooperación Alemana para el Desarrollo (GIZ)
Programa Deporte para el Desarrollo
https://www.sport-for-development.com
sportxdevelopment

materia de salud, educación e inclusión social", Resolución aprobada por la Asamblea General el 25 de septiembre de 2015 (Naciones Unidas 2015).

En este sentido, el aporte que se hace con la metodología de Deporte con Principios promueve la construcción de relaciones humanas permeadas por valores que hagan posible la convivencia, que permitan que NNAJ se conviertan en protagonistas de sus proyectos de vida y en agentes positivos de cambio en sus comunidades. Cualquier deporte sería entonces una vía sana y útil para lograr este propósito.

De manera reciente, el área Deporte para el Desarrollo y la Paz ha emergido no solo como una estrategia de intervención social popular, sino también como un sector de política pública eficaz y como un campo académico interdisciplinar creciente. A partir de la década de los 90 ha habido una proliferación de la literatura que hace referencia a esta iniciativa, la cual, en su generalidad, toma como base la potencialidad de las características que tiene el deporte para que al momento de ser aplicado se logren fomentar valores positivos en la sociedad.

El deporte ofrece un punto de encuentro. Sin importar las diferencias sociales, económicas y culturales se logra un espacio en común que permite reconstruir las relaciones con otros y con el contexto. A través del deporte es posible desarrollar un sentido de identidad compartida y compañerismo entre grupos que, de otro modo, podrían estar inclinados a verse unos a otros con desconfianza y hostilidad. Cuando se aplica con eficacia, el deporte puede enseñar principios fundamentales como la tolerancia, la solidaridad, la cooperación y el respeto mutuo. Su impacto va también más allá de las relaciones entre los participantes de una determinada actividad, también impacta en las relaciones con aquellos que pertenecen a la comunidad.

Para plantear una estrategia de prevención a la violencia, la Organización Panamericana de Salud sugiere en líneas generales[1]:

1. Definir el problema.
2. Identificar causas y factores de riesgo.
3. Diseñar y evaluar las intervenciones.
4. Incrementar en escala las intervenciones que resultan efectivas.

[1] https://www.paho.org/es/temas/prevencion-violencia

Estos pasos nos apoyan también en el área del deporte para el desarrollo. Plantear prácticas de recreación, deporte y actividad física presupone un planteamiento de objetivos claros y un seguimiento de los resultados. Es posible encontrar relaciones entre el deporte y la prevención de la violencia en las siguientes áreas:

• **Relaciones interpersonales**: trabajando con valores fundamentales como la tolerancia, la solidaridad, la cooperación y el respeto mutuo. Estos son esenciales para la vida en sociedad.

• **Safeguarding/salvaguardas**: actuando como "espacio de garantía" de derechos. Los momentos de práctica deportiva favorecen que niños, niñas, jóvenes y adolescentes estén menos expuestos a situaciones que limiten sus derechos. Por un lado, la prevención se da por la contención que los espacios deportivos pueden llegar a ofrecer y, por otro, se genera un diálogo con monitores/educadores que pueden ofrecerles información para reconocer situaciones de violencia que puedan estar enfrentando.

Además de ser una herramienta para la convivencia, el deporte puede apoyar la prevención de la violencia en diversas dimensiones de la vida cotidiana. Algunos de los beneficios clave incluyen:

- ➔ Reducir la tensión y mitigar conflictos al crear espacios neutrales y pacíficos para la interacción.
- ➔ Enseñar a afrontar tanto la victoria como la derrota, y a respetar diferentes opiniones.
- ➔ Fortalecer relaciones sociales mediante la construcción de una identidad compartida.
- ➔ Fomentar la autoconfianza y habilidades sociales necesarias para la resolución pacífica de conflictos.
- ➔ Disminuir sentimientos agresivos y prejuicios, promoviendo el autocontrol, la justicia y el respeto.
- ➔ Promover interacciones respetuosas entre géneros, combatiendo la violencia contra niñas y mujeres.
- ➔ Brindar espacios seguros donde mujeres y niñas fortalezcan su autoestima.
- ➔ Apoyar procesos de reintegración de personas implicadas en dinámicas de violencia, como excombatientes.
- ➔ Ofrecer a las víctimas experiencias positivas que favorezcan la superación de traumas.

➔ Abordar de forma preventiva situaciones de abuso, violencia o explotación.

Estas dimensiones refuerzan el potencial transformador del deporte, especialmente cuando se aplica a través de metodologías estructuradas como Deporte con Principios (DcP)**,** que conectan el juego con el desarrollo de valores, habilidades para la vida y construcción de paz.

En la práctica, estas estrategias pueden abarcar desde programas deportivos que promueven el diálogo entre jóvenes de diversos orígenes culturales, hasta iniciativas que vinculan a personas involucradas en conflictos urbanos con mentores y modelos positivos. Así, el deporte no solo construye vínculos, sino que también impulsa la ciudadanía activa y fortalece la cohesión social fuera del entorno deportivo.

Construcción de paz y prevención de la violencia a través del Método Deporte con Principios (DcP)

Para lograr una convivencia armónica y un funcionamiento social basado en el orden y el progreso, se requiere de un conjunto de valores que guíen la construcción de relaciones entre los ciudadanos. El objetivo es consolidar una sociedad pluralista, democrática, participativa y regida por derechos. En este marco, la cohesión social sólo es posible si se promueve activamente la formación en valores.

En el método Deporte con Principios (DcP), se destacan como fundamentales valores como la justicia, el juego limpio, la disciplina, la empatía, la solidaridad, la confianza, el respeto y la tolerancia, sin restar importancia a otros igualmente valiosos.

El deporte brinda un espacio privilegiado para la interiorización de estos valores y para el desarrollo de conductas orientadas a la convivencia. Además, ha demostrado históricamente ser una herramienta poderosa para generar encuentro, integración y sentido de pertenencia.

En esta línea, el programa “Deporte para el Desarrollo” impulsado por la GIZ y el Ministerio Alemán de Cooperación Económica y Desarrollo (BMZ), ha trabajado desde 2015 en Colombia con el método Deporte con Principios. Este busca que niños, niñas, adolescentes y jóvenes (NNAJ) desarrollen empatía, confianza, sentido de justicia, respeto, tolerancia, habilidades para la resolución pacífica de conflictos y disciplina. Todos estos principios están directamente relacionados con las habilidades para la vida propuestas por la OMS.

El objetivo es que quienes incorporen estos valores durante la práctica deportiva puedan transferirlos a otros contextos, como el educativo, el familiar, el comunitario y el laboral.

Foco del Método DcP	Habilidad para la vida según la OMS
Empatía	Relaciones interpersonales, manejo de emociones, comunicación
Confianza	Liderazgo, manejo de emociones, comunicación
Juego limpio / justicia	Participación democrática, creatividad y comunicación
Respeto y tolerancia	Participación democrática, comunicación
Disciplina	Toma de decisiones, comunicación

Estos principios promueven el desarrollo, bienestar y calidad de vida de las comunidades. El **juego limpio** puede extenderse a otros ámbitos, como puede ser las actividades económicas y productivas en las que se juega con reglas y normas a respetar.

Por su parte, **la justicia** está estrechamente relacionada con los valores de respeto, confianza y equidad. Estos valores se aprenden con el ejemplo y están presentes en las conductas de la vida diaria y a la hora de jugar. Este valor de la **justicia** surge cuando se hace conciencia de sí mismo y de los demás, y cuando se actúa de manera responsable.

La disciplina, un valor permanente a lo largo del proceso formativo de los participantes de Deportes para el Desarrollo, implica que éste actúe de manera ordenada y perseverante para conseguir los logros. La disciplina requiere orden y planeación para lograr los objetivos deseados y además determina la capacidad para sobreponerse a los obstáculos.

Por su lado, **la empatía** es la intención de comprender los sentimientos y emociones de otros, aunada a la capacidad de ponerse en el lugar del otro. Esta capacidad resulta crucial para entender de forma objetiva y racional lo que los otros sienten, la forma como actúan y toman decisiones.

Uno de los valores que es necesario fortalecer en este sentido es **la confianza,** un valor fundamental que aporta a la calidad de las relaciones humanas que resulta muy importante en la construcción de vínculos sociales y en la convivencia. Ninguna interacción humana puede desarrollarse sin ella. En la escuela, el trabajo o los negocios, la confianza también ayuda a reconocer fortalezas y virtudes en los otros para lograr objetivos individuales y colectivos. En particular, la población en situación de vulnerabilidad debe reaprender a confiar y a creer en el otro, así como a tener de nuevo confianza en sí misma.

Por otra parte, **el respeto y la tolerancia** son valores complementarios. La piedra angular de la convivencia humana es el respeto, es decir el convencimiento de la igual dignidad de los seres humanos. Respetar significa reconocer que el límite de los derechos propios está en los derechos del otro. Respetar presupone desarrollar la habilidad de identificar los límites o fronteras que protegen los derechos, la identidad y la autonomía de cada persona. Del mismo modo, **la tolerancia** es un principio del reconocimiento en el otro, pero que no parte de la igualdad sino de las diferencias entre las personas. Es tener el criterio para aceptar a los otros a partir de sus diferencias; un paso más allá en la construcción social para la convivencia.

Este enfoque reconoce a las personas como seres multidimensionales capaces de orientar sus acciones según principios éticos, con impacto en lo personal, social y productivo. La metodología DcP parte del ámbito individual para proyectarse en contextos más amplios, favoreciendo procesos de inclusión social, especialmente de poblaciones vulnerables.

Desde un enfoque social, el deporte genera un entorno de relaciones, principios, normas y expresiones afectivas que fortalecen los vínculos colectivos. Esta dinámica es esencial para transformar sociedades marcadas por el conflicto, como el caso colombiano, donde el deporte se convierte en una herramienta para la construcción de paz y el desarrollo humano integral.

A través del Deporte para el Desarrollo, se busca potenciar capacidades en los participantes de manera holística: toma de decisiones, comunicación asertiva, mejora de relaciones interpersonales, manejo y resolución de conflictos, gestión emocional, liderazgo, participación democrática y creatividad.

El caso de Colombia en la aplicación de los 5 principios para prevenir la violencia

La sociedad colombiana, en su historia ha padecido los efectos de la violencia por las múltiples dinámicas de conflictividad y control territorial entre grupos organizados al margen de la ley y las Fuerzas Militares del país. Luego de 50 años de conflicto armado entre organizaciones guerrilleras, grupos paramilitares y el ejército del país, a fines de 2016 se firmó un acuerdo de paz con el grupo guerrillero FARC. Su implementación, particularmente un claro enfoque en el apoyo a las regiones devastadas por el conflicto del país ha sido clave para marcar el rumbo del desarrollo futuro de Colombia.

En el caso colombiano, viene un proceso de reconciliación y la construcción de una sociedad donde el concepto de ***paz positiva*** propuesto por Johan Galtung pueda construirse y vivirse en todo el territorio nacional. Como bien lo dice Galtung, la *paz positiva* se refiere “no solo a la ausencia de violencia directa, sino también a la ausencia de violencia estructural”. En este caso, para el alcance de la paz no sería solamente necesaria la eliminación de las causas de violencia directa (como la presencia de actores armados o formas de terrorismo), sino de los elementos estructurales que pueden generar violencia de manera indirecta. Para alcanzar el ideal de la paz positiva deben incorporarse elementos como justicia y equidad social, cooperación, involucramiento de la comunidad, colaboración y gobernanza efectiva.

En Colombia, "Deporte con Principios" se desarrolló en estrecha cooperación con socios locales con el objetivo de utilizar el deporte como una herramienta para la consolidación de la paz y la prevención de la violencia en las regiones fronterizas del país. El método incorpora los conceptos colombianos existentes de fútbol por la paz, enfoques internacionales de S4D y métodos modernos de pedagogía deportiva. El enfoque del trabajo en Colombia es la construcción de paz, la prevención de la violencia y la reconciliación. Además, describe la integración social de los desplazados internos y la integración de los exparticipantes en el conflicto armado.

El Gobierno colombiano ya utiliza el deporte como instrumento de política de desarrollo en el contexto de sus actividades de paz y reconciliación. Por este motivo, el Ministerio Federal de Cooperación y Desarrollo Económicos (BMZ) de Alemania ha seleccionado a Colombia como país socio del programa DpD. El programa tiene como objetivo utilizar el deporte para fortalecer las competencias que los niños y jóvenes necesitan para coexistir pacíficamente en una sociedad democrática y contribuir a la (re) integración social de los desplazados internos; sobre todo, niños y jóvenes. Las áreas prioritarias son las regiones afectadas por conflictos, violencia y desplazamiento. En el contexto del proceso de paz

en curso, la integración de los antiguos participantes activos en el conflicto armado de Colombia también juega un papel importante.

En conjunto, los socios que han desarrollado el método llamado **"Deporte con Principios"** que busca fortalecer el desarrollo de capacidades personales y colectivas, a través de estrategias de formación a formadores y formadoras en el país. El método se basa en conceptos de fútbol por la paz que ya existen en Colombia, así como enfoques internacionales de DpD (S4D en inglés), métodos modernos de enseñanza del deporte y hallazgos del campo de la psicología juvenil. A través de las tres etapas de capacitación en un curso de varias semanas de duración, que ofrece a entrenadores, maestros y trabajadores sociales, el programa apunta a cambios positivos de comportamiento entre los niños, jóvenes y adultos para aportar en la consolidación de una paz estable y duradera en el territorio colombiano.

Al 2022 se han capacitado a más de 1700 maestros, entrenadores, profesionales de diversas ONG y organizaciones estatales, así como a líderes de la comunidad local, en el uso del "Deporte para el desarrollo" para que adquieran aptitudes sociales y así actúen como modelos de conducta y personas de confianza, dando a niños, niñas y jóvenes un sentido más fuerte de autoestima y ayudándoles a desarrollar perspectivas de futuro. Ellos aprenden a abordar cuestiones de salud como la prevención del VIH o el abuso del alcohol. Así que el deporte no sólo mueve, sino también educa.

Los cursos de capacitación se llevaron a cabo en cada región en cooperación con organizaciones asociadas. Esto formación ha contribuido positivamente a la situación laboral de muchos participantes: en varios casos, por ejemplo, los participantes capacitados han sido reclutados por las administraciones locales o regionales o por organizaciones no gubernamentales para trabajar en los sectores social y deportivo.

A través de estos multiplicadores se llegó a unos 90.000 niños y jóvenes, según nuestra encuesta a los participantes. Así cada día se podría llegar a más población infantil y juvenil del país. El deporte es una oportunidad para seguir contribuyendo a la (re)integración social de los desplazados internos, especialmente los niños y los jóvenes, o de los antiguos participantes activos en el conflicto armado de Colombia. Como instrumento innovador, el deporte proporciona así un impulso para el cambio y el desarrollo sostenible, tanto para cada niño individual como para toda la sociedad.