



| | | |
|---|--|--------------------------------|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 |
| | | Página: 1 de 109 |

TABLA DE CONTENIDO:

| | |
|---|----|
| 1. INTRODUCCIÓN: | 6 |
| 2. OBJETIVO GENERAL: | 6 |
| 2.1. Objetivos Específicos: | 6 |
| 3. DEFINICIONES: | 7 |
| 3.1. Afectaciones relacionadas con los hechos victimizantes | 8 |
| 3.2. Afectaciones relacionadas con los duelos migratorios/ perdidas | 9 |
| 3.3. Afectaciones según el curso vital | 14 |
| 3.4. Proceso de integración – adaptación | 15 |
| 3.5. ENFOQUES | 17 |
| 3.5.1. Enfoque Psicosocial | 17 |
| 3.5.2. Enfoque Acción sin Daño | 20 |
| 3.6. ENFOQUES METODOLÓGICOS | 21 |
| 3.6.1. Narrativo | 21 |
| 3.6.2. Performativo | 23 |
| 3.6.3. Artístico | 23 |
| 3.7. COMPONENTES | 25 |
| 3.7.1. Prácticas Sociales (prácticas de país de origen y del nuevo país) | 25 |
| 3.8. Redes Sociales (Redes del nuevo país) | 26 |
| 4. DESARROLLO | 28 |
| 4.1. ENCUESTRO 1: MI MALETA DE VIAJE | 28 |
| Agenda..... | 29 |
| Momento 1: Encuadre y pre-test (40 minutos) | 30 |

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 2 de 109 |

Momento 2: Dinámica de presentación "la telaraña" (40 minutos)..... 32

Momento 3: Mi Maleta de Viaje (60 minutos) 33

Momento 4: Respiración consiente (20 minutos) 34

Momento 5: Actividad de cierre (20 minutos) 36

4.2. ENCUENTRO 2 SIMBOLIZAR PARA ACOGER EL SUFRIMIENTO TEMAS: AFECTACIONES DE LOS HECHOS VICTIMIZANTES 36

Agenda..... 38

Momento 1: Bienvenida y reencuadre (30 minutos) 38

Momento 2: Reconocimiento de tensiones (40 minutos) 38

Momento 3: Simbolizar para acoger el sufrimiento (90 minutos) 41

Momento 4: Cierre, esto es un abrazo (20 minutos)..... 44

4.3. ENCUENTRO 3 LAS HUELLAS DEL ANDAR TEMAS: AFECTACIONES DEL PROCESO MIGRATORIO 44

Agenda..... 45

Momento 1: Seguimiento a la tarea (20 minutos)..... 45

Momento 2: Caminares (30 minutos)..... 45

Momento 3: Las huellas del andar (100 minutos) 46

Momento 4: Cierre contención emocional (30 minutos) 50

4.4. ENCUENTRO 4: CUIDÁNDONOS TEMAS: RECURSOS PROPIOS, SOCIALES Y COMUNITARIOS 50


Agenda..... 51

Momento 1: Bienvenida y Masajes (30 minutos) 51


Momento 2: Noción de sobreviviente (110 minutos)..... 52

Momento 3: La pomada del alivio (40 minutos) 54

4.5. ENCUENTRO 5 ÁRBOL DE LA VIDA TEMAS: CONSOLIDACIÓN DE LA RED DE APOYO 55


| | | |
|---|--|--------------------------------|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 |
| | | Página: 3 de 109 |

| | |
|---|----|
| Agenda..... | 56 |
| Momento 1: Bienvenida y Actividad "Muévete si" (20 minutos) | 56 |
| Momento 2: Árbol de la vida (100 minutos) | 57 |
| Momento 3: construcción de medida de satisfacción (40 minutos). | 59 |
| Momento 4: Actividad de cierre (20 minutos) | 62 |
| 4.6. ENCUENTRO 6 NUESTRO TEJIDO TEMAS: PRÁCTICAS SOCIALES PROPIAS | 63 |
| Momento 1: Bienvenida y actividad mi territorio mi cuerpo (20 minutos) | 64 |
| Momento 2 Tejido Cultural (90 minutos) | 64 |
| Momento 3: mi práctica mi historia (30 minutos) | 66 |
| Momento 4: concertación de la medida de satisfacción (40 minutos) | 67 |
| 4.7. ENCUENTRO 7 SIGNIFICANDO EN EL UN NUEVO PAÍS | 70 |
| Momento 1: Bienvenida (10 minutos). | 71 |
| Momento 2: Cartografía Social del país de acogida (80 minutos) | 71 |
| Momento 3: Preparando la medida de satisfacción, recordando sabores (80 minutos) ... | 73 |
| Momento 4: Cierre (10 minutos) | 73 |
| 4.8. ENCUENTRO 8: SEGUIRÉ AVANZANDO | 74 |
| Momento 1: Bienvenida y Encuesta post-test (40 minutos) | 75 |
| Momento 2: "Seguiré avanzando" (40 minutos) | 75 |
| Momento 3 "El nudo de mi sueño" (60 minutos) | 76 |
| Momento 4: Preparación Medida de Satisfacción y Cierre (40 minutos) | 76 |
| 4.9. ENCUENTRO 9: MATERIALIZACIÓN DE LA MEDIDA DE SATISFACCIÓN | 76 |
| Momento 1: Bienvenida (10 minutos) | 77 |
| Momento 2: Lectura del mensaje de dignificación (40 minutos) | 77 |
| Momento 3 Materialización de la medida de satisfacción (120 minutos) | 77 |
| Momento 4: Cierre del encuentro (20 minutos) | 78 |

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 4 de 109 |

| | |
|--|------------|
| 5. DOCUMENTOS DE REFERENCIA | 78 |
| 6. ANEXOS: | 80 |
| ANEXO 1: GUÍA DE ORIENTACIONES SOBRE ACCIÓN SIN DAÑO PARA LOS DIFERENTES HECHOS VICTIMIZANTES | 80 |
| ANEXO 2 LINEAMIENTOS PREVIOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA..... | 95 |
| ANEXO 3: GENERALIDADES DE LA REPARACIÓN INTEGRAL..... | 104 |
| 7. CONTROL DE CAMBIOS | 109 |

Nota: Este documento es de uso exclusivo de la Unidad Para la Víctimas y no puede ser reproducido para fines diferentes a su carácter de medida de rehabilitación psicosocial.

| | | |
|---|--|--------------------------------|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 |
| | | Página: 5 de 109 |

Un migrante viaja con una vida, un legado, una huella de sentido para seguir

La experiencia de encontrar sentido a lo vivido, cuando partes sin elección a un nuevo mundo, nos hace compartir y expresar el propio dolor para hacer un duelo sano, que deje respirar y sentir La Paz, amor y sobre todo esperanza para continuar.

Se aprende a amar desde la experiencia de vivir la partida y lo que dejamos atrás, para enseñar a amar la vulnerabilidad del ser humano y cumplir con la hermosa tarea de servir, es una manera de darle así un sentido a lo vivido, que nos hace encontrar un cajón lleno posibilidades, para escoger entre un espíritu creativo que reconoce todo lo que el dolor enseña y podemos hacer, o por el contrario vendarse los ojos al amor, a la vida, a la propia existencia, a tener fe, a confiar en Dios.


Dos elecciones que cobran vida desde el momento en que sencillamente puedo decidir, "voy a vivir mi dolor desde el corazón" para sentirlo y cruzarlo juntos, hacia el nuevo camino que nos espera enfrente.

iRecordar que en lo vivido siempre habrá un legado, una huella para el camino! El de la Esperanza, y descubrirlo, hace que la memoria de todo aquello que se dejó atrás se guarde en el corazón, para llenar la vida misma y la de otros, con actos de amor.

"Un migrante es un verdadero resiliente"

Jacqueline Caldas E.

(sobreviviente del conflicto armado colombiano)

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 6 de 109 |

1. INTRODUCCIÓN:

La Estrategia de recuperación emocional para víctimas en el exterior *RAÍCES*, hace parte de las medidas de Rehabilitación psicosocial y de satisfacción. Esta estrategia presenta inicialmente un marco conceptual donde se describen las diferentes afectaciones o daños que ha generado el conflicto armado en personas que se domicilian en el exterior. Posteriormente se presenta el desarrollo de los 9 encuentros, donde se busca generar un espacio de confianza, seguridad y solidaridad entre los participantes fortaleciendo, la autorregulación emocional, la representación - simbolización del sufrimiento de los hechos victimizantes y el proceso migratorio, la recuperación de prácticas sociales propias y el reconocimiento de prácticas del país de acogida. A través de la Estrategia se busca además fortalecer redes de apoyo y cuidado que se generaron durante el desarrollo de los encuentros, permitiendo vínculos de solidaridad y apoyo mutuo que apoyen el proceso de estabilización e integración en el nuevo país.

Cada encuentro se ha estructurado en torno a un objetivo específico y se desarrolla en tres momentos: un momento inicial de saludo y bienvenida; un segundo momento en el que se desarrollan las actividades orientadas al cumplimiento del objetivo del encuentro y un momento de cierre en el que se usualmente se dejan reflexiones o tareas para desarrollar posterior a los encuentros.


Finalmente, la estrategia va dirigida a personas que han sido víctimas del conflicto armado y que por ende están incluidas en el Registro Único de Víctimas, que además sean mayores de 18 años y que en la actualidad se domicilien en el exterior.

2. OBJETIVO GENERAL:

Aportar herramientas para la recuperación emocional de los y las sobrevivientes del conflicto armado residentes en el exterior a través del fortalecimiento de redes de apoyo personales y sociales contribuyendo a la integración en el país de acogida.

2.1. Objetivos Específicos:

- ✓ Facilitar estrategias que permitan la representación de las afectaciones psicosociales derivadas de los hechos de violencia y producto del proceso migratorio posibilitándole a los y las sobrevivientes construir nuevos significados frente a los mismos.

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 7 de 109 |

- ✓ Recuperar las prácticas sociales y culturales tradicionales que fueron significativas y que ahora pueden convertirse en un recurso de afrontamiento generadores de nuevos sentidos de vida.
- ✓ Identificar las prácticas familiares, sociales y culturales en el país de acogida, que contribuyan a la integración intercultural
- ✓ Fortalecer las redes de apoyo y cuidado que se generan en los encuentros, permitiendo vínculos de solidaridad y apoyo mutuo.


3. DEFINICIONES:

El abordaje de las afectaciones psicosociales dentro del marco del conflicto armado implica el análisis de los daños, entendiéndolo no solo como la vulneración de los derechos, sino reconociendo el sufrimiento desde todas las esferas, tal cual como se menciona en la ley 1448 del 2011 (art 9)¹. Lo anterior, demanda realizar acciones con el fin de comprender inicialmente los daños psicosociales y posteriormente desde esta comprensión construir las apuestas que mitiguen o minimicen el dolor causado por el conflicto armado.

Así pues, para las personas que han sido víctimas del conflicto armado y que residen en el exterior, la multiplicidad de las afectaciones, suelen estar relacionadas con lo causado por los hechos victimizantes, las alteraciones que emergen debido al proceso migratorio (afectaciones en la identidad, la ruptura, transformación de los vínculos, el desarraigo), la dificultad en los procesos de adaptación representado en la ausencia de las redes de apoyo, lo que ofrece el País de acogida, el curso vital, entre otros. La salud psicosocial esta interconectada con todos los demás aspectos relacionadas con la migración. La situación legal, económica, social, familiar, laboral, está influida y a su vez es influyente de los procesos psicosociales por los que una gran cantidad de personas inmigrantes atraviesa, pues su condición supone afrontar diversos cambios de características internas y externas.

Desde el año 2013 y a partir de la identificación de necesidades de acompañamiento psicosocial que se evidenciaron en las víctimas colombianas que residen en el exterior a través de las jornadas presenciales implementadas, la Unidad para las Víctimas, específicamente el equipo psicosocial, ha iniciado acciones con el fin de caracterizar las afectaciones generadas por el conflicto armado a las personas que actualmente residen en el exterior. Para describir estas afectaciones, se utilizaron

¹ Ley 1448 del 2011, ley de víctimas y restitución de Tierras.

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 8 de 109 |

algunos medios como la herramienta Caleidoscopio², las atenciones psicosociales realizadas en el marco de las jornadas de atención a víctimas en el exterior en algunos países (Panamá, Venezuela, Ecuador, Miami, España, Canadá, Chile) y los acompañamientos vía canal telefónico que se han llevado a cabo. A continuación, se describen las afectaciones psicosociales que se han identificado a través de los instrumentos mencionados:

3.1. Afectaciones relacionadas con los hechos victimizantes


Dentro de los hechos victimizantes que las personas refieren y de los cuales motivaron la migración a otros países, se encuentran: el secuestro, el homicidio de los familiares, las amenazas directas, la tortura, el reclutamiento ilícito y desplazamiento forzado. Las emociones emergentes de estas situaciones están relacionadas con la tristeza, rabia, frustración, incertidumbre, sentimientos de culpa, miedo y desconfianza, emociones que suelen afectar su proyecto de vida.

Los daños psicológicos que se pudieron evidenciar en algunas jornadas dan cuenta de la crueldad de la guerra; donde los sobrevivientes, permanecen aún en el dolor por la ausencia de sus seres queridos. Algunas personas en especial las mujeres (madres), han desarrollado trastornos de la salud mental y trastornos del estado del ánimo, los cuales se encuentran medicados, "Cuando a una mujer le matan al esposo se le llama viuda, cuando se le muere la mamá se le llama huérfana, pero cuando se les matan a los hijos, eso, eso no tiene nombre"³.

Los daños también reflejan, la escasa atención psicosocial recibida o por lo menos la poca posibilidad de hablar de lo que sucedió. Lo anterior afecta las diferentes esferas de su cotidianidad (área laboral, social y familiar). Frente a las anteriores afectaciones, la mayoría de las personas manifiestan no haber recibido acompañamiento psicosocial, situación que sigue afectando su salud mental: "me cuesta dormir, lloro con mucha frecuencia a veces mis hijos se asustan y me preguntan qué tengo y les digo

² Herramienta Caleidoscopio, Es un formato para el registro y análisis de la información cualitativa utilizado por la Corporación Vínculos (2004) con el fin de lograr una caracterización de los diferentes contextos de la vida de las personas y grupos y sus afectaciones psicosociales en el marco del conflicto armado colombiano

³ Sin desconocer que en ocasiones por los diagnósticos de las personas requieran algún tipo de acompañamiento en salud, la estrategia se propone desde un enfoque psicosocial que dista del enfoque clínico.

| | | |
|---|--|--------------------------------|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 |
| | | Página: 9 de 109 |

otras cosas para no asustarlos. Vivo muy nerviosa pensando que de pronto alguien va a venir a buscarme" (sobreviviente refugiada en España)."

Dentro de las razones por las cuales las personas no han recibido o buscado acompañamiento psicosocial, se encuentran; inicialmente las que tienen que ver con quien escucha la historia, el destinatario del dolor, es decir, quien se dispone a escuchar las narrativas con sus dolores emergentes; estos profesionales desconocen el contexto del conflicto armado, sus afectaciones y sus diferentes formas de expresión. Aunado a lo anterior, algunos sistemas de salud de los Países de acogida suelen utilizar predominantemente modelos clínicos y patologizantes⁴, que etiquetan a las víctimas como personas "enfermas", quitando en parte la posibilidad de tener el control frente a su sufrimiento, tal como se evidencia en el siguiente relato; "A la que más ha afectado todo esto, aunque a todos, es a mi hermanita, porque le mandaron unos medicamentos que la tienen embrutecida, si yo no la conociera diría que es tarada pero como la conozco sé que no" (sobreviviente residente en Francia). Finalmente, la mayoría de las personas no han ingresado a procesos psicosociales, debido al alto costo que implica acceder a los servicios de psicología.


Finalmente, como complemento a la descripción de las afectaciones de los hechos victimizantes, se encuentra un documento que ha sido construido por el equipo de enfoque psicosocial, donde se plasma a detalle las diferentes afectaciones en ocasión por el conflicto armado. **VER ANEXO 1 GUÍA DE ORIENTACIONES SOBRE ACCIÓN SIN DAÑO PARA LOS DIFERENTES HECHOS VICTIMIZANTES**

3.2. Afectaciones relacionadas con los duelos migratorios/ perdidas

Luego del impacto generado por las diversas acciones anormales de la guerra, sobreviene la decisión de partir, el viaje y el momento de migrar a otro País, encontrar un lugar que custodie y proteja sus derechos esenciales, en busca de alguna tranquilidad, ante la inminente puesta en peligro del que es víctima. En este nuevo lugar "la persona se confronta a un nuevo contexto, que se percibe como extraño, debe enfrentarse a una situación de extrema vulnerabilidad y comenzar el proceso de adaptación y en la medida de lo posible la integración⁵". Así pues, son muchos los aspectos que

⁴ Sin desconocer que en ocasiones por los diagnósticos de las personas requieran algún tipo de acompañamiento en salud, la estrategia se propone desde un enfoque psicosocial que dista del enfoque clínico.

⁵ RET internacional, HISTORIAS QUE CAMINAN Y RESISTEN, una travesía hacia la resistencia, primera Edición Ciudad de Panamá, 2015

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 10 de 109 |

interfieren en el trascurso de este proceso que afectan directamente el proyecto de vida de las personas víctimas del conflicto armado.

Dentro de los aspectos, que han tenido mayor relevancia en las narrativas de las víctimas (desde el trabajo adelantado por el equipo psicosocial), se encuentran: el estatus de la migración, la transformación de los vínculos, el duelo migratorio, el territorio, las afectaciones según el curso vital y los procesos de integración y adaptación.

Estatus de la migración


Estos procesos de llegada a los diferentes países varían según su estatus. Algunos llegan de manera irregular, lo que les pone en una situación de "invisibilidad" que les dificulta el acceso a salud, educación y empleo digno; es un momento de vulnerabilidad en el que las personas inmigrantes pueden experimentar una serie de altibajos emocionales caracterizados por el miedo, la tristeza, la aparición de pesadillas, euforia entre otros sentimientos y comportamientos normales en medio de una situación de estrés extremo que se exagera por su situación de duelo, no sólo por la posible pérdida de familiares sino también por la pérdida de su vida cotidiana, sus costumbres, su idioma y su cultura⁶.

Otras formas de llegada son las relacionadas con el refugio y el asilo. Aunque estas figuras tienen una connotación de estatus, la mayoría de las veces tiene un carácter impositivo y no planeado. En ocasiones las personas llegan a considerar el proceso de regularización como una "prisión", ya que deben entregar sus documentos de identificación y prohíben el ingreso al País de donde se viene. Esta situación, limita la plena ciudadanía, afecta la identidad ("ya no ser"), limita la toma de decisiones, transforma los vínculos familiares y redes de apoyo.

En cuanto a los núcleos transnacionales, muchas personas en el exilio deben dejar a sus hijos al cuidado de padres/abuelos, mientras el exiliado trabaja en el exterior para enviar dinero para su manutención.

Así en varias ocasiones se generan "locutorios", para asistir y acompañar a sus familiares, criar a sus hijos desde la red. Que intentan mantener las relaciones familiares, pero con cambios en las características de la crianza. Para las personas en esta condición, la reagrupación familiar se constituye en una medida de reparación importante. En cuando las familias se exilan/refugian en su totalidad, la idea de retornar divide a los miembros de la familia. Mientras los mayores sueñan y desean regresar a su tierra, para los jóvenes y adolescentes, quienes tienen menor identificación y arraigo con el país, la idea de retornar es contraria a sus deseos, ya que han podido adaptarse mejor a su nueva realidad y han conformado nuevas relaciones con pares y amigos.

⁶ (Salud Mental y Apoyo Psicosocial para Refugiados, Solicitantes de asilo e Inmigrantes desplazándose en Europa, una guía multi-agencia de orientación, 2015)

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 11 de 109 |

Duelo migratorio


El duelo migratorio es definido por Achotegui (2009), como el conjunto de procesos psicológicos y psicosociales por la pérdida de algo o de alguien con lo cual se ha estado vinculado emocionalmente. Con esta ausencia se pone en marcha un proceso de reorganización y de adaptación a la nueva realidad y esta adaptación necesita ser expresada de alguna manera y en ocasiones, es el organismo el que se manifiesta con una serie de síntomas como la tristeza, llanto, baja autoestima, pérdida de interés sexual, pérdida o aumentos de apetito, entre otros. Son problemas que se manifiestan a nivel afectivo y somático como ansiedad, sensación de confusión, alteraciones del sueño, problemas digestivos, preocupaciones excesivas y un sentimiento de extrema soledad, obedeciendo a causas directamente relacionadas con la realidad de la inmigración

En las diferentes etapas del duelo migratorio, intervienen diferentes factores que se encuentran relacionados con las características propias de los países de acogida. Por ejemplo, en el País de Ecuador una de las principales problemáticas a las que las personas inmigrantes están expuestas es a la discriminación. Por ejemplo, en una jornada de atención a víctimas en el exterior⁷, se encontró que en un estimado del 85% de las personas asistentes a la actividad psicosocial, manifestaron haberse sentido discriminadas por los Ecuatorianos.

Frente a lo anterior, los colombianos que han sido discriminados narran situaciones en las que, debido a su nacionalidad, no les proporcionan empleo, no les alquilan lugares para su residencia y si lo hacen, deben pagar sumas desproporcionadas

La discriminación se origina en las distintas relaciones sociales y está compuesta entre otros elementos por la formación de estereotipos y prejuicios; un estereotipo es una imagen o idea comúnmente aceptada y a partir de esta idea, se atribuyen características determinadas a cierto grupo o tipo de personas, que lleva a considerar a todos sus integrantes o a todas ellas como portadoras del mismo tipo de características, sin que dicha atribución obedezca a un análisis objetivo y concreto de las características específicas de la persona de que se trate. Dentro de las narraciones mencionadas por los Connacionales asistentes, se encontraban; "los colombianos son guerrilleros" "los colombianos son narcotraficantes", "las colombianas son prostitutas".

⁷ Jornada de atención a víctimas en el exterior en Quito y Lago Agrio, área psicosocial del 12 al 20 de noviembre del 2017.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 12 de 109 |

Las conductas discriminatorias pueden generar daños morales, físicos, psicológicos, materiales y diversas limitaciones en muchos ámbitos a las personas discriminadas, al mismo tiempo que dificulta su proceso de adaptación.

Otras afectaciones que se dan en el proceso de duelo son las relacionadas a los cambios de roles, "yo en el Quindío lo tenía todo, era trabajadora publica y vivía cómodamente, acá me siento frustrada, inicie cuidando los niños de un señor y ahora soy su empleada doméstica⁸". La adaptación al nuevo lugar no ocurre siempre; en la mayoría de los casos se presentan dificultades al iniciar el proyecto de vida deseado, en la consecución de un empleo digno, en la satisfacción de las necesidades básicas. Lo anterior, genera sentimientos de frustración, añoranza, rabia "yo no tendría que estar mendigando nada, yo era dueña de varias fincas y tenía varios taxis" narra una participante.


Transformación de los vínculos

Un efecto que se adiciona al proceso migratorio hace referencia a la transformación en las relaciones o vínculos de las personas que migran. Estas relaciones emergentes, suelen denominarse "relaciones transnacionales". En palabras de Herrera y Carrillo, citado por Puyana (2009)⁹, la interacción continua se constituye en "campos sociales" que se conforman en espacios transnacionales en los cuales se producen flujos de personas, de información, de dinero y de bienes materiales. Dentro de estos campos circulan redes sociales y capital simbólico además de económico. Las familias transnacionales son agrupadas por vínculos de consanguinidad y alianza, permanecen en países desde donde fluyen o a donde llegan migrantes, mantienen vínculos económicos- a través de las remesas-, se comunican muy frecuentemente, establecen proyectos de vida comunes y propician el desarrollo de nuevas formas de socialización y estructuración familiar.

Para otros autores como Briceson y Vuorela (2002), la familia transnacional es aquella en las que sus miembros viven separados durante un largo periodo, pero conservan la unidad y se mantienen juntas gracias a un sentimiento marcado de bienestar, colectividad, nombre común y hogar, el cual cruza las fronteras. En lo colectivo, están las relaciones de las personas; el anhelo de lo comunitario, de compartir

⁸ Jornada de atención a víctimas en el exterior, área psicosocial del 15 al 17 Panamá.

⁹ Puyana Villamizar, Yolanda; Motoa Flórez, Ayda Julieth; Viviel Castellanos, Adriana; Entre aquí y allá. Las familias colombianas transnacionales. Bogotá. Fundación Esperanza. 2009.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 13 de 109 |

con los seres amados, de visitar a sus muertos y de poder conocer a los nuevos integrantes de las familias que se quedaron.

Estos vínculos siempre están presentes en sus narrativas, con emociones como la añoranza, los sentimientos de frustración, la tristeza, pero sobre todo con la seguridad de que existen.

Territorio

Los espacios son los lugares donde las personas nos desenvolvemos, buscamos los medios de subsistencia, nos organizamos socialmente, definimos los escenarios de la reproducción social y de la producción. En la medida que desarrollamos la vida en un espacio concreto, nos apropiamos de él y le damos un significado, establecemos unos límites, vivimos en él nuestra cotidianidad, vamos conformando una identidad colectiva y construimos nuestro propio territorio e interactuamos con él. El territorio desde esta perspectiva es una noción. "A pesar de que el territorio tiene una base física en la que se concreta, habita en la mente y forma parte fundamental de la identificación de los seres humanos con un paisaje, con una sociedad, con una parentela, con una historia, con una tradición, con una memoria" (Ardila, 2006: 3)¹⁰


De acuerdo con lo anterior, las personas que migran forzosamente a causa del conflicto armado, la situación trastoca su significado, generando diversas afectaciones a nivel psicosocial. Por ejemplo, algunas narrativas en Yaviza (Panamá), se encontraban frases como la "tierra ajena" lo cual implica, inicialmente una pérdida del territorio propio, que, para el caso de las comunidades Indígenas, trasciende el espacio físico y es comprendido como integridad viviente, sustento de la identidad y de la armonía. Los hechos victimizantes, obligaron al desplazamiento a otro territorio, donde se carece de los vínculos comunitarios, lugares sagrados, prácticas y costumbres¹¹.

En Ciudad de Panamá, por ejemplo, con la población Afrodescendiente, el daño¹² más relatado a jornada, es el que hacía referencia al vínculo Territorial. Las personas, en especial las mayores, se expresan conmovidamente de su territorio; "yo tengo que morir en mi Tierra", "quiero regresar a mi tierra", "usted sabe que nosotros somos del Choco y nuestro cuerpo debe descansar allá". De nuevo aparece la expresión "Tierra ajena", como un lugar que no les pertenece aún, por sus costumbres, sus tradiciones y su gente.

¹⁰ Párrafo tomado de Puyana Villamizar, Yolanda; Motoa Flórez, Ayda Julieth; Viviel Castellanos, Adriana; Entre aquí y allá. Las familias colombianas transnacionales. Bogotá. Fundación Esperanza. 2009. Pág. 27

¹¹ Jornada de atención a víctimas en el exterior en Quito y Lago Agrio, área psicosocial del 15 al 17 de septiembre 2017

¹² Decreto con fuerza de ley 4635 de 2011, por el cual le dictan las medidas de asistencia, atención, reparación integral y de restitución de tierras a las víctimas pertenecientes a comunidades negras, afrocolombianas, raizales y palanqueras.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 14 de 109 |

Las afectaciones del territorio generan sentimientos de desarraigo, de no pertenencia a un lugar, alteraciones en la identidad, a los sentimientos de soledad en estos nuevos espacios, con relaciones más limitadas y en ocasiones hostiles.

Países lejanos o cercanos

Otro elemento importante que afecta el proceso migratorio es el relacionado con la cercanía o lejanía del País de origen. En el transcurso de las jornadas de atención a víctimas en el exterior, se logró identificar que las afectaciones psicosociales varían y están determinadas por los países a los que las personas migran forzosamente, es decir si son Países fronterizos como Panamá, Venezuela, Ecuador; donde la cultura tiene elementos semejantes (idioma, formas de comunicación), el proceso de adaptación es más rápido y vinculativo a las redes existentes.


Por otro lado, si la migración se da hacia países lejanos como Estados Unidos o España, donde las diferencias a nivel económico, social y político es diferente, el proceso de adaptación o integración intercultural es un proceso difícil y demorado.

3.3. Afectaciones según el curso vital

Otro aspecto a tener en cuenta en las reflexiones sobre las afectaciones de los procesos de migración a causa del conflicto armado es el que hace referencia al curso vital, a través de las jornadas de atención a víctimas en el exterior, se ha observado que las personas que salieron exiliadas durante la edad adulta tienen mayores deseos de retorno que aquellas que las que se fueron en la niñez, adolescencia o en los primeros años de adultez. Una sobreviviente exiliada en Canadá desde sus 22 años manifiesta: "a mí me gusta Colombia, pero yo no regresaría allá porque me da miedo, quiero ayudar a mi país poniendo un negocio que le de trabajo a mucha gente, pero volver a vivir allá no".

Por su parte, un sobreviviente que dejó el país a sus 45 años expresa "la gente que llegó aquí joven ya tienen una identidad con este país, ellos ya no conocen Colombia ni la quieren conocer por todas las historias que ha oído, les da miedo; en cambio los viejos si queremos volver, nosotros sufrimos más por eso".

De igual forma el ejercicio de los derechos según el curso vital se ve afectado. Por ejemplo, muchos de los jóvenes que llegaron a Panamá cuando eran pequeños, se ven afectados en especial, por el acceso a la oferta de algunos derechos o servicios que ofrece el nuevo País, ya que requieren de algunos permisos, por ser extranjeros. Ellos, no conocen Colombia, pero debido a las historias narradas por sus padres, desean conocer, especialmente a las personas que se quedaron.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 15 de 109 |

3.4. Proceso de integración – adaptación


Al llegar a un nuevo País son comunes las sensaciones de miedo y confusión. Esto es comprensible, pues las referencias espacio-temporales conocidas han cambiado y es evidente la desubicación. Estas emociones pueden ser transitorias (duelo migratorio) o permanentes, dependiendo de los recursos de afrontamiento con los que cuentan las personas.

La mayoría de las personas que han logrado adaptarse al país de acogida, han convertido las dificultades iniciales en aspectos y ventajas positivos que han servido en su proceso de adaptación. Por ejemplo, en casos en los que en el país de acogida se habla un idioma distinto al español, las personas se vieron en la obligación de aprender el lenguaje, lo cual en un principio les causó obstáculos para comunicarse, para conseguir empleos, para formar relaciones sociales con personas nativas, sin embargo, con el paso de los años, las víctimas relatan cómo les han enseñado a sus amigos españoles términos y modismos.

Por otra parte, se ha observado que los sobrevivientes buscan conocer a otros colombianos y colombianas o a personas latinoamericanas que también son exiliados, refugiados o inmigrantes. Entablar relaciones amistosas con personas similares a ellos, en medio de la diferencia, es para algunos una forma de acercarse a su país y de sobrellevar el peso de la nostalgia. La situación de refugiados ha impulsado el liderazgo de algunas personas para la conformación de organizaciones de víctimas o de refugiados, como el Foro Internacional de Víctimas, conformado por organizaciones de sobrevivientes refugiados en distintos países de Europa, o la Asociación Europea de Víctimas del Conflicto Armado Colombianos, en Madrid. Este liderazgo, esta unión solidaria entre connacionales significa una manera de sopesar el torbellino emocional que conlleva el exilio.

La comida, la música, los rituales como la navidad o los cumpleaños son distintas en el extranjero, sin embargo, los connacionales buscan la forma de conservar lo más profundo de la cultura colombiana en la medida de las posibilidades que tienen en los respectivos países de acogida. La lucha es por conservar el arraigo a su identidad y a su cultura.

Para el caso de la población étnica, por ejemplo, los Embera en Yaviza (Panamá), han continuado resistiendo, inicialmente con su desplazamiento hacia nuevas tierras (búsqueda de condiciones de protección, permanencia y sostenibilidad económica) y luego sobreviviendo en un nuevo territorio que no ofrece las mayores garantías, ni reconocimiento de sus derechos, desde un enfoque diferencial. De igual forma, existen vínculos fuertes de solidaridad entre los dos grupos (emberá y wuonan) existentes en la zona, estas acciones se traducen en el apoyo de alimentos, ubicación de vivienda, hospedajes, entre otros.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 16 de 109 |

De acuerdo con lo mencionado anteriormente, surge la "autoculturización", la cual es definida por Berry (2005)¹³ como el proceso de cambio cultural y psicológico que tiene lugar como resultado del contacto entre dos o más grupos culturales y sus miembros. Este proceso es progresivo y bidireccional, influye tanto en el grupo inmigrante como en el grupo de la sociedad receptora. No obstante, frecuentemente, el grupo minoritario

-inmigrantes- recibe más influencia que la otra – la dominante o mayoritaria-. A pesar de que la aculturación puede observarse en los grupos, dos personas pertenecientes al mismo grupo cultural en la misma sociedad receptora pueden mostrar dos formas de adaptarse a ella muy diferentes, por lo que hay que tener en cuenta el nivel individual en estos procesos

Según Berry (2005), el grupo inmigrante, cuenta con las siguientes estrategias de aculturación:

Integración: se considera valioso tanto mantener la identidad y la cultura de origen, como mantener relaciones con los grupos receptores. Esto implica mantener la identidad cultural a la vez que se intenta conocer a los demás grupos y se busca la participación social como miembro de una sociedad multicultural.

Asimilación: no se considera valioso mantener la identidad y las características culturales, mientras que si se considera valioso mantener relaciones con los grupos de la sociedad receptora. Esto implica orientarse a los grupos de esta sociedad y abandonar la identidad cultural de origen.


Separación: se mantiene la identidad y las características culturales, pero no se producen relaciones con los grupos de la sociedad receptora porque se rechaza ese contacto.

Marginación: se produce en los sujetos una pérdida de identidad cultural y de contacto tanto con su identidad de origen, como con la sociedad receptora. A menudo esta estrategia se caracteriza por una pérdida cultural y forzosa y un bajo interés por mantener relaciones con otros, mayoritariamente por razones de discriminación y rechazo.

Esta clasificación se basa en que los individuos, en el proceso de aculturación, eligen libremente su estrategia. Pero en muchas ocasiones esto no es así, sino que es el grupo dominante de la sociedad receptora el que fuerza a ciertas formas aculturación. Es así como, Berry (2005) establece como diferentes las estrategias del grupo mayoritario:

Multiculturalidad: se considera valioso, tanto mantener la identidad y la cultura, como mantener relaciones con los grupos inmigrantes. En este tipo de sociedad la diversidad es un rasgo aceptado y se propicia la integración.

¹³ La persona más allá de la migración, manual de intervención psicosocial con migrantes, Luisa Melero Valdes, Fundación CeiMigra. 2010

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 17 de 109 |

Melting pot: no se considera valioso mantener la identidad y las características culturales, mientras que si se considera valioso mantener relaciones con los grupos inmigrantes que llegan a la sociedad. Ello supone que se busca la fusión de todas las culturas que conviven en la sociedad intentando evolucionar hacia una "nueva" cultura.

Segregación: se propicia el mantenimiento de la identidad y las características culturales de los grupos inmigrantes que llegan a la sociedad, pero se rechazan las relaciones con ellos.

Exclusión: se produce cuando el grupo dominante fuerza la pérdida de identidad cultural y el contacto del grupo minoritario con su cultura de origen y con los demás grupos de la sociedad receptora, incluido el grupo dominante, imponiéndole que se margine.

La estrategia más utilizada es la que hace referencia la integración, ya que se considera como la que genera menos estrés aculturativo.


3.5. ENFOQUES

3.5.1. Enfoque Psicosocial

El enfoque psicosocial incorpora los principios generales que define la ley 1448 de 2011 conocida como la ley de víctimas, es decir, es transformador, diferencial, integral, está enfocado en los daños, y se basa en la dignidad humana, la Participación conjunta, y el respeto mutuo.

La Ley 1448 de 2011 busca desarrollar una política de reparación integral que orienta las actuaciones de la política pública al restablecimiento de los derechos de las víctimas y el alivio o la posibilidad de revertir los daños que se les han causado. En ese sentido, ha dispuesto que las "medidas de atención, asistencia y reparación integral contenidas en el Decreto 4800 de 2011 se encaminen a reducir y propender por solventar los impactos y daños ocasionados por las infracciones al DIH o las violaciones graves y manifiestas a los DD.HH. ocurridas con ocasión del conflicto armado interno, en los términos del artículo 3 de la Ley 1448 de 2011". Dado que el sufrimiento derivado de las graves violaciones al DIH y a los DDHH afecta todas las dimensiones de lo humano (psicológica, emocional, relacional, social, cultural, política, económica, ambiental), las medidas de atención y asistencia buscan la vigencia efectiva de los derechos de las víctimas, brindar condiciones para llevar una vida digna y garantizar su incorporación a la vida social, económica y política; así mismo, las medidas de reparación integral buscan aliviar, mitigar o revertir los daños ocasionados a las personas que han vivido hechos violentos.

Teniendo en cuenta lo anterior y en cumplimiento de lo establecido en el artículo 163 del Decreto 4800, la Unidad para las Víctimas ha establecido que el enfoque psicosocial es una de las miradas

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 18 de 109 |

que deben ser transversales a todo el proceso de atención durante el acceso a los derechos de las víctimas en lo que respecta a las medidas de asistencia y reparación integral. Desde esa perspectiva se ha avanzado en la construcción de alternativas complementarias entre sí que buscan mitigar el impacto emocional que emerge a partir de las graves violaciones a los DD.HH. y de las infracciones al DIH, teniendo en cuenta que se ha reconocido que la afectación psicosocial no necesariamente se traduce a categorías de lesión o de secuelas, y no solo se comprende desde las acepciones de la enfermedad o la psicopatología. Por ello, se busca ajustar los mecanismos, programas y planes de la Unidad para las Víctimas enfocados a la atención con enfoque psicosocial, para que respondan a los diversos daños psicosociales que caracterizan las diferentes expresiones del sufrimiento y no solo a las que se experimentan como enfermedad.

Entender el enfoque psicosocial, implica hacer una lectura de su transversalidad, es decir, como un componente existente en todas y cada una de las dimensiones. Y es que lo psicosocial, en el marco de las intervenciones con víctimas procura contener el acompañamiento en los procesos de atención para garantizar el acceso, la garantía y goce efectivo de los derechos a la verdad, justicia y reparación, suponiendo esa transversalidad. Así lo expone el Artículo 49 de la Ley de Víctimas, al definir qué "(...) el enfoque psicosocial estará presente en las acciones de atención, es decir, en el dar información, la orientación y el acompañamiento jurídico".


La incorporación del enfoque psicosocial en la atención a víctimas se debe orientar prioritariamente hacia las acciones reparadoras, para lo cual se apoya en tres principios que definen la relación que se construye en la atención: la dignificación y el reconocimiento, el empoderamiento y la acción sin daño. La definición de los principios

orientadores del enfoque psicosocial no busca generar categorías excluyentes entre sí, sino enunciar los fundamentos que deben apoyar la atención para lograr el propósito reparador que se pretende.

Esto implica comprender que la dignificación y el reconocimiento, el empoderamiento y la acción sin daño están estrechamente relacionados y se complementan entre sí, que los límites entre ellos son difusos y que se requiere de una mirada integradora que los reconozca como el marco común del enfoque para enriquecer la atención integral y alcanzar con ella un efecto reparador por sí mismo.

En la Unidad para las Víctimas el Enfoque Psicosocial se rige por seis premisas fundamentales que le permiten a la víctima su tránsito por el dolor, estas son:

El sufrimiento emerge luego de vivir las graves violaciones a los DD.HH. e infracciones al DIH, como una consecuencia natural. Comprender y ayudar a otros a comprender que las expresiones del sufrimiento han sobrevenido como formas de respuesta natural ante eventos anormales como los que han ocurrido en el contexto del conflicto armado colombiano. En ese sentido, llamamos la atención al considerar que la condición de anormalidad no está en la persona, sino en los hechos de violencia registrados.

| | | |
|---|--|---------------------------------|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 |
| | | Página: 19 de 109 |

Testimonio: "... cuando llegaron cambiaron todo, porque al comienzo no eran de aquí, después vimos a los mismos de aquí asesinando a los nuestros..."¹⁴

Las víctimas no solo están sufriendo, cuentan con recursos de afrontamiento y capacidades para afrontar la adversidad. La vida se nutre de múltiples momentos, que enriquecen la existencia y se alimenta de los recursos que las personas tienen para hacer frente a las situaciones críticas. Ante la adversidad los seres humanos recurrimos a los aprendizajes de otros, a la historia propia y a las redes familiares, comunitarias e institucionales que tenemos al alcance. Esta premisa nos invita a reconocer la existencia de esos múltiples recursos con los que cuentan las víctimas y sobrevivientes del conflicto armado, entre ellos la capacidad de supervivencia, la resistencia, la persistencia y el heroísmo, entre otros.

Es tan importante considerar el sufrimiento, como los recursos personales, familiares y sociales, pues todos son elementos fundamentales para promover el restablecimiento y recuperación emocional.


"El mundo cambió para esta mujer el 4 de mayo de 1998. Entonces 200 paramilitares incursionaron en Puerto Alvira y asesinaron a 35 personas. Dijeron que, por orden de Carlos y Vicente Castaño, líderes de las Autodefensas Unidas de Colombia (AUC). Con el ánimo de superar la adversidad y el dolor, la comunidad trabajó arduamente para arreglar sus viviendas, continuar con sus vidas y tratar de olvidar la masacre"¹⁵B. Y. L. Víctima de Desplazamiento Forzado Villavicencio Meta

Todos podemos hacer algo para aliviar el dolor. Todas las personas podemos hacer algo frente al sufrimiento de los otros y en ese sentido, la apuesta de la Unidad para las Víctimas está orientada a fortalecer las capacidades y habilidades de todos los funcionarios, en el enfoque psicosocial. Entendiendo que cuidar y acoger el dolor de quien ha sufrido graves violaciones los DD. HH o al DIH, no es tarea exclusiva de profesionales en psicología.

El sufrimiento es simbolizado en formas diversas. El sufrimiento tiene diferentes formas de expresión; hay diferentes formas de sufrir. No todas tienen expresión a través del llanto o de la tristeza; ni todas, a través de la enfermedad. En ese sentido, es diferente también el sufrimiento de las mujeres, los hombres, los niños, los adolescentes, las personas mayores, las mujeres indígenas, lo hombres indígenas. Algunas veces el sufrimiento se expresa con la presencia del dolor en el cuerpo, algunas veces en la enfermedad, incluso el sufrimiento puede estar presente en el silencio. Con la incorporación del enfoque psicosocial, se espera poder aproximarse a las diferentes formas

¹⁴ Rondón, Lina (2016). Desaparición y acción sin daño. Presentación PPT Encuentro preliminar para profesionales territoriales Equipo Psicosocial.

¹⁵ 15Unidad para las Víctimas. Tomado el 6 de junio de 2017. Historias de Vida.D e:
http://www.unidadvictimas.gov.co/es/historias_de_vida/blanca-yoli-real/34667

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 20 de 109 |

de expresión del sufrimiento para percibir las y ser un destinatario de esas diferentes formas de expresión. Las acciones contempladas en los desarrollos metodológicos de las Estrategias incorporan diferentes medios para permitir simbolizar el sufrimiento por parte de los participantes. Se debe permitir el paso por el dolor.

Se debe permitir el sufrimiento de lo que se ha perdido. El dolor debe tener unos espacios de expresión, de manera que mediante el relato pueda tener lugar la construcción de la experiencia dolorosa. Con esta premisa se busca que la expresión de la afectación emocional pueda constituirse, es decir, existir en el diálogo con algún destinatario del dolor. Se busca hacer posible en un espacio para la localización del sufrimiento, que las víctimas puedan sufrir todo lo que en el contexto del conflicto armado ha constituido para ellas una pérdida.

La representación permite la recuperación. Representar significa poner en el espacio público el dolor que ha sido invisibilizado o que no ha encontrado un lugar simbólico que cuente además con un testigo de éste. En ese sentido, se puede representar en la palabra, a través de las diferentes expresiones artísticas o en las diferentes formas de simbolización que funcionan como formas dialógicas en el espaciocolectivo.


Esta premisa es la materialización del enfoque de los derechos humanos ligado al enfoque psicosocial, toda vez también invita a no abusar del poder de las palabras que niegan la realidad del dolor frente a las diferentes formas de representación de quienes sufren y de quienes se recuperan. Esta premisa centra al profesional psicosocial en la acción que implementa con los participantes, si el psicosocial se desubica, el grupo colaborativo de forma natural le invita a centrarse en su rol de acompañante, porque su palabra no puede ni debe ser el centro del proceso.

3.5.2. Enfoque Acción sin Daño

La acción sin daño posibilita el reflexionar continuamente sobre las consecuencias de los planes, programas y proyectos sobre las víctimas/sobrevivientes; reflexión que necesariamente debe pasar por la mirada autocrítica, en la que se reconoce que ningún profesional está exento de hacer daño durante las intervenciones que realiza, ya que la atención está siempre en una realidad de la cual solo tenemos una pequeña participación en el marco de la complejidad de la vida social, política, cultural, familiar e individual de los sobrevivientes.

Lo anterior, implica que debemos siempre actuar con la participación de las y o víctimas/sobrevivientes en dirección de su bienestar y protección. Adicionalmente el enfoque de Acción Sin Daño implica reconocer el daño que han dejado en la vida de las personas las victimizaciones y el conflicto armado, pero además reconocer los efectos que pueden tener las propias acciones para no agudizar o profundizar los daños que ya existen.

La acción sin daño, parte de reconocer la integralidad de la experiencia y la historia de las víctimas en cuanto a su sufrimiento, capacidades, recursos y potencialidades como personas. En relación al

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 21 de 109 |

sufrimiento se presentan tres formas: aquel ocasionado por el conflicto armado; el ocasionado por la revictimización en el proceso de restauración o la exigibilidad de sus derechos, que se puede generar desde el funcionario como representante del Estado o cuando las medidas de asistencia se convierten únicamente en medidas asistencialistas, y aquel que se atribuye a la vulnerabilidad general producida por las características demográficas individuales (edad, salud, ciclo de vida, género, etnia); la composición del hogar y el contexto (condiciones higiénicas y ambientales, procesos políticos, económicos y sociales, y la educación), sin desconocer que estas tres formas de sufrimiento pueden presentarse simultáneamente en la experiencia de la persona, por lo cual no son excluyentes entre sí. Para la atención y asistencia se hará énfasis especial en el sufrimiento causado por revictimización y vulnerabilidad, ya que este puede ser ocasionado en la atención que establece el funcionario y/o colaborador estatal.

El enfoque de Acción Sin Daño está íntimamente relacionado con los principios de dignidad, autonomía y libertad. Para detenernos en el principio de autonomía, el cual, "está acorde con los derechos de la persona a decidir por sí mismo, de tener capacidad de autodeterminación sin ningún tipo de coacción y que se le respete su esencia en cada uno de los escenarios en los que interactúa, sin que se le juzgue o cuestione por su accionar".


De esta manera, la noción de autonomía permite comprender que las personas son capaces de construir y definir el proyecto de vida que quieren vivir y los recursos personales que son necesarios activar para ello; lo cual implica que nuestro papel es facilitar oportunidades de diálogo para visibilizar los recursos y construir relaciones de respeto y participación. Reconocer la autonomía de las víctimas/sobrevivientes implica respetar de forma natural y constante sus decisiones respecto de participar o dejar de hacerlo en el proceso de reparación integral.

3.6. ENFOQUES METODOLÓGICOS¹⁶

3.6.1. Narrativo

La narrativa nos permite acercarnos a los significados que los y las sobrevivientes construyen sobre sí mismos; el conocer estos significados nos ayudará a su vez, a comprender cómo estos organizan y dinamizan sus historias personales, familiares y sociales, es por ello que la narrativa es una modalidad de pensamiento que sirve para ordenar la experiencia humana y construir la realidad.

¹⁶ Los enfoques metodológicos se articulan a la construcción técnica de las estrategias Psicosociales, el siguiente apartado es tomado de las estrategias de recuperación emocional y acompañamiento para la reparación integral en el marco del posconflicto subdirección de reparación individual – psicosocial, del año 2017, ver https://www.unidadvictimas.gov.co/sites/default/files/documentosbiblioteca/metodol_ogiaparalasestrategiasdere_paracionintegralv1.pdf, pag15.

| | | |
|---|--|---------------------------------|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 |
| | | Página: 22 de 109 |

Para Ramos (2001)¹⁷: "la lógica del pensamiento narrativo es una lógica comprensiva en donde se despliega un doble paisaje: el de la acción (lo que sucede) y el de la conciencia (lo que los protagonistas piensan y sienten a cuenta de los que les sucede)". Estos significados se hacen presentes en una conversación dialógica, es decir, las personas viven y entienden su vida a través de relatos que son contruidos socialmente, en el diálogo, en el intercambio de experiencias, de ideas y emociones.

Un testimonio de una sobreviviente que participó en la Estrategia de Recuperación emocional A.L.G., del municipio de Tarazá, en donde muestra como resignificó la experiencia de lo vivido y ahora puede sentirse bien:

"Aprendí muchas cosas buenas, me ayudó demasiado a mejorar en lo emocional. Veía a mi hija la que amarraron y lloraba demasiado, pero luego de participar en los grupos y talleres me siento libre, sana y ya veo a mi hija y lo que me da es mucha alegría, todas mis heridas han sanado y ya perdoné a las personas que me hicieron sufrir..."¹⁸

McNamee y Gergen (1996)¹⁹ proponen las siguientes premisas que permiten comprender el papel del lenguaje en la construcción de significado:


- a) "Los sistemas humanos son al mismo tiempo generadores de lenguaje y generadores de significado". En este sentido, los sistemas humanos son sistemas lingüísticos.
- b) "El significado y la comprensión se construyen socialmente. No accedemos al significado ni a la comprensión si no tenemos acción comunicativa". Entonces, es importante la comunicación y el intercambio dialógico.
- c) "El papel del profesional es el de un artista de la conversación...". El profesional facilita y participa de la conversación²⁰.
- d) "Los problemas existen en el lenguaje y los problemas son propios del

¹⁷ Ramos (2001). Narrativas contadas, narraciones vividas: un enfoque sistémico de la terapia narrativa. Barcelona: Editorial Paidós. Pág. 39

¹⁸ Unidad para las Víctimas. Tomado el 5 de junio de 2017 de: <http://www.unidadvictimas.gov.co/es/reparacion/1624-victimas-se-beneficiaron-de-la-estrategia-de-recuperacion-emocional-en-el-bajo-cauca>

¹⁹ McNamee, S. y Gergen, K. (1996) La terapia como construcción social. Editorial Paidós. Barcelona-España. Pág. 47 y 48.

²⁰ Toro Rolando. Biodanza. Tomado el 30 de mayo de 2017. De: <http://www.planetaholístico.com.ar/BiodanzaSistema.htm>

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 23 de 109 |

contexto narrativo del que derivan su significado”.

e) “El cambio en el proceso de interacción es la creación dialogal de la nueva narración y, por lo tanto, la apertura de la oportunidad de una nueva mediación”

Teniendo en cuenta lo anterior, podemos concluir que la narrativa no sólo nos permite comprender la construcción que los y las sobrevivientes tienen del hecho de violencia, sino que también desde la narrativa se pueden generar y promover posibilidades de cambio, se puede pensar en nuevas formas de relacionarse y comprender y significar su proyecto de vida.

3.6.2. Performativo

Otra de las herramientas metodológicas que consideramos fundamental para intervención en la estrategia son las técnicas corporales. El cuerpo resulta ser un elemento fundamental en el que confluye lo simbólico, lo cultural, lo


transgeneracional y lo subjetivo, el cuerpo concebido como forma de lenguaje se incorpora en el desarrollo de la estrategia como lugar de simbolización, de resignificación de lo ocurrido en el marco del conflicto armado, en ese sentido el cuerpo habla como lenguaje, como expresión que completa la palabra.

Así el cuerpo toma su lugar y se incorporan diversas técnicas de trabajo corporal y emocional, que tiene como principal eje la música y el impacto simbólico que tiene en el ser humano, en palabras de Toro el cuerpo es concebido como “un sistema de integración humana, renovación orgánica y reaprendizaje de funciones originarias de vida. Promoviendo vivencias integradoras a través de la danza, del canto, de la música y de ejercicios de comunicación en grupo”²¹.

En ese sentido la integración del cuerpo aporta a la construcción de una nueva forma de vivir, de asumir la vida, desde la aceptación y la complejidad, posibilitando así transformar los modelos mentales de estrés en modelos de vida, de experiencia plena.

3.6.3. Artístico

²¹ Esquivias Serrano María Teresa (2004). “Creatividad: definiciones, antecedentes y aportaciones”. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey, Revista Unam.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 24 de 109 |

La vivencia personal se despierta los procesos creativos como aquello que hace ruptura con la masificación del pensamiento y la cultura actual. El proceso creativo en lo grupal propone entonces la necesidad de ver la creatividad como un sistema social en el que interactúan los sujetos, la familia, lo grupal y lo societal, es decir que el acto creativo está estrechamente vinculado con el contexto social y cultural en el que el sujeto potencia y desarrolla sus capacidades y habilidades.


Es así como en el marco de los dispositivos de poder planteados por Foucault, familia, escuela y estado, la creatividad es limitada, estos dispositivos de reproducción y repetición de pautas sociales tienen como una de sus agendas ocultas la instrumentalización de la creatividad y el direccionamiento de esta hacia esquemas socialmente aceptados; en ese sentido tanto el arte, como la música y la danza ha estado en espacios de poder liderados por "expertos" que definen lo que es o no es, en ese sentido la re conceptualización y redefinición del arte en la vía de concebir que todos podemos hacer arte, permite la democratización del conocimiento y la necesidad de horizontalizar la relación entre las disciplinas científicas y sociales y los sujetos del cotidiano.

En este contexto la creatividad relacionada con lo artístico resulta ser un concepto más fundamental como método de la estrategia, como lo menciona Esquivias" la creatividad alude a uno de los procesos cognitivos más sofisticado del ser humano, todo apunta a que se encuentra influida por una amplia gama de experiencias evolutivas, sociales y educativas y su manifestación es diversa en un sin número de campos... siendo las constantes en este proceso: la novedad y la aportación... En definitiva, la creatividad no puede ser abordada como un rasgo simple de los seres humanos, es indudable que aspectos como: la mente, los procesos cognitivos que en ésta se llevan a cabo, la personalidad, la motivación, las emociones y el mundo afectivo, juegan un componente singular en este proceso. Por otra parte, todos somos creativos en mayor o en menor medida y lo que es más alentador aún, todos podemos desarrollarla".²²

Finalmente, una de esas formas contraculturales de pensar el arte como una expresión democrática y abierta nos remite necesariamente al dibujo como la forma de sublimación de la experiencia humana, en palabras de Martínez "dibujar es un acto muy complejo de reelaboración y construcción de lo real en símbolos personales vinculados con la experiencia. Es la intención de significar de dar sentido a algo a partir de la materia y de sus cualidades"²³, en ese sentido para las víctimas/sobrevivientes se constituiría el arte como expresión liberadora y creativa que desde nuestra experiencia debemos promover desde la práctica cultural heredada o esperada.

²² Martínez, García, Luisa (2004) "Arte y Símbolo en la Infancia, un cambio de mirada, Editorial Octaedro- EUB, Barcelona

²³ Para el desarrollo técnico de los componentes se retoman algunos elementos de las estrategias Psicosociales de la Unidad para las Víctimas, tanto de la Estrategia de Recuperación Emocional a nivel grupal como de la estrategia de reconstrucción del tejido social Entrelanzando, otorgando una mirada diferencial desde un enfoque de migración.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 25 de 109 |

3.7. COMPONENTES²⁴

3.7.1. Prácticas Sociales (prácticas de país de origen y del nuevo país)

Este componente se centra en la recuperación, fortalecimiento y reconocimiento de las prácticas sociales que posibiliten la convivencia y mejores formas de relacionamiento entre los sobrevivientes del conflicto armado.


Como lo plantea la estrategia Psicosocial Entrelazando "la recuperación de prácticas parte del reconocimiento de qué se ha perdido y cómo se podría volver a incluir en el devenir de una comunidad, qué espacios generaban intercambio, y acercamiento, qué espacios sociales y relacionales tienen sentido para las víctimas y para las comunidades como un escenario relacional que favorezca la convivencia, el encuentro, el intercambio. Pueden ser muchos los ejemplos de estas prácticas sociales, lo importante es que sean social y culturalmente apropiadas, y que respondan a la reparación de los daños causados"²⁵.

Las prácticas sociales remiten a si a esas formas culturalmente compartidas por las personas en un contexto social específico, en este caso las víctimas y sobrevivientes en el exterior contienen unas formas de hacer que traen de su país de origen, llegan con unas formas de ser y estar en el mundo que entran en choque cultural con las prácticas sociales de un nuevo país con usos y costumbres disímiles a los tradicionalmente llevados a cabo. Estas pueden ser desde experiencias de conmemoración importantes, cumpleaños, fechas especiales, pueden transitar a eventos como costumbres tradicionales colectivas como la olla comunitaria, los rituales colectivos relacionados con la espiritualidad, así como círculos de la palabra, charlas o tertulias clásicas que se hacían.

Las prácticas sociales de igual forma se interrelacionan con los imaginarios y representaciones sociales en el sentido de que deben ser "sistemas de acción socialmente estructurados e instituidos en relación con los papeles (tareas)" (Abric, 1994:170), sistemas de acción que en la realidad social deambulan y circulan constantemente. De este modo se articula la representación social con las prácticas sociales de los actores los cuales se generan mutuamente, las representaciones sociales definiendo la visión del mundo que se arraiga al pasado colectivo, a los valores e historia de vida y la

²⁴ Para el desarrollo técnico de los componentes se retoman algunos elementos de las estrategias Psicosociales de la Unidad para las Víctimas, tanto de la Estrategia de Recuperación Emocional a nivel grupal como de la estrategia de reconstrucción del tejido social Entrelazando, otorgando una mirada diferencial desde un enfoque de migración

²⁵ Ver, estrategia de reconstrucción del tejido social entrelazando, pág., 19.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 26 de 109 |

cual permea la práctica social y esta última una mirada desde las condiciones sociales, históricas y materiales que configuran dicha práctica y el nivel de apropiación o internalización de la misma.

Es así que las prácticas sociales contribuyen al restablecimiento de vínculos de confianza entre los sobrevivientes, aportan y fortalecen las redes sociales con los que cuentan las personas fuera del país, configurándose como formas de relacionamiento más horizontales y activando la articulación entre personas, grupos y organizaciones que a través de acciones de manera conjunta contribuyan a la recuperación de prácticas personales, grupales y colectivas que promueven la solidaridad, la afectividad y el trabajo conjunto en los sobrevivientes.


3.8. Redes Sociales (Redes del nuevo país)²⁶

El concepto de Red Social resulta un elemento innovador y contextual para comprender las dinámicas fenomenológicas y hermenéuticas en las víctimas en las víctimas en el exterior que participarán de la estrategia. Posibilita visibilizar la construcción de significados en la interacción grupal, enfatiza en la construcción de relaciones que permiten crear identidad y transforman las vivencias para mitigar el dolor de las víctimas; y finalmente al ser seres en constante diálogo, las formas de relacionamiento se construyen y pueden crear vínculos de soporte y significado que permiten crecer y desarrollarse en un contexto de confianza, soporte y acogimiento.

La red es considerada como un tejido de relaciones que dan a las personas identidad y soporte, según Zlachevsky, (2003), puede ser definida como "un sistema u organización de significados, no se construye en solitario, sino que va "emergiendo" en la convivencia conjunta. Las personas vamos así, ordenando las experiencias vividas, vamos relatándonos mutuamente lo vivido y ordenando los acontecimientos en secuencias temporales, organizadas sobre la base de una coherencia hilvanada a través de la trama invisible que conforma el guion que cada personaje actúa en cada dominio de existencia [...] Por lo general, la historia tiene que ver con otros, se aloja en alguno de los distintos dominios de existencia en el que nos desenvolvemos y, por lo tanto, tiene con esos otros una

²⁶ 26 Apartado tomado y ajustado con enfoque de migración desde las estrategias de recuperación emocional y acompañamiento para la reparación integral en el marco del posconflicto subdirección de reparación individual psicosocial, del año 2017,

ver <https://www.unidadvictimas.gov.co/sites/default/files/documentosbiblioteca/metodologiaaparalasestrategiasdereparacionintegralv1.pdf>, pág. 19.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 27 de 109 |

organización de significados co-construida a lo largo de la vida que es para él, ella o ellos "su realidad"²⁷

Es así como la red social emerge en el campo de la relación social entendida como "Las redes dan cuenta de la manera como se establecen las relaciones sociales, las cuales corresponden a un entramado de acciones, significados y emociones entre sujetos individuales y colectivos."²⁸, la red social posibilita el apoyo grupal, la contención de todos y la construcción del entramado de vínculo necesario para los procesos de recuperación emocional.

La red social está directamente relacionada con la construcción de la identidad, el tránsito propuesto en la estrategia de víctima a sobreviviente permiten identificar como se recorre desde una identidad subjetiva para tejer una identidad de grupo que repercute indisolublemente en una red social. Lo importante es que el énfasis del enfoque de redes en las prácticas y dinámicas comunicativas permite comprender que las redes no están solo constituidas por cadenas de identidades o posiciones, sino por cadenas de narrativas. Esta idea es la que nos lleva a entender los vínculos tejidos dentro y fuera de una red, como "prismas de significado".²⁹


En este punto hay dos conceptos fundamentales que son importantes al momento de leer el tejido de las relaciones a las cuáles se conecta la víctima o el sobreviviente en su contexto significativo inmediato (las relaciones cercanas, como la familia y sus amigos cercanos), y en el entorno que le rodea (barrio, localidad, municipio, ciudad, país). El largo tiempo que ha durado el conflicto armado ha trastocado los vínculos de las víctimas, fragmentado las redes sociales construidas a lo largo de su ciclo vital.

El conflicto armado ha aislado a las personas de sus redes de apoyo social, y ha generado emociones y sensaciones asociadas que fragmentan los recursos sociales de las víctimas, lo que puede producir grandes afectaciones en el reconocimiento y la identidad de sí mismos/as. Por tanto, este concepto otorga la posibilidad de realizar por un lado la apertura hacia un grupo de personas que forman parte del grupo y que están igualmente afectadas; y, por otro lado, les permite proyectarse hacia los otros grupos de los que forma parte en su cotidianidad. La estrategia permite así movilizar y fortalecer las redes sociales de orden primario de los participantes en las mismas, toda vez que

²⁷ Zlachevsky, Ana María (2003). Psicoterapia sistémica centrada en narrativas: una aproximación. Universidad de Chile. Revista Límite Nº 10, 2003. Tomado el 3 de junio de 2017. De: <http://www.dialogosproductivos.net/img/descargas/48/16042009110910.pdf> Pág. 49

²⁸ Perilla Leonor y Zapata Bárbara, (2009) "Redes Sociales, Participación e interacción Social", Revista de Trabajo Social Número 11, 2009, Universidad Nacional de Colombia, pág. 4.

²⁹ Solórzano Ivonne y Jaramillo Jefferson, Análisis de Redes Sociales y perspectiva relacional en Harrison White, Revista de Trabajo Social Número 11, 2009, Universidad Nacional de Colombia. Pág., 8.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 28 de 109 |

puede darse la participación de uno o más miembros de un grupo familiar, así como la cercanía de los participantes pueden materializar la vinculación de amigos, vecinos y en algunos casos compañeros de trabajo.

Antes de iniciar la estrategia, el profesional psicosocial debe dar lectura al **ANEXO 2 LINEAMIENTOS PREVIOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA.**

NOTA: En cada uno de los encuentros de la metodología se enuncian preguntas que contribuyen a los diálogos o conversaciones que intentan abordar el objetivo planteado en los encuentros. El profesional psicosocial No está obligado hacer todas las preguntas que allí se plantean, sino que, de acuerdo con su lectura técnica, podrá hacer uso de algunas de ellas, así mismo podrá incorporar aquellas que considere teniendo en cuenta el enfoque psicosocial y acción sin daño. la metodología es una guía en la implementación de la estrategia, lo que implica que en ocasiones no es seguida al pie de la letra, ya que los profesionales necesitan entender lo que significa la recuperación emocional en el presente de los participantes.

4. DESARROLLO

“nosotros somos como las raíces, vamos creciendo de diferentes formas y en distintos lugares, nacimos en Colombia y seremos de allá, pero Costa Rica nos permitió sobrevivir y aquí nuestras raíces se fortalecieron y hoy sostienen nuestras historias de resiliencia.”

(Rocio, sobreviviente del conflicto armado, 2021)


4.1. ENCUENTRO 1: MI MALETA DE VIAJE

TEMAS: GENERACIÓN DE CONFIANZA Y RECURSOS DE AFRONTAMIENTO:

Objetivo: Generar confianza entre las personas participantes de la Estrategia e identificar fortalezas y recursos de afrontamiento que preparen la emocionalidad para el abordaje de las afectaciones.

Materiales: es importante que el profesional psicosocial revise los materiales con anticipación de acuerdo con las actividades de cada uno de los encuentros y la cantidad de participantes que estarán en dichos espacios. Los materiales que se utilizarán para este primer encuentro son los siguientes:

- ✓ Madeja u ovillo de lana; la cual será utilizada para la realización de la dinámica de la telaraña.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 29 de 109 |

- ✓ Pliegos de papel Foamy de colores para elaborar la maleta de viaje.
- ✓ Agujas medianas y rollos de nylon que serán utilizados por los participantes para coser el papel Foamy y elaborar la maleta de viaje.
- ✓ Escarchas de colores, colbones y/o siliconas pequeñas para poder decorar la maleta de viaje construida.
- ✓ Fichas de cartulina y lápices o colores para escribir y representar las fortalezas.
- ✓ Computador y sonido para ambientar con música en el ejercicio de respiración.
- ✓ Papel Kraff para realizar la actividad de cierre, donde también se utilizarán vinilos o temperas.


Formatos: el profesional psicosocial preparará y utilizará los formatos que han sido debidamente validados y aprobados ante el Sistema Integrado De Gestión de la Unidad para Las Víctimas. Para este encuentro, se utilizarán los siguientes:

- ✓ Formato de listado de asistencia y seguimiento a encuentros (Código: 410.08.15-74, Versión 03)
- ✓ Formato de consentimiento informado (Código: 410.08.15-66, Versión 03)

Formato pre-test el porcentaje que se establezca (Código: 430,08,15-48, Versión 02)

Agenda

| ACTIVIDAD | DURACIÓN |
|---|-----------------|
| Momento 1: Encuadre y Pretest | 40 minutos |
| Momento 2: Dinámica de presentación la telaraña | 40 minutos |
| Momento 3: Mi maleta de viaje | 60 minutos |
| Momento 4: Respiración Consciente | 20 minutos |
| Momento 5: Actividad de Cierre | 20 minutos |

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 30 de 109 |

Momento 1: Encuadre y pre-test (40 minutos)

Inicialmente el profesional psicosocial se presentará indicando su nombre y mencionando el respectivo convenio o articulación existente entre la Unidad Para Las Víctimas y el nombre del operador o del cooperante correspondiente si es el caso.

Posteriormente, iniciará la conversación con **algunas** de las siguientes preguntas:

¿Saben ustedes porque fueron convocados a este espacio?

¿Saben ustedes que es la ley 1448 del 2011?

¿Conocen la Unidad Para Las Víctimas?

¿Saben ustedes que es el Registro Único de Víctimas?

¿Saben que son las medidas de reparación integral?


¿Saben cuáles son los canales que tienen las víctimas que se encuentran en el exterior para poder informarse sobre sus procesos de reparación?

El/la profesional psicosocial, proporcionará las respuestas a las anteriores preguntas, teniendo como base el documento **ANEXO 3: GENERALIDADES DE LA REPARACIÓN INTEGRAL**.

Posteriormente, mencionará, las medidas de reparación integral que contempla la ley 1448 del 2011, haciendo énfasis en la medida de rehabilitación psicosocial. De esta manera se explicará que la Estrategia De Recuperación Emocional a víctimas en el exterior Raíces, hace parte de las medidas de rehabilitación psicosocial y satisfacción.

Se dará a conocer que la asistencia a estos encuentros grupales es un proceso libre, voluntario, que da respuesta a la autonomía y a la necesidad de contar con espacio integral, digno y humano para su recuperación, se hará énfasis en que esto es un derecho que ellos tienen por haber sido víctimas del conflicto armado y que es un deber del estado brindarles las medidas de Rehabilitación psicosocial y satisfacción, que se realiza a través de esta estrategia.

Continuando con el encuadre, el profesional comentará a los participantes que *los encuentros grupales son un espacio colaborativo que les pertenece a ellos/as que estará conformado por colombianos y colombianas que fueron víctimas del conflicto armado y que, debido a las diversas situaciones, se encuentran residiendo en este País. Estos encuentros están orientados a que entre todos podamos ver cómo va cambiando y transformándose la afectación o el daño emocional que*

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 31 de 109 |

dejaron los hechos que vivimos en el conflicto armado, ese proceso busca ayudar de manera individual a cada uno, al grupo y a las personas cercanas a ustedes.

Se socializará que la Estrategia, tendrá una duración de 9 encuentros, 1 vez cada 8 días, con una duración de tres horas. Es importante respetar la periodicidad de los encuentros, este es un proceso de cuidado personal, de recuperación emocional, de manera que si usted pensará en un tratamiento odontológico de conducto de una muela no pretendería seguramente que éste fuera desarrollado con una intensidad menor a la que su cavidad bucal puede soportar. La mente y la emoción requieren cuidado, el proceso entonces no puede ni debe atropellarse en los tiempos y en el proceso que cada persona adelanta.


Se explicará que el proceso se desarrolla en el marco de un grupo cerrado, lo cual consiste en que se trabajará con los participantes que iniciaron el primer encuentro hasta el último, y no se incluirán nuevas personas para que todas puedan tener la oportunidad de vivenciar todo el proceso desde el inicio. Además, se conversará sobre la construcción de un espacio de privacidad y confidencialidad que permitirá hablar tranquilamente de las emociones y pensamientos sin que esta información sea llevada a otros lugares.

Es importante explicar que podrá ocurrir que algún encuentro sea acompañado por otros profesionales (por ejemplo, profesionales psicosociales de la unidad Para las Víctimas de Colombia) con el fin de apoyar el proceso de recuperación emocional del grupo (esta orientación debe hacer parte del encuadre, toda vez que va a facilitar la aceptación del grupo de la observación de terceros, entre ellos los profesionales que hacen seguimiento y apoyo al desarrollo de habilidades durante los encuentros).

Se hablará de la Participación Activa que puede asumir cada persona en el desarrollo de los encuentros, dándoles a conocer que los encuentros grupales son un espacio construido desde y para todos, de forma, que se hace deseable que todos se involucren en la realización de actividades y expresiones de sus opiniones y emociones.

Después de compartir de qué se trata la estrategia y lo que se espera que suceda en ella, se le pide a los y las participantes si pudieran compartir: ¿qué de lo que acabo de escuchar le parece importante? y ¿qué hizo que dejara todas las múltiples cosas que tengo que hacer y decidiera venir a este primer encuentro? en este punto él/la profesional psicosocial escucha y valida todas las respuestas, desde curiosidad, o porque me llamaron, o porque quiero ver que van a dar, etc., y al final del encuentro, para recoger la valía del encuentro del día retomará esta pregunta.

Se creará un espacio en el que se realizarán acuerdos sobre la manera en que funcionarán los encuentros grupales. Para favorecer el diálogo y la construcción de los acuerdos del grupo se invita a compartir ¿Qué les pediría a los demás participantes que hicieran para que nos podamos sentir cómodos y en confianza? ¿Qué le pediría al profesional psicosocial para cuidar mi propio proceso

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 32 de 109 |

de recuperación?, cuáles serían los acuerdos frente a la puntualidad, lugar del encuentro, hora, entre otras.

De igual forma se acordará con el grupo que todo el material construido individual y colectivamente sea guardado por el profesional psicosocial, pues será utilizado en algunos encuentros y al finalizar los mismos será devuelto a las víctimas como una forma de recordar su vivencia en la estrategia.

Como en este espacio se ha ratificado por parte de las personas su deseo de participación en la estrategia, el profesional entregará el "Consentimiento Informado" el cual debe ser leído y explicado por el profesional al grupo. Este formato hace parte de los documentos que deben ser diligenciados de manera conjunta por parte del profesional psicosocial y las víctimas, y debe ser registrado en el sistema de monitoreo y seguimiento MAARIV que ha dispuesto la Unidad para las víctimas para tal fin. Lo anterior también en coherencia con lo establecido en el Sistema Integrado de Gestión – SIG.


Posterior al consentimiento informado, se le mencionará al grupo que, con el fin de establecer el impacto de la estrategia, se aplicará una encuesta en el primer y en el noveno encuentro. El profesional hará claridad que, en esta encuesta, no hay respuestas buenas o malas, solo se quiere conocer lo que las personas piensan en este momento. Se les hace entrega a las personas del formato pre-test, se deja un espacio para que contesten. El profesional deberá estar atento por si surgen dudas frente al ejercicio.

Nota: es normal que las personas en este primer espacio expresen su malestar y desconfianza ante el Estado, a lo que el/la profesional deberá escuchar atentamente y validar lo que manifiestan los participantes y reiterar la intención que tiene la Unidad para Las Víctimas de cumplir y avanzar con lo encomendado por la ley 1448 del 2011.

Momento 2: Dinámica de presentación "la telaraña" (40 minutos)

Para esta actividad se utiliza un ovillo de lana (mínimamente del tamaño de una naranja). Se organiza a los participantes en un círculo. Para comenzar con el desarrollo de la técnica, uno de los participantes agarra la punta del ovillo y lo arroja a otra persona, pero mientras lo hace debe mencionar en voz alta su nombre, cómo le gustaría que le llamáramos en este espacio (si tiene algún apodo) y ¿De qué parte de Colombia viene?

La persona que recibe el ovillo de lana debe lanzarla a otra persona respondiendo a las mismas preguntas, hasta que todos los participantes concluyan su presentación. A medida que se va arrojando el ovillo, se forma una especie de telaraña por los cruces que se forman con la lana. Una vez, se han presentado todas las personas, el profesional psicosocial invitará a los participantes a reflexionar sobre lo siguiente:

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 33 de 109 |

¿De qué nos damos cuenta al observar esta imagen? ¿Qué les dice esta imagen que construimos con la lana, sobre el proceso de recuperación emocional, que vamos a vivir juntos? ¿Qué pasa si alguno de nosotros suelta el tejido?, el profesional psicosocial realizara reflexiones en torno a lo simbólico del tejido, a como se está creando un vínculo de apoyo entre todos y todas y como se genera apoyo entre el grupo.

Para recogerla se sugiere continuar con el mismo procedimiento y orden que al inicio del tejido, con la diferencia de que en esta oportunidad la persona que empieza el tejido es la última persona que agarró el ovillo de lana, la cual debe arrojarlo a la persona que anteriormente le lanzó y mientras lo hace compartirá con el grupo una fortaleza o habilidad que tenga y así sucesivamente irán respondiendo a esta pregunta mientras se recoge completamente la lana. Al final el profesional podría cerrar este momento utilizando la metáfora de lo que se tejió entre ellos utilizando la lana como pretexto, puede preguntar, por ejemplo, ¿para qué nos va a servir este tejido? ¿Qué podemos decir frente a las cualidades y fortalezas que cada uno mencionó?

Momento 3: Mi Maleta de Viaje (60 minutos)


Para el inicio del ejercicio el profesional psicosocial, retoma lo dialogado en el ejercicio anterior sobre las fortalezas y las cualidades reforzando con la explicación de lo que significan las fortalezas personales, *las fortalezas son esas cualidades o características que representan rasgos positivos de nuestra personalidad, es decir son esas virtudes que nos han ayudado a sobrellevar y reponernos de momentos difíciles por los que hemos tenido que atravesar durante el transcurso de nuestra vida, estas fortalezas personales nos brindan recursos para reponernos de dichos momentos difíciles. De igual forma, son esas cualidades que nos hacen seres únicos y que nos diferencian de los demás, hacen referencia a lo que consideramos que sabemos hacer bien y que por eso sobresalimos.*

El profesional indica, al grupo que piensen en las fortalezas que más sobresalen en su ser y que consideran son las más importantes que le han permitido convertirse en la persona que son hoy día (se deja un espacio para que las personas piensen en estos recursos).

Para ayudar en dicha identificación el profesional puede realizar las siguientes preguntas; ¿Qué fortalezas tengo que me hacen un ser único? ¿En qué considero que soy bueno? ¿Qué fortalezas tengo que me han ayudado a resistir los momentos tristes de mi vida?,

Una vez hayan realizado el listado de estas fortalezas/cualidades, utilizando otra ficha, las vamos a representar con algún dibujo, pintura o cualquier otra forma con la que desee representar cada una.

Posterior a la identificación de las fortalezas y la representación de las mismas vamos a proceder a crear el maletín de nuestra vida, para ello primero se debe hacer una pregunta ¿qué significado tiene la maleta de viaje en nuestras vidas? y ¿qué significado tendrá la maleta de nuestra vida?

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 34 de 109 |

¿Qué significa la maleta de viaje?

El profesional podría mencionar: *Durante el transcurso de nuestras vidas hacemos miles de maletas, una para cada día; si recordamos un poco cuando estábamos en el colegio poníamos en nuestro maletín los cuadernos y la lonchera, a medida que fuimos creciendo eran otro tipo de cosas que poníamos en nuestro equipaje, cuando entramos a nuestro primer trabajo, tal vez el almuerzo, las llaves de la casa, y cuando hacíamos un paseo nos esforzábamos en empacar todo aquello que más íbamos a usar en nuestro viaje, el vestido de baño, ropa. La maleta ha sido uno de los elementos más importantes en la cotidianidad del transcurso de nuestras vidas, sin embargo hay una aún más importante a la que no le dedicamos el suficiente tiempo, ni la suficiente atención, y es la maleta de nuestra vida, aquella que llevamos construyendo desde que nacemos, está que nos ha ayudado a emprender el viaje de vivir, que descuidamos y no le damos ese valor importante que se merece, por ello aquí en este espacio vamos a retomar esas maletas de vida y vamos a materializarla.*

El profesional psicosocial invitará a los asistentes a elaborar su maleta de viaje, esta será construida al gusto de cada uno y en ella representará su sello personal en su decoración todo lo que consideran vital. Una vez la han construido, se le indica al grupo que las fortalezas que hemos identificado que nos hacen lo que somos hoy día es lo primero que debería tener nuestra maleta, es la que nos ayuda en los diferentes

trayectos del viaje cuando parece haber mal tiempo, en esos lugares oscuros, donde llueve. Estas fortalezas son nuestro botiquín y nuestra guía, para sobre llevar este viaje llamado vida.


Posterior a esta reflexión, se les invita a los participantes que dejen sus maletas en el centro del círculo. Luego se les invitará a que socialicen los símbolos (que ya han sido construidos previamente) los cuales representan sus habilidades y fortalezas y la razón de ponerlos allí. Poco a poco cada participante ira socializando sus fortalezas y simbólicamente las pondrá en su propia maleta así hasta que todos participen.

Todas las maletas de los participantes del grupo quedarán en el centro, hasta que termine el ejercicio de respiración que sigue a continuación.

Momento 4: Respiración consiente (20 minutos)

El manejo de la respiración aun cuando es la práctica más sencilla para la autorregulación es difícil de habituar, porque requiere gran toma de conciencia del estado corporal y de las consecuencias que las respuestas emocionales generan a nivel fisiológico. Hacer estos ejercicios exige del profesional psicosocial un entrenamiento previo a los encuentros con las víctimas, de manera que pueda estar totalmente consciente de lo que debe orientar en el grupo de participantes.

Algunas recomendaciones para la implementación del ejercicio:

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 35 de 109 |

Mencione la importancia de la respiración, como proceso vital de los seres humanos y forma de autorregulación física y emocional, haga referencia al uso de la respiración consciente como una práctica cotidiana, y genera un ambiente en el que los participantes reconozcan la importancia de realizar de manera constante y sistemática los ejercicios de respiración.

Como profesional psicosocial puede sugerir que los participantes cierren sus ojos para lograr una mayor conexión con la respiración, debe también aclararles que las personas que no se sientan cómodos con cerrar los ojos los puedan hacer de manera consciente con los ojos abiertos. Recuerde no presionar ni forzar a ninguna víctima a realizar el ejercicio si no lo desea.


Anime a las personas para que hagan el ejercicio; use un lenguaje simple y sirva de modelo en la explicación del mismo y del mecanismo fisiológico que subyace en él.

Emplee ejercicios de toma de conciencia a nivel corporal para que las víctimas perciban las partes de su cuerpo involucradas en el proceso de su respiración y este ejercicio lo puedan hacer de manera consciente.

Explique que a lo largo de la jornada desarrollaremos ejercicios de conciencia plena por medio de la respiración, la respiración como la aprendimos es una forma de manejar mejor las situaciones y de autorregularnos.

Primera respiración:

- El profesional psicosocial pedirá a los y las sobrevivientes que se pongan de pie.
- Recomendará de forma pausada que la respiración sea abdominal, es decir que con la inspiración del aire la persona llene el espacio abdominal que facilita el movimiento del diafragma, músculo necesario para la activación de los órganos vitales protegidos por la caja torácica. Es clave que el profesional psicosocial haga el ejercicio y muestre su abdomen lleno de aire, antes de pedir a los participantes que lo repitan.
- Emplee términos que faciliten la integración entre el lenguaje, el ejercicio fisiológico y la disposición corporal, de modo que exista coherencia en la instrucción impartida para su realización.
- Enfatique en que las personas tengan muy puestos los pies sobre la tierra, para generar arraigo en el ejercicio de respiración. Invítelos a sentir el contacto que están realizando con el suelo en el que se encuentran como grupo.
- Realice una primera respiración todos en grupo con la explicación dada previamente, luego invítelos a realizar 5 respiraciones profundas. Al finalizar la respiración; el profesional psicosocial, recordará que teniendo en cuenta que la maleta se va a necesitar en otros momentos y tratando de garantizar que no se olvide por parte de las personas, él se hará cargo de ellas y de las construcciones que se lleven a cabo durante los encuentros Finalmente, invita a que cada uno recoja su maleta y la deje encima de una mesa.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 36 de 109 |

Momento 5: Actividad de cierre (20 minutos)

Finalmente, en la actividad de cierre, el profesional psicosocial pedirá a cada persona hacer un dibujo de la silueta de la mano en un papel, decorarla y escribir adentro ¿Cuál es su aporte para el desarrollo de los encuentros? ¿Cómo me comprometo con este grupo y mi proceso?, lo cual será considerado como sus huellas en el grupo.

Cuando cada persona termine de escribir su huella, la leerá al resto del grupo y la pegará en un mural (pliego de papel en el que ubicarán las huellas formando alguna figura), integrándose de esta manera su aporte con el de las demás personas. Esta huella de voluntades para el grupo permanecerá en el espacio como símbolo de compromiso.

Finalmente se efectuará la firma de los participantes en los listados de asistencia. Frente a lo anterior, el profesional será autónomo en los próximos encuentros para firmar en el momento inicial o en el momento final del encuentro.

4.2. ENCUENTRO 2 SIMBOLIZAR PARA ACOGER EL SUFRIMIENTO TEMAS: AFECTACIONES DE LOS HECHOS VICTIMIZANTES


Objetivo: Reconocer la experiencia emocional de los y las sobrevivientes producto de las afectaciones psicosociales derivadas de los hechos de violencia, posibilitando la representación del dolor.

Materiales: es importante que el profesional psicosocial revise los materiales con anticipación de acuerdo con las actividades de cada uno de los encuentros y la cantidad de participantes que estarán en dichos espacios. Los materiales que se utilizarán para este segundo encuentro son los siguientes:


- ✓ Computador y sonido para ambientar las actividades de respiración.
- ✓ Hojas blancas, colores y marcadores para elaborar el dibujo en la actividad de simbolización.

Formatos: el profesional psicosocial preparará y utilizará los formatos que han sido debidamente validados y aprobados ante el Sistema Integrado De Gestión de la Unidad para Las Víctimas. Para este encuentro, se utilizarán los siguientes:

- ✓ Formato de consentimiento informado (si aplica) (Código: 410.08.15-66, Versión 03)

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 37 de 109 |

- ✓ Formato de listado de asistencia. (Código: 410.08.15-74, Versión 03)

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 38 de 109 |

Agenda

| ACTIVIDAD | DURACIÓN |
|--|------------|
| Momento 1: Bienvenida y reencuadre. | 30 minutos |
| Momento 2: Reconocimiento de tensiones | 40 minutos |
| Momento 3: Simbolizar para acoger el sufrimiento | 90 minutos |
| Momento 4: Cierre, esto es un abrazo | 20 minutos |

Momento 1: Bienvenida y reencuadre (30 minutos)

Se dará la bienvenida al encuentro y se reconocerán las características que hayan podido observar respecto a este grupo particular.


Posteriormente el profesional psicosocial, identificará si hay personas nuevas que se integran a este grupo, realizando la respectiva presentación y contextualización; para ello podría apoyarse en los demás participantes y que sean ellos contando lo vivenciado en el primer encuentro.

Nota: para las personas nuevas que ingresen, al finalizar el encuentro se les entregará los materiales y se le explicará que deberán construir la maleta de las habilidades y fortalezas, esta es una tarea que deben realizar en casa y para que se presenten en el

3 encuentro con su maleta (para un mayor entendimiento, se les mostrará a las personas las que ya elaboraron los demás participantes). Además, para las personas que hagan su ingreso en este encuentro, se les explicará lo referente al consentimiento informado con el formato correspondiente.

Momento 2: Reconocimiento de tensiones (40 minutos)

Para el inicio del ejercicio él/la profesional pedirá a los y las participantes que se ubiquen en una posición cómoda (puede ser en una colchoneta o en la silla del espacio grupal), si están en una colchoneta, deben acostarse boca arriba, con los brazos extendidos cómodamente a los lados, las palmas de la mano deben estar orientadas hacia arriba, las piernas estiradas, con los pies ligeramente abiertos, con una disposición para relajarse; si están sentados en la silla, deben poner la planta de los pies sobre el piso, las manos sobre los muslos de las piernas, y con las palmas de las manos hacia abajo, se le pedirá que cierren lentamente los ojos, o si eso es incómodo, pueden

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 39 de 109 |

mantener los ojos abiertos mirando hacia un punto en el horizonte, como se sientan más cómodos y seguros. Se le invitará a sentir la respiración, sintiendo como entra y sale el aire por

las fosas nasales, reconociendo cómo se encuentra el ritmo de la respiración, si esta lenta o acelerada.

Se les invitará a tomar conciencia de su postura...a percibir como se encuentra el

cuerpo...a percibir conscientemente cómo es el lugar en que se encuentran a identificar todos los sonidos que pueda haber en el ambiente. Llevándolos a reconocer que ese ruido está fuera de sí mismos, y que ahora adentro solo hay silencio, tranquilidad, mientras siguen el movimiento y el sonido de su propia respiración.

El/la profesional les dirá durante el desarrollo: "A partir de este instante vamos a visualizar nuestro cuerpo", vamos a iniciar un recorrido llevando el aire desde los pies a la cabeza, él/la profesional irá nombrando las partes del cuerpo de manera lenta y pausada: por ejemplo, "vamos a seguir respirando lenta, pausada y profundamente, vamos sintiendo como el aire entra a nuestros pulmones, y va llegando a todo nuestro cuerpo, va a los pies, los tobillos, la pantorrilla, los gemelos, los muslos, los genitales, nuestros órganos internos, el sistema digestivo, el sistema respiratorio, la circulación, sintamos como el aire llega a toda nuestra zona abdominal, luego la espalda, el pecho, los hombros, el cuello, la cara, la cabeza, cada una de las partes de nuestra cabeza ... "


Después de hacer todo este recorrido por el cuerpo, vamos a detenernos en aquellos lugares, donde se ha almacenado la tensión acumulada por los hechos del conflicto armado, el profesional psicosocial podrá hacer **algunas** de las siguientes preguntas ¿en qué lugar del cuerpo está instalado ese dolor, ese sufrimiento? vamos a sentir y a escuchar como nuestro cuerpo nos cuenta ¿dónde ha guardado ese dolor durante estos años?, ¿es en el estómago? ¿Lo hemos guardado en la cabeza? ¿Lo hemos guardado en el corazón?

¿En el cuello y la espalda? cada quien va escuchando y reconociendo las partes de su cuerpo que le hablan de los dolores del conflicto que quedaron instalados y acumulados.

Luego vamos a imaginar que pintamos de color rojo las partes de nuestro cuerpo que han guardado ese sufrimiento y vamos a reconocer las partes donde no está presente esa tensión, ni ese dolor, y vamos a imaginar que las pintamos de color azul. Vamos a volver a hacer todo el recorrido de los pies a la cabeza pintando de esos dos colores las partes de nuestro cuerpo, siguiendo con nuestra respiración lenta, pausada, profunda....recorreremos la cabeza....el cuello....los hombros.....Los brazos. el

tronco.....la cadera las piernas.

Ahora cada vez que tomemos aire...imaginamos que es una luz violeta brillante y luminosa (recordamos a los participantes el color morado intenso que hay en algunas flores, o les pedimos

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 40 de 109 |

visualizar un color rosado suave y luminoso si les parece más cómodo, también como el color de las rosas) que va rodeando todo nuestro cuerpo, por dentro y por fuera y va llegando ese color violeta en especial, a las partes de nuestro cuerpo dónde está el color rojo. Inhalamos aire de color violeta y exhalamos aire de color violeta, para que este aire circule por todo su cuerpo y ayude a que esos dolores y tensiones vayan soltándose del cuerpo, Vamos sintiendo como cada vez que respiramos aire de color violeta se van aflojando y soltando esas tensiones.... El color violeta va difuminando el color rojo, respiramos ese aire, llevándolo a los lugares de nuestro cuerpo que aún tienen algo de rojo y deje que el color violeta se mezcle y difumine el rojo, ayudando a liberar y soltar esa parte de nuestro cuerpo de esas tensiones y dolores.... Sentimos como con cada respiración el cuerpo se suelta y relaja más y la luz violeta disuelve todas las tensiones que había en él, hasta que nos sentimos más y más relajados...más sueltos...más descansados, más livianos. Mientras respiramos más nos relajamos.....nos relajamos..... estamos relajados, con cada respiración más y más relajados. más y más descansados.

Al mismo tiempo que observamos nuestra respiración tomamos conciencia y nos damos cuenta de nuestro cuerpo, y volvemos a hacer el recorrido de los pies a la cabeza reconociendo como se ha transformado la sensación de tensión o dolor en cada parte de nuestro cuerpo... los brazos poco a poco van sintiéndose más relajados, el tronco, las piernas, nuestra cara y cabeza, liberando y soltando el dolor que había guardado en nuestros cuerpos. Respiramos violeta y la tensión se va...nos abandona...cada vez nos sentimos mejor y mejor Vamos a ir tomando más y más conciencia de las zonas de

nuestro cuerpo y ahora nos damos cuenta cómo se siente nuestro cuerpo:


Llevamos la atención a nuestra cabeza, observamos su peso y su volumen, el lugar que ocupa en el espacio...

Tomamos conciencia de este estado de relajación, de liberación, de haber soltado esos dolores acumulados, y notamos como nuestro cuerpo se siente aquí y ahora, descansando relajado, muy relajado, observamos este estado de conciencia tranquilos, en calma, en que nuestro pensamiento, nuestro cuerpo y nuestras emociones están en paz, en armonía, recordamos que podemos volver a él, cuando lo deseemos podemos volver a un estado de conciencia tranquilo y en calma cuantas

veces lo necesitemos al recordar este momento.

Ahora que nos sentimos tranquilos, regresamos a este lugar, tomando conciencia del contacto de nuestro cuerpo con la ropa, con la silla donde estamos sentados o el piso dónde estamos acostados, movemos lentamente los dedos de las manos, pies, para regresar aquí y ahora. Cuando sintamos que es adecuado abrir los ojos podemos

hacerlo y lentamente movemos nuestro cuerpo y nos ubicamos en el círculo en silencio

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 41 de 109 |

y con la calma que hemos logrado.

Momento 3: Simbolizar para acoger el sufrimiento (90 minutos)

Para dar inicio a la actividad él/la profesional le dirá al grupo:, "sabemos que todos tenemos algo en común y en Colombia vivimos eventos que nos cambiaron la vida, vivimos violencias que nos marcaron y dejaron huellas en nuestras vidas, esto que sucedió no debió haber sucedido jamás, y en este momento los invitamos a seguir sanando y curando las heridas que esto nos ha dejado" cada herida es única, y particular, es la propia herida, la propia huella, el propio dolor, por eso es importante que cada uno durante este ejercicio se tome el tiempo para poder identificarla y sanar.


Seguramente después de todo lo que hemos vivido y hecho para seguir adelante con la vida, hay dolores y heridas que ya hemos sido capaces de curar, de sanar, pero tal vez hay otras que aún están ahí haciendo daño. No se trata de olvidar ni de que no nos duela, porque la violencia que vivimos no se puede ni se debe olvidar, ni tampoco dejará de doler, pero puede que ese dolor se transforme en un dolor que me de fuerza, valía, capacidad y no en un dolor que me limite en mi vida.

Para eso, él/la profesional entregará a cada participante una hoja de papel y dispondrá para todos materiales para dibujar, cortar y pegar.

Y continuará con la indicación: Después de sacar la tensión del cuerpo, vamos a pensar en el sufrimiento que nos causaron los eventos de violencia, pensemos: ¿qué fue lo que esos hechos generaron en mí?, ¿en mi vida?, ¿en mi familia?, ¿en mis sueños? ¿Qué cambió en mí?, ¿qué es lo que todavía, me hace daño? ¿Qué forma tiene ese dolor que todavía me hace daño? si eso que todavía me hace daño y se pudiera ver a través de un color, ¿qué color tiene? (se permite un espacio para que las personas puedan pensar en estas preguntas) ¿de qué tamaño es? ¿A qué se parece? Luego se invita a los y las participantes a dibujar como ven ellos lo que todavía hace daño, ese sufrimiento que ha estado quizás callado por muchos años.

El/la profesional puede seguir acompañando el dibujo acercándose a cada participante y ayudándolo a identificar lo que todavía le hace daño a partir de pequeños diálogos sobre lo que la persona está dibujando.

Una vez que el profesional se ha acercado a escuchar un poco a cada persona puede señalar al grupo cosas que le hayan parecido importantes y que podrían ayudar a los demás con su dibujo. Así mismo, desde su propia experiencia en el acompañamiento a víctimas puede decir señalamientos como: "quizás ese sufrimiento lo puede expresar a través de un color", "algunas personas lo han expresado a través de rayones en la hoja" "algunas personas han representado ese sufrimiento con varias figuras, o con un símbolo, "quizás muchos han tenido que contar su historia muchas veces, la historia

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 42 de 109 |

de los hechos, pero la historia de su sufrimiento puede no haber sido suficientemente contada, ni suficientemente escuchada”

En aquellos casos en que alguna persona no quiera dibujar, trazar o pegar en el papel, no porque se considere sin habilidades artísticas, sino porque considera que el símbolo no le va a permitir realizar esta representación, el profesional podrá acercarse y a través de la conversación y facilitar que la persona pueda reconocer lo que todavía le hace daño y reconocer ese daño como sería, si en vez de representarlo en un dibujo se representa a través la palabra.


En algunos grupos se puede presentar que haya personas que decidan no hacer dibujos, ni letras, ni rayones, ni ninguna otra representación gráfica de su sufrimiento, si esto sucede, el profesional psicosocial debe saber que también es válido que la hoja quede en blanco, “una hoja en blanco también es una representación del sufrimiento” el hecho de que la persona no dibuje, no quiere decir que no esté participando y realizando un proceso de diálogo interno sobre lo que está pensando y sintiendo mientras está en este encuentro. Para el momento de la plenaria, el profesional psicosocial podrá integrar a esta persona, diciéndole que se respeta que haya tomado la decisión de no dibujar, y le pregunta si hay algo que quisiera compartir con el grupo.

Nota: No se debe suponer que las personas con hemiplejías o amputaciones en sus miembros superiores no pueden representar sus emociones a través del dibujo, el profesional debe preguntar siempre: ¿cómo quiere hacerlo? Tampoco hay que dejarse llevar por la idea que a las personas mayores o personas que no han tenido educación formal, no les gusta dibujar (hacer trazos, collages o dibujos), si se sienten respetadas y acogidas, lo harán.

Al finalizar el dibujo y con el fin de que la representación del sufrimiento pueda ser narrado, el profesional psicosocial invitará a las personas a organizarse por parejas, y les pedirá que compartan su dibujo, deja un tiempo de 10 min para que las personas conversen libremente sobre lo que quieran compartir y luego puede pedirles que conversen sobre **algunas** de las siguientes preguntas:

¿Qué quieren compartir de lo que significa su dibujo?; ¿Si ese dibujo que realizaron pudiera hablar qué diría? /O ¿si esa hoja en blanco pudiera hablar qué diría?; ¿Qué diría ese dibujo, sobre el daño que el sufrimiento ha generado en sus vidas?; ¿Qué emociones surgieron mientras realizaban el dibujo, o ahora que lo comparten? ¿Qué se dan cuenta que han sido capaces de hacer para sobreponerse al sufrimiento? si le pudieran agregar algo al dibujo después de ver cómo han logrado sobreponerse, ¿qué le agregaría? (los que quieran pueden agregar a su dibujo esta nueva representación). Luego de escuchar al compañero/a ¿qué nombre le regalaría a su dibujo? No intervenga el dibujo, sólo dígame el nombre. Al escucharse y escuchar el nombre que le regalaron, ¿qué nombre le pondría a su dibujo? Escríbalo por favor.

Luego ya en plenaria el profesional psicosocial, retoma con el grupo el diálogo y puede a partir de las siguientes preguntas favorecer la conversación:

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 43 de 109 |

¿Qué nuevas ideas surgieron mientras realizaron el dibujo?; o al conversar con su pareja ¿de qué se dieron cuenta?

¿Qué sienten al escuchar las vivencias de lo que otras personas están compartiendo?

¿Qué elementos comunes podemos encontrar al escucharnos?

Nota: Recuerde que este dibujo / trazo / rayón / es una forma de representación del daño que ha dejado el conflicto armado en la vida de las personas, en este sentido, la responsabilidad del/la profesional psicosocial durante este diálogo es favorecer la reflexión sobre el dibujo realizado, manteniendo la conversación de los y las participantes de manera que puedan poner en palabras o si no lo quieren compartir, en pensamientos, las ideas que surgen sobre la elaboración de la experiencia. Es importante que él/la profesional psicosocial favorezca que el grupo reconozca la diferencia de ideas, opiniones, valide y contenga las emociones.

Es frecuente que después de hacer el dibujo y al momento de pasar a compartirlo, a las personas se les forme un nudo en la garganta que hace que les sea difícil hablar, y esta emoción muchas veces se contagia y empiezan todas las personas del grupo a sentir el mismo nudo en la garganta, es frecuente que se presente llanto y también son frecuentes las emociones de rabia. Si se evidencia en el grupo que esta situación está pasando el profesional psicosocial podrá proponer un pequeño ejercicio para ayudar al grupo a soltar "ese nudo en la garganta", es importante que lo haga todo el grupo y no solo la persona a la que se le corta la voz, o a la que le está costando hablar.

El ejercicio consiste en respirar profundo y luego soltar el aire pronunciando una vocal: inspira y suelta diciendo "AAAAA" se hace un par de veces, e inspira y suelta haciendo audible la letra "EEEEEE", se continúa con la "IIIIIII", "OOOOOOO", "UUUUUUU". No se tienen que hacer todas las vocales sino el número de veces que se requiera para que el equilibrio emocional del grupo se restablezca. Después de esto el profesional psicosocial volverá a la persona que estaba intentando hablar y le preguntará si quiere continuar o si prefiere que continúe otra persona y ella o él retomar la palabra más adelante.


Cuando el profesional considere que los y las participantes han podido ser escuchados suficientemente sobre el sufrimiento, debe introducir preguntas sobre lo que han hecho las personas participantes para estar mejor frente a ese sufrimiento.

Luego es muy importante, que el/la profesional recuerde a los participantes, que

teniendo en cuenta que el dibujo se necesitará para el cuarto encuentro, el recogerá los mismos. Luego, el profesional introducirá las preguntas:

¿Cómo se sienten ahora?

Finalmente, el profesional psicosocial dará la indicación a los participantes que se ubiquen en un círculo de pie, tomados de la mano, y con música de fondo se les pedirá que tomen una respiración

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 44 de 109 |

profunda y evoquen el ejercicio de respiración que se realizó al inicio del encuentro, trayendo la luz violeta de nuevo y permitiendo que esa luz violeta ilumine todo el cuerpo, todos esos lugares donde el ejercicio genero movimiento, para que la luz ilumine y alivie.

Momento 4: Cierre, esto es un abrazo (20 minutos)

Para cerrar esta actividad, el profesional les pedirá a los participantes que se pongan de pie y realizará la dinámica de recogimiento, "esto es un abrazo"

"Esto es un Abrazo": Por medio de esta actividad se busca promover la afectividad y el contacto con el otro. Todas las personas se ponen de pie y se ubican en parejas, con una música de fondo se les pide que caminen libremente por el espacio, luego se da la indicación cuando una persona está más cerca de la otra que por favor se pongan de frente, una persona va a ser A y la otra B; el profesional psicosocial inicia diciendo: todas las personas A van a decirle a su pareja en voz alta: "¿SABES LO QUE ES UN ABRAZO?". Y después el profesional psicosocial dice en voz alta: todas las personas B van a contestar: "NO, NO LO SÉ". El profesional psicosocial les dice: Entonces se dan un abrazo, y el profesional psicosocial les pide que la persona B le dice: "NO LO HE ENTENDIDO, ME DAS OTRO". Entonces se vuelven a dar otro abrazo. Luego el profesional psicosocial hace cambio de parejas y cambio de roles de manera que se genera una dinámica en la que todos se pueden abrazar con todos, se hace esto 3 o 4 veces más.

Nota: Teniendo en cuenta el efecto potente que tiene el ejercicio del abrazo en la dinámica del grupo, se sugiere que éste sea utilizado en otros encuentros en los que también puede tener un efecto contenedor.


Tarea: Se les pide que durante la semana abracen a diferentes personas, y que pidan a alguien que les dé un abrazo.

4.3. ENCUENTRO 3 LAS HUELLAS DEL ANDAR TEMAS: AFECTACIONES DEL PROCESO MIGRATORIO

Objetivo: Reconocer la experiencia emocional de los y las sobrevivientes producto de las afectaciones migratorias posibilitando la representación del dolor.

Materiales: es importante que el profesional psicosocial revise los materiales con anticipación de acuerdo con las actividades de cada uno de los encuentros y la cantidad de participantes que estarán en dichos espacios. Los materiales que se utilizarán para este tercer encuentro son los siguientes:

- ✓ Computador, sonido y música para ambientar las actividades.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 45 de 109 |

- ✓ Hojas tamaño carta con los mapas (croquis) de Colombia y hojas tamaño carta con mapas (croquis) del País de acogida.
- ✓ Cartulinas para colocar los mapas.
- ✓ Plastilina, lana, pegante, tijeras, colores para poder desarrollar la actividad "las huellas al andar"

Formatos: el profesional psicosocial preparará y utilizará los formatos que han sido debidamente validados y aprobados ante el Sistema Integrado De Gestión de la Unidad para Las Víctimas. Para este encuentro, se utilizarán los siguientes:

- ✓ Formato de listado de asistencia. (Código: 410.08.15-74, Versión 03)


Agenda

| ACTIVIDAD | DURACIÓN |
|--|-----------------|
| Momento 1: Bienvenida y seguimiento a la tarea | 20 minutos |
| Momento 2: Caminares | 30 minutos |
| Momento 3: las huellas del andar | 100 minutos |
| Momento 4: Cierre contención emocional | 30 minutos |

Momento 1: Seguimiento a la tarea (20 minutos)

El profesional psicosocial iniciará preguntando sobre la tarea del encuentro anterior, relacionado con el dar y recibir abrazos, recogiendo lo expresado por cada uno de los participantes.

Momento 2: Caminares (30 minutos)

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 46 de 109 |

Se inicia la actividad indicando a los participantes que se ubiquen en una ronda tomados de las manos, se plantea que realicen una respiración profunda como lo han venido aprendiendo durante los encuentros, pidiendo que al inhalar tomen al aire como si tomaran la vida y al exhalar suelten los pensamientos con los que llegaron, se enfatiza en la importancia de estar en el aquí y el ahora, en estar presentes, dispuestos y abiertos a las experiencias que van a vivir el día de hoy.

Posteriormente se dará la siguiente indicación: *vamos a iniciar este encuentro haciéndonos preguntas sobre la importancia de caminar y como dice Piero "se hace camino al andar", vamos a vivenciar los tránsitos que hacemos en la cotidianidad, en hacer consciencia cómo me dirijo de un sitio a otro, en las transformaciones producto de mi movimiento en la vida, en esas alternativas que se me plantean siempre, en mi capacidad de decidir sobre mi propia vida, vamos a darle gran relevancia al caminar, pues este es el primer acto humano de libertad, se constituye como la capacidad de poner en acción lo que deseo, de ir en busca de mis sueños, de lo que quiero para mí y para los más cercanos, cuando camino voy hacia lo que quiero, decidiendo y teniendo la responsabilidad sobre mis propios actos.*


Se pone una música de fondo con la propuesta inicial de realizar un caminar individual, un caminar que me permita ir hacia donde quiero dirigir, se facilita con la música de fondo que las víctimas caminen como quieran hacerlo, se sugerirá que guarden la palabra y que el caminar sea lo más consciente posible, detectando que sucede en su emocionalidad y en su andar. Se les indica que sigan caminando, pero que lo harán como si fueran algas marinas, moviéndose de un lugar a otro, el profesional puede mencionar que hay momentos para caminar en la vida de cierta forma necesaria y cómo en otros puedo decidir mi caminar.

Cuando se termine la música, se indica que se pongan en parejas, proponiendo que con la siguiente música se realice un caminar en parejas, este caminar tendrá la intencionalidad de acompasarme rítmicamente al otro, generando entre dos un solo movimiento, no se trata de arrastrar al otro o de imponer mi caminar y mi forma al otro, se trata de generar una sincronía que nos permita andar de a dos.

finalmente se propone el juego del trencito que consiste en que el facilitador dice 1 y los participantes caminan solos, el facilitador dice 2 y caminan en pareja, el facilitador dice 3 y hacen un trencito de tres personas, uno detrás del otro en el que está al frente propone un movimiento y los demás lo siguen. Al terminar la música se pedirá que se den un aplauso todos por la experiencia vivida.

Momento 3: Las huellas del andar (100 minutos)

Para el desarrollo del siguiente ejercicio, el profesional dispondrá de los materiales en el centro del salón (hojas con los croquis de los mapas de Colombia, hojas con los mapas del País de acogida, plastilina, lana, pegante, tijeras, colores, cartulina para colocar los mapas). Adicional, el profesional llevará la imagen del mapa de Colombia, donde se identifiquen cada uno de los departamentos y

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 47 de 109 |

ciudades que permitan ayudarle a las personas a recordar la ubicación geográfica del sitio donde vivieron o por donde transitaron.

Al inicio, él/la profesional psicosocial relacionará la actividad anterior con la que viene a continuación de la siguiente manera: *a través del ejercicio que acabamos de hacer, fuimos conscientes de nuestro caminar, de los pasos que dimos, los pasos en solitario o los pasos con los demás. Ahora en estos momentos, van a cerrar los ojos y van a pensar en lo que han recorrido desde el momento que tomaron la decisión de salir de Colombia.*

¿En qué lugares han estado?

¿Quiénes han estado con ustedes en este proceso?

¿Quiénes les han ayudado? ¿Con quienes han compartido?,

¿Quiénes se han alejado?

¿A quiénes hemos extrañado?

¿Qué dificultades se nos han presentado?

Él/la profesional dejará un tiempo para que las personas puedan imaginarlo.


Luego se les indicará a las personas, que lo que han imaginado ahora se plasmará en el siguiente ejercicio y por tanto se dirigirán a recoger los diferentes materiales que se encuentran dispuestos (las hojas de papel con los mapas de Colombia y las hojas con los mapas del País de Acogida, así como plastilina suficiente, una tira de lana, colores y otros materiales que puedan necesitar). De igual forma se les pide que escojan un lugar del espacio donde se sientan cómodos para poder hacer el ejercicio de manera individual.

El profesional indicará que, con la plastilina, se moldearán las figuras de las personas con las que se vivía en Colombia

¿Quiénes eran? (pueden con papelitos colocarles el nombre)

¿Cuántos eran? (se dejará un espacio para que las personas elaboren las figuras motivando su desarrollo). Por ejemplo:



| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 48 de 109 |

Después se invitará a las personas a que coloquen las figuras sobre la hoja del mapa de Colombia, identificando el municipio donde vivían, permitiendo colocar los detalles que crean convenientes de estos lugares (parques, personas, vecinas, ríos, etc.).

Luego el profesional mencionará que *cada uno de ustedes vivían en un lugar, con su familia, con sus costumbres, con sus formas de ser...ahora piensen en lo que paso, ¿cómo paso? ¿En qué momento sale usted del país? ¿Quién y cómo lo apoyaron en su salida? ¿Qué dejo y que se llevó?*

Luego de identificar los anteriores aspectos, se dejará un espacio para que las personas continúen plasmando con la plastilina o con otros materiales, estas circunstancias (se puede colocar el año de salida de forma visible). Por ejemplo:




Se continúa diciendo: *ahora a través de la lana van a representar el trayecto que hicieron durante su salida del País y van a pensar:*

¿Con quienes se fueron?

¿Qué dificultades encontraron en el camino?

¿Quiénes les ayudaron?

De igual forma se dejará el espacio para que se simbolice estos aspectos. El/la profesional psicosocial continuará invitando a las siguientes reflexiones:

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 49 de 109 |

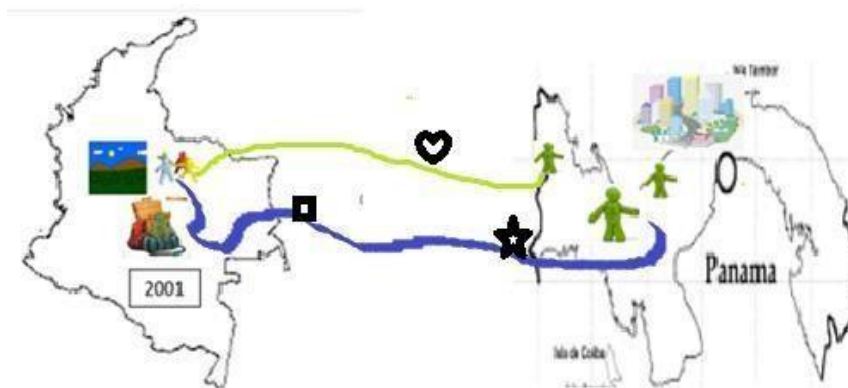
Cuando llegaron a este País: ¿Qué sintieron?

¿Quién o quiénes le ayudaron?

¿Qué fue lo más difícil de afrontar?


¿Tienen alguna anécdota del viaje, algo que a pesar el dolor les dio fortaleza?

Se dejará el tiempo suficiente para realizar esta representación. A continuación, se presenta un ejemplo:



Luego de terminada la representación, se invitará a las personas a que se pongan de pie y observen su ejercicio, observen el antes y el después y realiza las preguntas que considere, por ejemplo: ¿Qué cosas ya no duelen tanto como en el momento que ocurrieron? o ¿qué cosas ya no dan tanta alegría como antes? ¿O tanta rabia? ¿O tanta frustración? ¿Desesperanza? y para profundizar la reflexión sobre los hechos del pasado, el profesional puede pedirles que mirando los mapas escojan uno de esos tantos momentos significativos y se pregunte ¿qué me enseñó esa experiencia? si desean hacer algún cambio lo pueden hacer. De igual forma le pondrán un título que ellos consideren.

Finalizando con la simbolización, se les pedirá que piensen y plasmen aquellas razones o elementos que los mantienen en este lugar, El profesional psicosocial continuará con las indicaciones hacia el futuro ¿Qué cosas creen que pasarán de ahora en adelante en sus vidas? El profesional esperará a que todos realicen el ejercicio con al menos tres proyecciones más de vida, para luego pedirles que observen la manera en que el trayecto de la vida continúa se mueve y cambia, porque esta no acaba aún y ellos podrán seguir construyendo en medio de las dificultades y las alegrías la vida que deseen, ya que ellos son dueños de la forma en que afrontarán lo que viene en sus vidas.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 50 de 109 |

Continuando con el desarrollo del ejercicio, Se les pedirá que hagan parejas, con el fin de que conversen mutuamente acerca de su representación (se deja el tiempo correspondiente para el dialogo). Terminada esta invitación, se les indica que caminen por el espacio y en silencio, observando los ejercicios de los demás.

Luego de haber observado, se realizará un círculo donde se converse a través de **algunas** de las siguientes preguntas:

¿A través del ejercicio de que se dieron cuenta?

¿Qué encontré en común con las historias de los demás? ¿Hay diferencias?

¿Qué aspectos positivos, observan en estos recorridos?

¿Qué aprendizajes les deja esta experiencia de la migración?

Finalizado el ejercicio, se les recuerda a las personas, que el profesional psicosocial recogerá la construcción realizada en este espacio, ya que será utilizado para el cuarto encuentro.

Momento 4: Cierre contención emocional (30 minutos)


Esta actividad se debe realizar con música de fondo escogida para generar conexión. El profesional psicosocial invitará a los participantes a que cierren sus ojos y se tomen de las manos hasta formar una ronda en círculo, la cual se ira convirtiendo poco a poco en una ronda de mecimiento. Posteriormente, se les pedirá a los asistentes que realicen una respiración profunda, en donde se les pedirá que inhalen y sostengan la respiración durante 4 segundos y posteriormente exhalen.

Continuaran en el mismo circulo sin soltarse de las manos, acercándose hasta quedar en frente de alguien (si el grupo es para todos deben quedar con una persona al frente, y si el grupo es impar el profesional debe hacer parte de la ronda ya que todos deben quedar con una pareja formando un especie de ovalo), luego se hará una ronda de "besos Colombianos", en donde cada persona le dará un beso a la que tiene al frente y en respuesta ella también le dará un beso en la mejilla luego giraran a la derecha con la siguiente persona y también le darán un beso hasta que se repita el beso con todos los integrantes del grupo.

4.4. ENCUENTRO 4: CUIDÁNDONOS TEMAS: RECURSOS PROPIOS, SOCIALES Y COMUNITARIOS

Objetivo: Identificar los recursos propios y sociales que han tenido los y las sobrevivientes durante el transcurso de su vida y que les han permitido sobreponerse ante situaciones adversas.

Materiales: es importante que el profesional psicosocial revise los materiales con anticipación de acuerdo con las actividades de cada uno de los encuentros y la cantidad de participantes que estarán en dichos espacios. Los materiales que se utilizarán para este cuarto encuentro son los siguientes:

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 51 de 109 |

- ✓ Grabadora y música para ambientar el ejercicio de los masajes
- ✓ Dibujos y productos construidos en los encuentros 1,2 y 3
- ✓ Hojas de colores, marcadores
- ✓ Se puede utilizar frasco de vaselina mentolada, aceite de almendras o algún elemento parecido que sirva para el desarrollo del ejercicio de la pomada del alivio.

Formatos: el profesional psicosocial preparará y utilizará los formatos que han sido debidamente validados y aprobados ante el Sistema Integrado De Gestión de la Unidad para Las Víctimas. Para este encuentro, se utilizarán los siguientes:

- ✓ Formato de listado de asistencia (Código: 410.08.15-74, Versión 03)


Agenda

| ACTIVIDAD | DURACIÓN |
|------------------------------------|-----------------|
| Momento 1: Bienvenida y Masajes | 30 minutos |
| Momento 2: Noción de sobreviviente | 110 minutos |
| Momento 3: La pomada del alivio | 40 minutos |

Momento 1: Bienvenida y Masajes (30 minutos)

Se da la bienvenida al grupo y se inicia la actividad poniendo una música de fondo y pidiéndole a las personas que caminen por el espacio de manera libre, luego les solicitará a las personas que se ubiquen en parejas. El profesional indicará que este masaje es diferente a todos los que se hayan hecho antes, porque lo que se busca es generar un cuidado al otro y permitirse recibir el cuidado y apoyo de otro, señala que aquí no se requiere que nadie sea experto en masaje, que el acto de masajear es una de las prácticas ancestrales de sanar más antiguas de la humanidad, y es algo que se puede aprender, pero también es algo que todos sabemos hacer solo por el hecho de ser seres humanos. Para realizar esta actividad, las personas se ubican por parejas, como ellas quieran; y se les cuenta que para que el cuerpo pueda guardar e integrar esa información su pareja se la va a dejar "inscrita en la piel" a través de un masaje.

Para iniciar el masaje, es importante compartir con las personas lo siguiente:

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 52 de 109 |

Es importante frotarnos las manos antes de cada sesión de masaje y lo mismo entre cada masaje en cada lugar del cuerpo, esto se realiza con motivo de concentrar la energía en las palmas y las puntas de los dedos desde los cuales se emitirá energía curadora y sanadora.

El primer masaje consiste en mover los pulgares en forma circular en la espalda progresivamente hasta llegar a la cabeza, el segundo masaje consiste en usar los nudillos de la mano para realizar movimientos circulares en la espalda, progresivamente hasta llegar a la cabeza, como lo muestran las figuras:




Luego, se cambiarán los roles y la persona que recibió el masaje procederá a realizarle el masaje a su compañero. Al terminar la actividad se reunirá nuevamente todo el grupo y conversarán en torno a cómo se sintieron en el masaje.

Momento 2: Noción de sobreviviente (110 minutos)

Para esta actividad, el/la profesional psicosocial traerá los ejercicios realizados por las personas en el primer encuentro (maleta con fortalezas), segundo encuentro (hoja con dibujos) y tercer encuentro (mapas y recorrido migratorio). Estas construcciones las distribuirá de manera circular (formando una especie de mandala). En el primer círculo estarán los ejercicios de las afectaciones de los hechos victimizantes, rodeando este círculo se dispondrán los ejercicios elaborados sobre las afectaciones del proceso migratorio y rodeando a este último, se colocarán las fortalezas y habilidades.

Para el inicio de este ejercicio el/la profesional psicosocial dispondrá el grupo de manera circular (ver gráfico 1 observando los círculos construidos y cuidando que cada persona quede en frente de sus respectivas construcciones) y va a realizar el siguiente encuadre "todas las personas que estamos participando en este grupo hemos tenido que vivir eventos y hechos que han transformado nuestra vida, que han tenido efectos en cómo somos ahora, en lo que hemos sentido, vivido, en cómo cambió nuestra familia, nuestras actividades, nuestras amistades, nuestra forma de ver el mundo. Sin embargo, a pesar de esos eventos, hoy seguimos luchando día a día de diferentes maneras para vivir, somos sobrevivientes. Y lo hemos sido desde mucho tiempo atrás."

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 53 de 109 |




"Quiero pedirles que por un momento pensemos en: ¿A qué sobrevivimos? ¿Cómo sobrevivimos? ¿Qué es para nosotros ser sobrevivientes? ¿Hay alguna otra palabra que describa cómo hemos logrado mantenernos a pesar de las dificultades? ¿Cuál? Si nos identificamos con ser sobrevivientes ¿Cómo describiríamos ese ser sobreviviente? ¿Qué características tiene? ¿Qué de lo que éramos sobrevivió a la violencia?" (el/la profesional escogerá las preguntas que considere pertinente en pro del cumplimiento del objetivo)

Posteriormente se les pedirá que, en una tarjeta, escriban o dibujen esas otras cosas que la violencia no logró quitarles; cosas que consideramos se mantienen en nuestras vidas a pesar de todo por lo que hemos pasado y que no se encuentran en los círculos. Para lo anterior, se dejará unos 15 minutos para que las personas hagan el ejercicio.

Después que las personas terminen sus dibujos, los colocaran al lado de la maleta y finalmente, se cierra el ejercicio con la reflexión frente a: ¿Cómo nos sentimos al nombrarnos como sobrevivientes? ¿Qué diferencia ven entre ser nombrados como víctimas, o como sobrevivientes, o afectados? ¿Qué es lo que más se ajusta a lo que sienten? ¿Cómo quieren ser nombrados?

Para cerrar este momento, el profesional invita a las personas a que tomen con su dedo índice un poco de pintura (pueden ser témperas que caen con agua o pintura para la piel, se puede hacer también como si tuvieran pintura en los dedos, haciendo el movimiento y la señal), que estará ubicada en el centro del círculo y pintando sobre algún lugar de su cuerpo, señalan aquello de lo se

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 54 de 109 |

sienten orgullosas/os de sí mismos y podrían considerarlo como una símbolo de su capacidad para sobreponerse a la adversidad y sobrevivir a la guerra.


Momento 3: La pomada del alivio (40 minutos)

Para iniciar la actividad el profesional puede hacer una apertura de la siguiente forma: cuando sentimos dolores físicos solemos recurrir a medicinas para aliviar dichos dolores, en algunos casos recurrimos a medicinas naturales que nos ayuden a minimizar los síntomas, cuando tenemos algún malestar o un dolor emocional solemos pensar que el tiempo es el único que cura, y pensamos que no existe una medicina que nos ayude a aliviar dicho dolor emocional, pero les voy a contar la historia de un grupo de mujeres valientes y luchadoras que al igual que muchas otras han sufrido el horror de la guerra, desarrollaron una fórmula magistral para aliviar esos dolores emocionales que tuvieron a raíz de todo lo que vivieron, utilizaron ingredientes que cada una de ellas aportó, ingredientes que solo tenían ellas y que los podían encontrar buscando dentro de su alma y sus corazones, aportaron sus fortalezas, sus sueños, sus habilidades. Se pusieron todos los ingredientes en un recipiente y así construyeron su fórmula magistral una pomada que les aliviaba el dolor del alma.

¿Recuerdan ustedes también cuando pequeños; nuestros padres, cuidadores o vecinas recomendaban pomadas, ungüentos, cremas y otras para poder sanar las heridas o dolores que teníamos?, se deja un espacio para que con palabras de las participantes se dé lugar al conocimiento y experiencia que se tiene al respecto.

Qué les parece si nosotros construimos nuestra propia pomada, una pomada que nos alivie esos dolores que nos hacen estar hoy aquí, (permitir que el grupo conteste), Se le entregará a cada asistente unos papeles de colores para que escriban los ingredientes que debería tener esa pomada.

Se debe realizar ciertas preguntas reflexivas para motivar la identificación de los ingredientes para ello se pueden utilizar preguntas como, ¿qué ingredientes creen que

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 55 de 109 |

podríamos usar? ¿Qué podría aportar para esta pomada?, ¿Qué considero que es necesario para aliviar un dolor emocional?, una vez todos hayan escrito los ingredientes, se recoge los papeles y se socializan con todo el equipo para la construcción de la pomada.

Todos los ingredientes se ponen en un recipiente se deben mezclar sin importar el orden o la cantidad, el profesional debe realizar la simulación de la construcción de la pomada, una vez haya terminado se le presentará a todo el grupo la pomada. (Previamente el profesional debe llevar un tarro con una pomada que se les proveerá)

Para finalizar la actividad se debe poner música de fondo para generar un espacio de tranquilidad y confianza, se le pide a los asistentes que caminen en el espacio y cuando el profesional lo indique deben parar, identificando la persona con la que hayan quedado al frente, la deben tomar de las manos, tomar un poco de la pomada que preparamos y aplicar en las manos de su compañero con un masaje suave, repitiendo las siguientes palabras, te pongo esta pomada en tus manos para aliviar todo aquello que te lastima, te pongo esta pomada en tus manos como símbolo de fortaleza y fuerza para continuar tu camino. Cada uno debe realizar el procedimiento de aplicar la pomada a su compañero, y finalizar con un abrazo agradeciéndole por estar presente, (Gracias por estar aquí).

4.5. ENCUENTRO 5 ÁRBOL DE LA VIDA TEMAS: CONSOLIDACIÓN DE LA RED DE APOYO

Objetivo: Consolidar vínculos de solidaridad y apoyo mutuo, que les permita fortalecerse como red apoyo.


Materiales: es importante que el profesional psicosocial revise los materiales con anticipación de acuerdo con las actividades de cada uno de los encuentros y la cantidad de participantes que estarán en dichos espacios. Los materiales que se utilizarán para este quinto encuentro son los siguientes:

- ✓ Papel Kraff, papel iris, pegante, tijeras, marcadores, colores, temperas, cartulina, los cuales serán utilizados para la construcción del árbol de la vida

Formatos: el profesional psicosocial preparará y utilizará los formatos que han sido debidamente validados y aprobados ante el Sistema Integrado De Gestión de la Unidad para Las Víctimas. Para este encuentro, se utilizarán los siguientes:

- ✓ Formato de listado de asistencia

Nota: En este encuentro, se empezará la construcción de la medida de satisfacción.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 56 de 109 |

Agenda

| ACTIVIDAD | DURACIÓN |
|--|-------------|
| Momento 1: Bienvenida y actividad "Muévete sí" | 20 minutos |
| Momento 2: Árbol de la vida | 100 minutos |
| Momento 3: Construcción medida de satisfacción | 40 minutos |
| Momento 4: Actividad de cierre | 20 minutos |

Momento 1: Bienvenida y Actividad "Muévete sí" (20 minutos)

El profesional psicosocial motivará a los integrantes del grupo para que realicen la bienvenida de este encuentro; resaltando lo que han aprendido hasta el momento y agradeciendo por todo lo que se ha compartido.


El profesional psicosocial invitará a los participantes a que realicen un círculo con las sillas. Posteriormente, el profesional realizará una afirmación, la cual deberá ser escuchada por el grupo y en caso de que se sientan identificadas, cambiarán de lugar (el psicosocial se sentará también en una silla). La persona que quede de pie realizará la próxima afirmación. La actividad tiene 3 evoluciones en las afirmaciones:

Evolución 1: la afirmación deberá estar relacionada con las actividades del día. Por ejemplo:

- ¿Muévete sí, tomaste café en la mañana?
- ¿Muévete sí, cogiste autobús para llegar hasta aquí?
- ¿Muévete sí, el día de hoy te levantaste temprano?

Evolución 2: la afirmación deberá indagar sobre gustos e intereses. Por ejemplo:

- ¿Muévete sí, te gusta bailar?
- ¿Muévete sí, te gusta dormir?
- ¿Muévete sí, no te gusta la comida de mar?

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 57 de 109 |

Evolución 3: la afirmación deberá indagar hacia el objetivo de este encuentro. Por ejemplo:

- Muévete sí, he conocido nuevas personas en este grupo
- Muévete si, nos hemos visto con algunos integrantes de este grupo en otros espacios diferentes a la estrategia
- Muévete si, puedo aportar a las demás personas que se encuentran en este grupo.

Nota: la idea es que el profesional permita la participación del grupo, pero que introduzca las primeras afirmaciones de las diferentes evoluciones. En caso de que los participantes tengan dificultad para realizar los movimientos, se pueden cambiar; por ejemplo, ya no tendrían que levantarse, sino mover la cabeza hacia la derecha, o levantar la mano izquierda o mover el pie derecho, etc. El profesional puede crear un movimiento distinto garantizando que todos puedan participar de la actividad.

Momento 2: Árbol de la vida (100 minutos)

El profesional inicia contextualizando que se va a hacer un ejercicio que se llama el árbol de mi vida y que permite identificar las personas que han sido y que son valiosas para ustedes, sus aprendizajes y aportes que han dejado ellos y ellas, incluidas las que ya no están.


El primer paso es invitar a las personas a que piensen en un árbol que les guste, imaginemos cómo son sus raíces, su tronco, sus hojas, sus flores (si tienen o no). Una vez tengan la imagen de ese árbol, lo van a dibujar en un pliego de papel bond o kraff.

El segundo paso, es contarles que en las raíces del árbol se representa aquello de dónde venimos, los ancestros, los valores importantes de la vida familiar o comunitaria que nos dan sostén y no nos dejan caer, y los invitamos a que lo plasmen en estas raíces.

En el tercer paso, se invitará a que escriban o dibujen en el tronco todo aquello relacionado con las fortalezas, las creencias, las habilidades y/o los valores. Posteriormente, se invita a pensar en las personas que han sido importantes a lo largo de sus vidas y lo que significan para ellos y ellas.

Luego, se le entrega a cada persona papeles de colores (al menos 10): rojo, naranja, amarillo, verde etc. pidiéndoles que le den a cada papel, la forma de la hoja del árbol que están construyendo.

Una vez ha recortado suficientes papeles de colores con forma de hojas de árbol, les pide que escriban por un lado el nombre de la persona y lo que le ha aportado. Después, se ubicará a las personas /hojas del árbol, en las ramas del árbol. En aquellos casos en los que alguna persona que fue significativa actualmente está fallecida, o desaparecida, se le pedirá a la persona que la incluya en su árbol, si quiere

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 58 de 109 |

hacerlo de alguna manera diferente puede usar otro tipo o color de hoja e igual señalar ¿qué me ha aportado esa persona para mi vida?

Para este ejercicio se sugiere mencionar las siguientes preguntas, *(el profesional escoge las que considere pertinentes)*:

¿Cuándo actualmente tiene un logro ¿A quién busca para contarle este logro?

¿A quién acude cuando usted quiere tener un tiempo de esparcimiento?

¿Cuándo está triste o tiene algún problema ¿A quién le cuenta esto que está sintiendo?

¿Cuándo usted presenta inconvenientes de salud, ¿a dónde va y quien le acompaña?

¿Cuándo requiere exigir sus derechos ¿a dónde va y quien le acompaña?

¿Cuándo quiere sentirse segura/ro a dónde va y que hace?

¿Qué amistad prevaleció luego del retorno?

Cuándo tiene un inconveniente con su comunidad ¿A dónde acude?

¿Quién es la persona con quién más comparte y conversa sobre los asuntos cotidianas de la vida?

¿Quién es la persona con la que más comparte en este grupo?

Luego de que peguen las hojas en el árbol, se les invita a que realicen y peguen sus flores que representarán los logros importantes en la vida y que han sido parte de lo compartido en algunas de las relaciones que hemos mencionado.

Finalmente se podrán incluir frutos, (mangos, guayabas, duraznos, cocos cualquier fruta que sea significativa para cada persona). Los frutos representan, las metas a corto mediano y largo plazo que tienen o los sueños que tiene en sus relaciones significativas, se les pide que los frutos sean dibujados en un papel diferente que sean visibles, incluso si desean pueden ponerlos en alto relieve.


Para escribir las metas a corto plazo podemos utilizar un papel de un color vistoso, para facilitar la identificación de las metas a corto plazo el profesional puede hacer **algunas** de las siguientes preguntas:

¿Cuáles son mis metas antes de que termine este año?

Para escribir las metas a mediano plazo podemos utilizar un papel de un color diferente, para facilitar dicha identificación el profesional puede hacer la siguiente pregunta:

¿Vamos a pensar que metas tenemos a dos años, como nos vemos en dos años? Para escribir las metas a largo plazo podemos utilizar un papel de un color diferente al que ya hemos usado, para facilitar dicha identificación el profesional puede hacer la siguiente pregunta:

¿Vamos a imaginarnos que metas tenemos a cinco años, como nos vemos en cinco años?

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 59 de 109 |

Como una forma de recoger la actividad desarrollada, el profesional psicosocial les pedirá, que en parejas socialicen su árbol.

El profesional les pide a las personas que se agradezcan por lo que acaban de compartir y las invita a ayudarse a pegar sus árboles en las paredes o ventanas del salón, se les pide a las personas a que recorran el lugar, haciendo un ejercicio de observación respetuosa, apreciando las diferencias y similitudes entre los árboles de todo el grupo de participantes.

En seguida, les dirá que imaginen que esos árboles son ellos mismos en el grupo y en su comunidad, así que les pedirá que juntos se pongan de acuerdo para re acomodar en una pared todos los árboles como si fueran un solo bosque, pensando que son ellos mismos en relación con este grupo. ¿Cómo se ven?, ¿Cómo se reubicarían? Una vez tengan todos los árboles en una pared, como un todo, representando el bosque. El profesional psicosocial les pedirá que acomoden sus sillas frente a este gran mural y que lo observen en silencio inicialmente. Luego de unos minutos en silencio, observado el bosque de la vida el/la profesional psicosocial podrá preguntar ¿qué nos gusta de este bosque de la vida? ¿Qué nos hace sentir el hacer parte de este bosque de la vida?


En este momento el profesional psicosocial podrá preguntar ¿y qué hacemos cuando venga una tormenta?; ¿podrá un solo árbol resistir una tormenta?, ¿cómo podemos preservar y proteger nuestro bosque de la vida y nuestros árboles de vida?

Momento 3: construcción de medida de satisfacción (40 minutos).

Terminado el ejercicio anterior, el profesional psicosocial mencionará que a partir de este encuentro tendrán la labor de construir la medida de satisfacción entre todos y todas, con el fin de poder materializarla en el encuentro 9. Para cumplir con el objetivo, en este primer espacio, se socializarán algunos aspectos que definen lo que significa una medida de satisfacción. Estos aspectos hacen referencia a:

1. Dignificación de las víctimas

Como lo señala el artículo 139 de la ley 1448 de 2011 "El Gobierno Nacional, a través del Plan Nacional para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas, deberá realizar las acciones tendientes a restablecer la dignidad de la víctima y difundir la verdad sobre lo sucedido". Ello implica reconocer el buen nombre de las personas que participan en las estrategias y de sus comunidades con el fin de restituir sus derechos colectivos e individuales vulnerados. Como la dignificación es el fin de las medidas de satisfacción es importante tener en cuenta las características de edad, etnia, género y

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 60 de 109 |

capacidades diversas de las personas. Otros aspectos que se deben tener en cuenta para la dignificación de las personas que han sido víctimas del conflicto armado, son:

Roles sociales de las víctimas: Propender por reconocer el valor social y político que tiene para la democracia los roles sociales de las víctimas, liderazgo comunitario, defensa de derechos humanos, pertenencia a sindicatos, promoción de la salud, docencia, ambientalismo, etc. Los actos simbólicos representan una oportunidad de rendir homenaje a aquellas personas que dieron o siguen dando su vida, así como para destacar los valores y las causas por las que lucharon y siguen luchando.


Condición de población civil: Propender por reconocer la condición de población civil de las víctimas en concordancia con el principio de distinción del derecho internacional humanitario. Señalar que los hechos nunca debieron ocurrir y que no puede haber ningún tipo de justificación para resolver los conflictos de manera violenta.

Buen nombre y reputación de las víctimas: Propender por el restablecimiento del buen nombre y la reputación de las víctimas buscando transformar los imaginarios negativos que tiene de ellas, desde lo individual como en lo colectivo. En este sentido los actos simbólicos estarán dirigidos al restablecimiento del honor, tanto de víctimas directas como de los sobrevivientes, en su dimensión individual como comunitaria. Resaltando sus valores, identidad, raíces, saberes y prácticas sociales.

Capacidad de afrontamiento de las víctimas: Propender por exaltar la resistencia, la fortaleza, el coraje y el valor de las víctimas, los grupos y las comunidades para afrontar el daño causado por el conflicto armado y sobreponerse en medio de la adversidad y de la guerra.

b. Participación de las víctimas:

Teniendo en cuenta el párrafo del artículo 139 que señala que "Para la adopción de cualquiera de las medidas señaladas anteriormente, así como aquellas que constituyen otras medidas de satisfacción no contempladas en la presente ley, deberá contarse con la participación efectiva de las víctimas de acuerdo con los mecanismos de participación previstos en la institución y la ley (...)", la participación deberá ser entendida como principio y bajo un enfoque de derechos, esta se consolida con el carácter reparador en donde las medidas de satisfacción se construyen teniendo en cuenta las percepciones, expectativas y aportes de las víctimas para el pleno goce de sus derechos, no solo como víctimas sino como ciudadanos.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 61 de 109 |

Es importante señalar que los actos simbólicos deberán ser iniciativa de las víctimas, en su formulación y creación, pero que deberán ser orientados por el profesional de acuerdo con su viabilidad, recursos, tiempos, etc.

Así mismo es poder realizar los actos teniendo en cuenta los contextos de cada uno de los municipios, regiones o países donde se implementan las estrategias, sus dinámicas, sus saberes y prácticas culturales.

c. Diálogo Social:

De acuerdo con el artículo 2.2.1.7 del Decreto 1084 de 2015 para avanzar en la búsqueda de la verdad, el respeto por los Derechos Humanos y la construcción de memoria histórica, el Estado deberá propiciar espacios de diálogo entre las víctimas, así como con los demás actores sociales e instituciones en el marco de las estrategias de reparación integral para articularlos de manera efectiva con los actos simbólicos, tanto en la gestión como en sus aportes al proceso de reparación, lo cual aporta a la reconciliación política del estado con los ciudadanos.


De igual manera durante todo el proceso de definición de los actos simbólicos y de dignificación debemos tener presente que:

- El proceso de reparación es público, por esto es importante que durante la implementación de la estrategia hagamos énfasis en ello, dejando claro que todos los que participamos somos parte y aportamos al proceso.

- Las estrategias de reparación integral son procesos de construcción de paz orientada a los y las ciudadanas, no sólo a las víctimas y los sobrevivientes del conflicto armado, sino a sus familias y comunidades. Cada estrategia de reparación integral impacta tanto a los participantes de manera individual como a sus comunidades y colectivos sociales aportando a la construcción y consolidación de la paz así como a la reconciliación desde una dimensión individual como entre el estado y los ciudadanos.

- La planeación logística también es política y contribuye al goce efectivo de derechos. Por lo tanto, debemos hacerla con el debido tiempo, teniendo en cuenta que es importante la participación activa de los sobrevivientes, teniendo un rol activo en la formulación, así como responsabilidades en la realización. Evitemos apoyos logísticos en donde los participantes solo reciben los materiales de manera asistencialista y promovamos roles activos en donde la realización de los actos también es responsabilidad de los participantes, tanto en su gestión y organización, como en su realización.

- La convocatoria a los actos simbólicos es muy importante y se deberá definir el alcance público o privado del mismo, teniendo en cuenta el sentir de los participantes y el alcance del acto. Esto se

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 62 de 109 |

deberá hacer con anticipación suficiente y acorde con las dinámicas y tiempos de los participantes y de su contexto, cuidando que se involucre a todas las personas, poblaciones y sectores que puedan participar: mujeres, hombres, niñas, niños, jóvenes, personas mayores, campesinos y campesinas, sectores urbanos y rurales, personas con orientaciones sexuales e identidad de género diversas, personas en situación de discapacidad y personas pertenecientes a grupos étnicos, propiciando espacios participativos e incluyentes.

-La alimentación por medio de ollas comunitarias se deberá realizar como espacios de encuentro e intercambio de los participantes, así como la oportunidad de recuperar aquellas prácticas sociales afectadas por el conflicto armado. La olla comunitaria también implica el aporte de todos los participantes, ya sea con algún ingrediente, el servir la alimentación o simplemente de compartir con otras personas de la comunidad. Estos son espacios propicios para crear y fortalecer redes de apoyo en los participantes.

-Para la creación o adecuación de lugares de memoria (murales, jardines de la memoria, bosques de la memoria, placas, etc.) se deberán tener en cuenta el lugar y la titulación de este para la intervención, los materiales requeridos, el tipo de intervención si requiere alguna adecuación y construcción, costos de los materiales y la mano de obra in situ, así como la participación de los demás actores territoriales de acuerdo con su corresponsabilidad y su voluntad para participar.

Nota: además de socializar los anteriores conceptos, el/la profesional podrá socializar algunos de las medidas de satisfacción que se han llevado a cabo en otros países o en Colombia con víctimas del conflicto armado, para ello podrá solicitar ayuda a los profesionales que manejen el tema desde la Unidad Para Las Víctimas.


Momento 4: Actividad de cierre (20 minutos)

El psicosocial invita a las personas a ubicarse en el círculo y comenta que, para el ejercicio de cierre, se pretende que todos y todas se vayan recargados de la energía colectiva del bosque y por tanto es necesario dar energía con intención y recibir con atención.

Para esto el psicosocial realizará un movimiento en donde entregará energía a algún participante, esta energía tiene alguna forma: un balón, una guitarra, una piedra, entre otros. El profesional se acercará a alguien y le dará esta energía, la persona que la recibe la transforma en algo diferente y la entrega a otra persona y así sucesivamente todo el grupo. Finalmente, la energía del último participante es entregada al profesional, el cual la recogerá y la soltará en forma de lluvia de tal manera que todos queden con esta energía.

Tarea:

- ✓ Se les pedirá a las personas del grupo que para el próximo encuentro deberán traer un compartir (alimento sencillo, ojalá que pueda ser alguno que evoque emociones del País de Origen).

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 63 de 109 |

- ✓ De acuerdo con la información proporcionada sobre la medida de satisfacción, se les pedirá que en el próximo encuentro lleven ideas para la construcción de la medida de satisfacción, pensando en el significado y como estas acciones pueden mitigar el dolor causado por el conflicto armado.

4.6. ENCUENTRO 6 NUESTRO TEJIDO TEMAS: PRÁCTICAS SOCIALES PROPIAS


Objetivo: Fortalecer el vínculo grupal a través del reconocimiento y la representación de las prácticas familiares, sociales y culturales del país de origen.

Materiales: es importante que el profesional psicosocial revise los materiales con anticipación de acuerdo con las actividades de cada uno de los encuentros y la cantidad de participantes que estarán en dichos espacios. Los materiales que se utilizarán para este sexto encuentro son los siguientes:

- ✓ Retazos de tela, agujas, lana, pinturas y marcadores para elaborar el tejido de las prácticas.
- ✓ Cartulinas en caso de que las personas se les dificulte trabajar sobre la tela.

Formatos: el profesional psicosocial preparará y utilizará los formatos que han sido debidamente validados y aprobados ante el Sistema Integrado De Gestión de la Unidad para Las Víctimas. Para este encuentro, se utilizarán los siguientes:

- ✓ Formato de listado de asistencia (Código: 410.08.15-74)
- ✓ Formato acta de concertación (Código: 430,08,15-72)
- ✓ Formato Guion metodológico. (Código 400.08.15-16)

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 64 de 109 |

| ACTIVIDAD | DURACIÓN |
|---|-----------------|
| Momento 1: Bienvenida y actividad mi territorio mi cuerpo | 20 minutos |
| Momento 2: Tejido Cultural | 90 minutos |
| Momento 3: mi practica mi historia | 30 minutos |
| Momento 4: concertación de la medida de satisfacción y cierre | 40 minutos |

Agenda

Momento 1: Bienvenida y actividad mi territorio mi cuerpo (20 minutos)

Inicialmente se da la bienvenida al grupo y se les invita a que coloquen el compartir que trajeron en una mesa a un costado del salón.

El objetivo de esta actividad es generar un espacio de confianza a través de la actividad "mi territorio, mi cuerpo", la cual consiste en que el facilitador dispone al grupo de manera circular y cada uno de los participantes va diciendo el nombre del territorio de donde se considera que es y va realizando un movimiento con su cuerpo (es válido que las personas hagan referencia a las dos nacionalidades, por ejemplo: Colombo- Panameño).


Esta actividad requiere de la atención de los participantes, ya que tan pronto una persona termine de presentarse, la persona que continua deberá mencionar nuevamente el nombre del territorio del compañero y el movimiento que hizo cuando se presentó y luego el propio.

La actividad se termina cuando la última persona del círculo mencione los nombres de los territorios y haga los movimientos de todos.

Esta actividad fortalecerá la confianza y el vínculo que se ha generado en el grupo.

Momento 2 Tejido Cultural (90 minutos)

El profesional indicará que en este encuentro se busca conectarnos con aquellas prácticas familiares y sociales que compartimos con nuestra familia, amigos, vecinos, personas importantes para nosotros que de pronto se han dejado de hacer o de celebrar o que aún se siguen haciendo y que tienen un valor o un significado importante.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 65 de 109 |

Es importante retomar estas celebraciones porque hacen parte de nuestra identidad, y porque las personas que se encuentran con nosotros también quieren y esperan que haya espacio para la alegría, la celebración, la demostración del afecto, sin que eso implique que dejemos de lado lo que estamos sintiendo.

Una de las cosas que une a los asistentes, es el territorio y todas esas prácticas sociales que nos identifican como parte de una comunidad, por eso la invitación del encuentro de hoy es hablar sobre todas esas celebraciones, y festividades más representativas en nuestro territorio.

Para el desarrollo de esta actividad, vamos a construir un tejido donde recordaremos todas esas prácticas que son importantes para nosotros y así construiremos un tejido cultural. Para lo anterior, el profesional psicosocial invitará a los participantes a que piensen en una práctica cultural que celebraban en su ciudad de origen y que nos quieran contar hoy, el profesional puede motivar con **algunas** preguntas como: ¿recordemos esa práctica que los emocionaba cuando se acercaba la fecha de festejo?, ¿esa práctica que compartían con personas especiales, tal vez la familia, los vecinos, los amigos?, ¿qué los hacía sentirse felices?, ¿Cuál es esa práctica que hoy extrañan?,

Luego, el profesional entregará a cada participante un trozo de tela y les indica a los participantes que dibujen o pinten esa práctica social en el trozo de tela. Si el profesional percibe que las personas se les dificulta realizar el dibujo en la tela, podrá ofrecerle cartulina para efectuar el ejercicio.

Una vez los participantes han escrito, dibujado o pintado, el profesional psicosocial, los invita a que vayan tejiendo con la lana su retazo de tela o de cartulina al telón grande que se encuentra en el piso. La idea es que poco a poco se empiece a ver en el suelo una colcha hecha a partir de los retazos de cada participante.

Cuando todos hayan tejido su práctica social al telón grande, el profesional psicosocial invitará a cada uno de los participantes a que explique ¿qué práctica social dibujo?,

¿con quién participaba en esta práctica?, ¿Por qué es tan importante para usted?


Una vez cada participante haya socializado, se realizará **algunas** de las siguientes preguntas para el grupo (el profesional escogerá las que considere pertinentes):

¿Qué podemos decir acerca de nuestra colcha de retazos?

¿Qué significa este tejido para el grupo?

¿Hay prácticas sociales que no realizamos hoy? ¿cuáles sí?

¿Qué nos ha impedido celebrar estas? ¿prácticas? ¿las que celebramos por qué lo hacemos o qué sentido nuevo tienen?

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 66 de 109 |

¿Puedo empezar a celebrar estas prácticas con este grupo? ¿seguiré transmitiendo esta práctica, cuál quiero retomar?


El profesional psicosocial cerrará con la siguiente reflexión: *si observamos este tejido podemos ver como en ella está plasmada nuestra historia, nuestra identidad, hay símbolos de resistencia, territorio, armonía, dignidad, amor y amistad. Aunque algunas prácticas que vemos aquí han cambiado porque dejaron de tener sentido para nosotros, o porque no hemos podido volverlas a hacer; es importante que retomemos estas prácticas sociales y que como comunidad las adaptemos a nuestra situación actual y futura, para que no perdamos estas costumbres que nos dan identidad y nos hacen parte de un territorio.*

Momento 3: mi práctica mi historia (30 minutos)

El profesional psicosocial le pedirá al grupo que observe el tejido cultural y que como grupo deben escoger una práctica social que se encuentre plasmada aquí, con la que en consenso se sientan identificados. Una vez se haya realizado esta selección se le indicará al grupo que en el salón encontrarán una serie de materiales, los cuales podrán utilizar para representar la práctica escogida.

Para la organización se le pedirá al grupo que escoja un líder, el cual asignará a cada participante una tarea para el desarrollo de la práctica. El profesional psicosocial debe estar pendiente de que el grupo tenga lo que necesite para dicha presentación. En este espacio también se permitirá que las víctimas compartan los alimentos que trajeron. Finalizado el ejercicio, el profesional recogerá las emociones emergentes de la actividad, con preguntas como: *¿Cómo se sintieron?, ¿Qué les gusto?*

Nota: el profesional psicosocial en este momento del encuentro sugerirá al grupo que pueden hacer con esa colcha de retazos, que les gustaría hacer, en donde les gustaría ponerla, el grupo decidirá autónomamente en donde reposará. De igual forma se sugiere, que el profesional tome una foto con el fin de que en el próximo encuentro le entregue una postal a cada uno de los participantes.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 67 de 109 |

Momento 4: concertación de la medida de satisfacción (40 minutos)

Continuando con el encuentro, el profesional psicosocial retomará la tarea que se dejó en el encuentro anterior, con respecto a la lluvia de ideas sobre las acciones posibles para materializar la medida de satisfacción.


El profesional, guiará el ejercicio, siempre teniendo presente que las acciones a realizar deben tener un significado claro, buscando generar bienestar y mitigando el dolor causado por el conflicto armado. Dirá, además: la idea es que podamos materializar nuestra medida de satisfacción y para esto necesitamos organizarnos, pueden organizarse como se han organizado en anteriores encuentros, o como quieran hacerlo. Definan por favor un líder o líderes en el grupo que ayudarán a organizar los comités para llevar a cabo esta acción, y luego realicen comités para definir lo que necesitan para llevar a cabo el acto simbólico que escogieron.

Así mismo, el profesional psicosocial acompañará la organización de dicho acto simbólico, identificando su objetivo y el sentido, los cuales deberán configurar una medida de satisfacción. Por tanto, construirá el acta de concertación (Formato Código: 430,08,15-72, Versión 01), donde se contemple: los objetivos, las actividades, los responsables, los materiales y los compromisos.

Es clave que, para el ejercicio de concertación de la medida de satisfacción, se tengan en cuenta los siguientes aspectos:

- ✓ Las acciones simbólicas y practicas sociales se constituye como una medida de satisfacción, la cual debe ser entendida como las "acciones materiales e inmateriales dirigidas a las víctimas individuales y colectivas, tendientes a restablecer la dignidad de las personas, difundiendo la verdad sobre lo sucedido, a través de la reconstrucción de los hechos y preservación de la memoria histórica; el propósito de estas acciones debe estar orientado a proporcionar bienestar y contribuir a mitigar el dolor de las víctimas"³⁰ (p.14, s.f.). así mismo para las víctimas que se encuentran en el exterior, la práctica social contribuye a la integración local en el país de acogida.
- ✓ Participación de las víctimas sobrevivientes en el diseño de los actos simbólicos: es fundamental garantizar la participación de las víctimas en la construcción, pues las acciones que se lleven a cabo deben responder a la identificación del daño, a la comprensión de la situación y a las expectativas de las víctimas, como elementos de reconocimiento, restablecimiento del buen nombre, dignidad y la forma de adaptarse al nuevo país.


³⁰ <http://www.unidadvictimas.gov.co/sites/default/files/documentosbiblioteca/guia-de-medidas-de-satisfaccion-1.pdf>

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 68 de 109 |

- ✓ Representar-Simbolizar-movilizar: Asimismo, la construcción y desarrollo de esta medida, contribuye a la recuperación emocional en el sentido en que, como lo establece la sexta premisa del enfoque psicosocial de la Unidad para las Víctimas, permite al grupo la representación. Representar es, darle a fuera, una forma, un lugar, al sufrimiento que ha sido invisibilizado, que no ha podido ser comunicado a un otro que lo recoja y signifique y este significado es susceptible de ser tejido, hilado al discurso fracturado, permitiendo la recuperación emocional. Frente a esto, el acto simbólico debe reconocer y recoger las formas culturales de representar el sufrimiento.
- ✓ la medida de satisfacción solo es reparadora cuando realmente REPRESENTA una emoción, una idea o un sentimiento, construido por el grupo. En este sentido, por ejemplo, el fuego, la tierra o el agua, pueden ser símbolos muy valiosos para representar sentimientos y/o emociones asociadas a la recuperación, cuando el grupo abiertamente ha expresado la asociación de estos elementos a algo que consideran sanador o liberador. Pero no es suficiente con que demos por hecho que los elementos de la naturaleza son per se símbolo de fortaleza o en general representan cosas positivas en el camino de la recuperación de los y las participantes. Así mismo los lugares, se convierten en una fuente de sentido y significados que ayudan y contribuyen al arraigo.
- ✓ NO ES UN CIERRE: Durante la construcción, es importante tener en cuenta que el acto simbólico, es un ritual de consolidación que permite la integración al nuevo País, no el cierre del proceso de recuperación emocional, por tanto, debe permitir en sus contenidos, que los y las sobrevivientes puedan representar lo que surgió en ellos y en el grupo a partir del proceso vivido en la estrategia (nuevos vínculos, amistades confianzas, desahogo, etc)
- ✓ NO ES UN ACTO SOCIAL: Es importante diferenciar entre la medida de satisfacción y un espacio de cierre de tipo social, en el que los participantes buscan poder compartir en un espacio ameno e informal su experiencia. Este tipo de espacios resultan válidos y se pueden promover, ya que son parte de la consolidación del grupo y sus redes. Sin embargo, no pueden ser asumidos por el profesional como un acto simbólico en sí mismo. La medida, se diferencia en que, debe considerarse como un derecho de las víctimas dirigido a la recuperación emocional, al reconocimiento del buen nombre, de los hechos y la integración local al nuevo país.

Algunas orientaciones para el profesional psicosocial son:

- ✓ El profesional psicosocial acompañará a los y las sobrevivientes en la construcción de la medida de satisfacción a través de preguntas reflexivas, que permitan identificar en cada acción propuesta un significado claro y compartido de los símbolos y el sentido que le otorgan al proceso de recuperación emocional.
- ✓ La actividad completa deberá realizarse en una tarde o una mañana (Máximo 5 horas).

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 69 de 109 |

- ✓ El acto simbólico, tendrá un rubro específico que será socializado en su momento y no deberá excederse.

Se permitirá al grupo la decisión de organizarse como desean facilitando y animando la organización colectiva. Para recoger este momento del diálogo, y evidenciar el contenido emocional que está implícito, el/la profesional psicosocial preguntará:

¿Cómo se sienten de poder hablar y organizarse para llevar a cabo su medida de satisfacción? Después de escucharlos, El/la profesional también compartirá como se sintió acompañando el ejercicio.

Teniendo en cuenta las anteriores claridades, el profesional concretizará la lluvia de ideas proporcionada por los participantes, de la siguiente manera (utilizar las preguntas que el profesional considere):

El grupo seleccionará una de las ideas: en este momento, el profesional a través de preguntas reflexivas generará un espacio donde el grupo analice si la idea seleccionada tiene un sentido reparador y busca mitigar los daños causados por el conflicto armado. Adicional el desarrollo de esta idea debe proporcionar bienestar a las personas que van a participar.

Objetivo de la medida de satisfacción: luego de seleccionada la idea, se debe preguntar al grupo, ¿cuál será el objetivo de esta medida de satisfacción? (¿qué van a hacer?, ¿cómo lo van a hacer? y con qué fin lo van a desarrollar).


Planeación de la medida de satisfacción: en este momento se empezará a planear la parte operativa de la medida de satisfacción. Para lo cual se podrá orientar el ejercicio a través de las siguientes preguntas: ¿En dónde se va a desarrollar la medida de satisfacción?: es importante tener en cuenta si en el lugar donde se va a implementar, se debe gestionar algún permiso, o si se requiere transporte, etc. Lo anterior, ayudará a establecer tareas puntuales.

¿Qué actividad se va a desarrollar en el inicio de la medida de satisfacción?, ¿Quiénes la realizarán? ¿Cuánto tiempo durará esta actividad de inicio?, ¿Qué se necesita para esta actividad?

¿Qué actividad central desarrollaremos en nuestra medida de satisfacción?, ¿Quiénes la realizarán? ¿Cuánto tiempo durará esta actividad de inicio?, ¿Qué se necesita para esta actividad?, ¿qué significado tiene para ustedes cada uno de los elementos que se van a utilizar?

¿Qué actividad de cierre desarrollaremos en nuestra medida de satisfacción?, ¿Quiénes la realizarán? ¿Cuánto tiempo durará esta actividad de inicio?, ¿Qué se necesita para esta actividad?

¿Se requieren de acciones previas para realizar la medida de satisfacción el día propuesto? ¿Quién las hace?, ¿cómo las dividimos?

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 70 de 109 |

Dentro de la planeación de la medida de satisfacción también se debe incluir la lectura del mensaje de dignificación: este mensaje hace parte de una de las medidas de satisfacción que tiene la Unidad. Los profesionales deberán solicitar estos mensajes al profesional encargado de la unidad Para Las Víctimas.

Cuando ya se concrete toda la actividad con los participantes del grupo, el/la profesional psicosocial deberá diligenciar el acta de concertación y el guion metodológico. Este último contendrá el paso a paso de la medida de satisfacción; incluyendo agenda, lugar, materiales, descripción de las actividades a desarrollar y costos. Este guion deberá ser enviado a la Unidad, para ser revisado y avalado por el enlace técnico del equipo psicosocial que se encuentre a cargo, antes de su respectiva implementación.

Es muy importante poder documentar y evidenciar los procesos y acciones realizadas por medio de los soportes documentales (informes, listados, fotografías y videos).

4.7. ENCUENTRO 7 SIGNIFICANDO EN EL UN NUEVO PAÍS

TEMAS: PRÁCTICAS DEL PAÍS DE ACOGIDA

Objetivo: Facilitar el reconocimiento de la cultura del país de acogida a través de la reflexión y la vivencia de las prácticas familiares y sociales, en pro de la integración intercultural.


Materiales: es importante que el profesional psicosocial revise los materiales con anticipación de acuerdo con las actividades de cada uno de los encuentros y la cantidad de participantes que estarán en dichos espacios. Los materiales que se utilizarán para este séptimo encuentro son los siguientes:

- ✓ Pliego de papel Kraft, pinturas, Colores, Crayolas para la cartografía y Fichas bibliográficas, hojas blancas para la elaboración del dibujo del alimento.

Formatos: el profesional psicosocial preparará y utilizará los formatos que han sido debidamente validados y aprobados ante el Sistema Integrado De Gestión de la Unidad para Las Víctimas. Para este encuentro, se utilizarán los siguientes:

- ✓ Listado de asistencia (Código: 410.08.15-74, Versión 03)

Agenda

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 71 de 109 |

| ACTIVIDAD | DURACIÓN |
|--|-----------------|
| Momento 1: Bienvenida | 10 minutos |
| Momento 2: Cartografía Social del país de acogida | 80 minutos |
| Momento 3: Preparación de la medida de satisfacción, recordando sabores. | 80 minutos |
| Momento 4: Cierre | 10 minutos |

Momento 1: Bienvenida (10 minutos).


El/la profesional psicosocial, realizará la bienvenida al grupo indagando sobre las actividades que han realizado en la última semana. Posteriormente da apertura a las actividades del encuentro.

Momento 2: Cartografía Social del país de acogida (80 minutos)

El profesional psicosocial abre el diálogo diciendo: *recuerdan que en el encuentro anterior hablamos sobre las prácticas sociales que teníamos en nuestros territorios, ahora queremos que pensemos en las prácticas que hay en este país, si habláramos de lo que significa una práctica social en este país, ¿qué sería? ¿Cuáles serían? entendiendo que una práctica social refiere a ese tipo de cosas que hacemos en conjunto, que compartimos, que hacemos colectivamente, por ejemplo, un cumpleaños, una comida, específicamente en este país.*

El/la profesional psicosocial escucha lo que las personas dicen y va anotando las ideas en papel Kraft; al finalizar, usando las mismas palabras con las que las personas explicaron que entienden por una práctica social en el país de acogida, el/la profesional psicosocial amplía la información para favorecer la comprensión sobre lo que significa una práctica social.

Posteriormente les dirá a las personas: *ahora estas prácticas las vamos a plasmar en un mapa que vamos a dibujar del territorio actual*, el profesional psicosocial explica los conceptos básicos de la cartografía tales como: territorio, lugar, espacio, límites, convenciones, etc. Mencionar que el objetivo de este trabajo es que un grupo de participantes elabore una cartografía del territorio "en

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 72 de 109 |

el que habita": es decir lugares donde transita, redes o grupos en los que participa y detectar en estos lugares las principales prácticas sociales que hay en este territorio.

Se hace un pequeño ejercicio de visualización acompañado de música donde los y las participantes cierran sus ojos y se les va guiando por los lugares donde ellos transitan cotidianamente, ¿qué personas ven?, ¿qué hacen las personas mayores?, ¿los adultos, los adolescentes y jóvenes, las niñas y los niños?, ¿hay espacios diferenciados donde permanecen hombres y mujeres?, ¿cuáles son?, ¿qué hacen las personas adultas?, ¿qué organizaciones o instituciones existen para las personas?, ¿qué hacen allí?, ¿qué tipo de personas frecuentan estos sitios?, ¿cuáles son los límites de lo que usted conoce de su territorio?. Luego se solicita que abran los ojos y que con estas ideas que han recordado realicen el siguiente ejercicio.

Se divide al grupo en dos y se tratan de ubicar en lo posible por cercanía de donde viven, se entrega el material, permitiendo que los dos grupos realicen la cartografía donde deben ubicar con símbolos, convenciones, los lugares de acuerdo con los siguientes pasos que pueden estar en diapositivas, escritas en el tablero o mencionarlas:

- ✓ Representen su territorio. Defina, pinte y anote los límites de "su mapa".
- ✓ Ubíquese como persona, grupo, familia y comunidad en el Mapa. (Ubicación de situación).
- ✓ Ubiquen los lugares de encuentro (Trate de caracterizar si en lugares específicos se reúnen con características específicas)
- ✓ Ubiquen organizaciones que estén en el territorio (pueden ser formales como grupos constituidos u ONG o informales como parches, grupos artísticos, culturales, religiosas, deportivos, etc.)
- ✓ Ubiquen Instituciones del estado o instituciones privadas que trabajen en el territorio.
- ✓ Mapee los sitios o zonas en donde hay mayores problemáticas
- ✓ Finalmente ubique las principales prácticas sociales del territorio


Luego se pega el mapa en la pared y el profesional psicosocial motivará para que los grupos presenten al resto lo construido.

A medida que los participantes van exponiendo, el profesional psicosocial va anotando en tarjetas frases fuerza que den cuenta de cada una de las situaciones que narran. Preguntar en caso de que no sea explícito en la exposición.

Al finalizar el ejercicio, el profesional podrá llevar a cabo las preguntas que considere:

¿Cómo se sintieron al desarrollar el ejercicio?

¿Sienten que ya se integraron en esta nueva ciudad?

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 73 de 109 |

¿Qué les hace falta para poder completar su proceso de integración cultural?

Tenga en cuenta: Proponga los lugares, actores, relaciones e interacciones de las personas, permítales también libertad en lo que plasman y busque que propenda por la construcción de vínculo en la cartografía.

El profesional psicosocial podrá finalizar el ejercicio comentando que el proceso de integración cultural es progresivo e individual.

Momento 3: Preparando la medida de satisfacción, recordando sabores (80 minutos)

Dentro de la cartografía que realizamos en el ejercicio anterior, es posible que hayamos pensado en lugares o restaurantes que preparen comida colombiana. Los alimentos siempre son guardados en la memoria y proporcionan identidad y una forma cultural de vida. El ejercicio que se realizará a continuación tiene por objetivo traer al presente aquellos alimentos que hacen parte de esa identidad cultural. Para tal fin, a cada participante se le proporcionará materiales para que, en 10 minutos, realicen un dibujo de su alimento o su plato favorito.

Posteriormente, se les invita a socializar su alimento o plato favorito, mientras que el profesional realiza algunas preguntas que inviten a ampliar la socialización como:


- ✓ ¿Qué recuerdos te trae este alimento?
- ✓ ¿Hace cuanto que no consumes este alimento?
- ✓ ¿En esta ciudad en la que nos encontramos, podemos conseguir este alimento?

Luego de que cada participante haya socializado su alimento favorito, se les invita a pensar en algún plato típico o alimento que deseen hacer y/o compartir en el espacio de la medida de satisfacción, la cual se desarrollará en el noveno encuentro. Se dejará un espacio para que las personas lo dialoguen y lleguen algún acuerdo.

Finalmente, continuaran con la preparación de la medida de satisfacción (aspectos que hagan falta, ultimar detalles.)

Momento 4: Cierre (10 minutos)

El/la profesional psicosocial, finaliza el encuentro agradeciendo y motivando a los participantes para que continúen con el proceso.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 74 de 109 |

4.8. ENCUENTRO 8: SEGUIRÉ AVANZANDO

Objetivo: Realizar el cierre técnico de la Estrategia de la Estrategia de Recuperación Emocional Grupal.

Materiales: Es importante que el profesional psicosocial revise los materiales con anticipación de acuerdo con las actividades de cada uno de los encuentros y la cantidad de participantes que estarán en dichos espacios. Los materiales que se utilizarán para este octavo encuentro son los siguientes:


- ✓ Hilo para elaborar las manillas.
- ✓ Computador y música para ambientar los ejercicios.

Formatos: El profesional psicosocial preparará y utilizará los formatos que han sido debidamente validados y aprobados ante el Sistema Integrado De Gestión de la Unidad para Las Víctimas. Para este encuentro, se utilizarán los siguientes:

- ✓ Listado de asistencia. (Código: 410.08.15-74, Versión 03)
- ✓ Encuesta post-Test (Código: 430,08,15-48, Versión 02)

Agenda

| ACTIVIDAD | DURACIÓN |
|--|------------|
| Momento 1: Bienvenida y encuesta postest | 40 minutos |
| Momento 2: Seguiré avanzando | 40 minutos |
| Actividad 3: El nudo de mi sueño | 60 minutos |
| Momento 4: Preparación Medida de Satisfacción y Cierre | 40 minutos |

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 75 de 109 |

Momento 1: Bienvenida y Encuesta post-test (40 minutos)

Se les dará la bienvenida a las personas y agradecerá por su asistencia, así como se reconocerá su disposición frente a la participación en la jornada. A medida que van llegando las personas, el profesional va creando un círculo en el que él mismo hace parte.

El / La profesional psicosocial continuará diciendo: *"como ustedes ya saben durante este proceso fue importante saber cómo nos sentíamos durante el mismo, es por esto por lo que les pediremos que diligencien de nuevo la encuesta que realizamos en el primer encuentro para poder recoger como ha sido lo que vivimos hasta ahora"*

De esta manera se dejará un espacio de 30 minutos para que las personas contesten el postest, recordando que no hay respuestas incorrectas o correctas, que de lo que se trata es poder reconocer las emociones y su transformación de su proceso.

Momento 2: "Seguiré avanzando" (40 minutos)

Después del respectivo diligenciamiento de la encuesta post-test, se les pedirá que empiecen a caminar por todo el espacio del salón de manera muy lenta, luego se irá avanzando hasta que puedan caminar normalmente, luego se les pedirá que actúen como si les estuviera doliendo el estómago unos segundos, a pesar del dolor seguirán caminando, seguido de esto se les pedirá que actúen como si tuviera mucha hambre, a pesar del hambre seguirán caminando, luego se les pedirá que actúen como si sintieran mucha Tristeza y seguirán caminando. Se les solicitará que, en cada situación a pesar de la tristeza, el hambre y el dolor sigan caminando porque están transitando hacia un objetivo. Luego se les dice que, en parejas, uno de los compañeros va a tratar de detener el caminar del otro al sostenerlo de la cintura y luego hacen el cambio.


Después se les pedirá que se sienten en el piso en forma de círculo y se les preguntará:

¿Qué emociones sintieron en los diferentes momentos del ejercicio desarrollado?

¿En qué se parece este ejercicio a nuestra vida?

¿Cómo se sintieron con el hecho de saber que continuaron caminando a pesar del dolor de estómago, del hambre y la tristeza?

Todos los que están aquí son sobrevivientes que han seguido caminando a pesar de los dolores, a pesar de todas aquellas circunstancias que vivimos que nos quitan las ganas, la energía seguimos caminando, quiero agradecerles por haber hecho parte de esta estrategia, por tener el coraje de seguir, y quiero entregarles el maletín de viaje, el maletín del viaje de su vida, donde guardamos allí todos esos recursos, todas esas fortalezas que nos han ayudado a seguir caminando y que nos ayudaran a seguir en este viaje, por eso reciban cada uno su maletín, recuerden cada una de las actividades y recuerden todo aquello que estos encuentros despertó que les va a permitir seguir.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 76 de 109 |

Momento 3 "El nudo de mi sueño" (60 minutos)

El profesional psicosocial finalizará este espacio con la siguiente reflexión: el hilo simboliza la conexión esencial, en cualquiera de los planos: espiritual, biológico, social, también nos habla del significado de hilar, como ese vínculo, esa conexión que equivale a crear y mantener la vida. De igual forma los nudos son una forma de representar el trabajo que se está realizando en todos los niveles: físico, espiritual y mental. El acto de atar un nudo transforma en una forma concreta una idea, concepción o pensamiento abstracto. Por tanto, cuando atas un nudo, mientras piensas en la cosa que quieres recordar, estás haciendo una conexión entre el nudo (lo físico) y el pensamiento que necesitas recordar (lo mental).

Posteriormente el profesional indicará al grupo que para finalizar esta actividad nos debemos organizar en parejas, como ya entendimos el significado del hilo y el nudo vamos a pensar en un sueño o un deseo muy importante que tengamos y vamos a pedirle a nuestro compañero que ate en la mano derecha el hilo como símbolo de vida y el nudo como símbolo de fuerza mientras pensamos en este sueño o deseo.

A su vez vamos a atar un hilo en la mano de dos compañeros más como símbolo de amistad y adquiriendo un compromiso con él. Se le debe indicar a los participantes que cuando aten el hilo a las dos personas que escogieron repitan estas palabras, pongo este hilo símbolo de vida a tu mano lo ato con un nudo símbolo de fuerza como muestra de amistad y me comprometo contigo a..... (Cada participante debe hacer un compromiso).

Se hará énfasis que, de ahora en adelante como grupo, podrán colaborar en los momentos en que se necesiten.


Momento 4: Preparación Medida de Satisfacción y Cierre (40 minutos)

En este momento, el/la profesional ultimaré detalles en la organización de la medida de satisfacción y dará por terminado el encuentro.

4.9. ENCUENTRO 9: MATERIALIZACIÓN DE LA MEDIDA DE SATISFACCIÓN

Objetivo: Facilitar un encuentro a los y las participantes que les permita consolidarse como grupo a través de la medida de satisfacción, propendiendo por un vínculo perdurable en el tiempo.

Materiales: los que se hayan concertado en los encuentros pasados con los participantes.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 77 de 109 |

Agenda

| ACTIVIDAD | DURACIÓN |
|---|-------------|
| Momento 1: Bienvenida | 10 minutos |
| Momento 2: Lectura del mensaje de dignificación | 40 minutos |
| Momento 2: materialización de la medida de satisfacción | 120 minutos |
| Momento 3: Cierre | 20 minutos |

Momento 1: Bienvenida (10 minutos)


Se les dará la bienvenida a los participantes y se les agradecerá por su asistencia, así como se reconocerá su disposición frente a la participación en la jornada. A medida que van llegando las personas, el profesional va creando un círculo en el que él mismo hace parte. Es importante que inicie la jornada retomando las vivencias de la semana, pero sobre todo encuadrando los objetivos de la jornada de ese día. Repasando la logística, agenda y responsabilidades.

Momento 2: Lectura del mensaje de dignificación (40 minutos)

El/la profesional deberá previamente gestionar los mensajes de dignificación con el encargado de la Unidad para las Víctimas. El profesional deberá tener en cuenta los lineamientos para la lectura de dicho mensaje, cumpliendo el sentido reparador del escrito, toda vez que hace parte de una medida de satisfacción.

Momento 3 Materialización de la medida de satisfacción (120 minutos)

El profesional psicosocial iniciará manifestando que este momento es de plena autonomía para las personas, les dirá que tienen dos horas para realizar la materialización de la medida de satisfacción. Motivará a los participantes para que desarrollen la actividad como la han planeado previamente (encuentros anteriores), dejando libertad en el hacer y en el construir, el rol del psicosocial es motivar la participación de todos en la materialización y de acuerdo con los construido reconocer como han podido realizar de manera colectiva esto, como lo han logrado hacer juntos y como esto los constituye como un grupo colaborativo.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 78 de 109 |

Luego de la materialización de la práctica social, el profesional dialogará con el grupo en torno al siguiente guion conversacional:

- ✓ ¿Cómo se sintieron?
- ✓ ¿Sienten que algo cambio? ¿Qué?
- ✓ ¿Creen que la materialización de la de la medida de satisfacción logró su objetivo?

Tenga en cuenta: Es importante realizar preguntas reflexivas en torno a la especificidad de la materialización de la medida de satisfacción construida, es decir, preguntar acerca de si logró el sentido y significado de lo que el grupo decidió realizar como práctica.


Momento 4: Cierre del encuentro (20 minutos)

En el cierre de este encuentro se les pedirá a los participantes caminar por el espacio, con la consigna del camino recorrido, de todo lo trabajado en estos encuentros, luego se pedirán que se hagan en parejas y se acaricien las manos como una muestra de lo que han hecho, las manos como símbolo del hacer, de lo que construyen, posteriormente se organizaran en 4 grupos y se acariciarán las manos como una muestra de su trabajo colectivo de los que han hecho juntos como grupo de apoyo.


De esta manera agradecerá y despedida al grupo por la labor efectuada durante todo el proceso.

5. DOCUMENTOS DE REFERENCIA

- Guía de elementos teóricos y conceptuales de las estrategias de recuperación grupales. Naciones Unidas (2000) Asamblea General. Principios y directrices básicos sobre el derecho de las víctimas de violaciones manifiestas de las normas internacionales de derechos humanos y de violaciones graves del derecho internacional humanitario a interponer recursos y obtener reparaciones. A/RES/60/147. 24 de octubre de 2000. Tomado el 2 de junio de 2017. De: <http://www.ohchr.org/SP/ProfessionalInterest/Pages/RemedyAndReparation.aspx> Presidencia de la Republica. Decreto 588 de 2021.
- Consultado en: <http://es.presidencia.gov.co/normativa/normativa/DECRETO%20588%20DE%20L%202005%20DE%20ABRIL%20DE%202017.pdf>
- Presidencia de la Republica. Decreto 589 de 2017.
- Consultado en: <http://es.presidencia.gov.co/normativa/normativa/DECRETO%20589%20DE%20L%202005%20DE%20ABRIL%20DE%202017.pdf>
- Proceso De Justicia Y Paz Cartilla Para Víctimas.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 79 de 109 |

- De: <http://www.fiscalia.gov.co/jyp/wp-content/uploads/2012/07/CARTILLA-ATENCI%C3%93N-A-V%C3%8DCTIMAS.pdf>
- Torres y otros, 2014; SNARIV, 2012; Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas, 2014. Cartilla CONPES 3784, s.f.
- Unidad para las víctimas-USID-OIM (2016). "Guía Elementos para la incorporación del enfoque psicosocial en el sistema de atención y reparación integral a las víctimas. Bogotá
- Unidad para la atención y reparación integral a las Víctimas (2014). "Estrategia de Recuperación Emocional a nivel grupal con adultos ERE-G. Subdirección de Reparación Individual. Equipo Psicosocial. Anexo 5 editado

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 80 de 109 |

6. ANEXOS:

ANEXO 1: GUÍA DE ORIENTACIONES SOBRE ACCIÓN SIN DAÑO PARA LOS DIFERENTES HECHOS VICTIMIZANTES³¹

Asumiendo este Enfoque de Acción Sin Daño (ASD) La Unidad para las Víctimas, busca orientar elementos que permitan el cuidado del estado emocional de las víctimas y víctimas y sobrevivientes en cualquier acción que desarrolle la Unidad. Es decir, busca incorporar al quehacer de la atención, acciones que eviten la retraumatización y la revictimización.

El protocolo de Acción Sin Daño posibilita el reflexionar continuamente sobre las consecuencias de los planes, programas y proyectos que se desarrollan con las personas que han vivido hechos victimizantes; reflexión que necesariamente debe pasar por la mirada autocrítica, en la que se reconoce que ningún funcionario(a) de la Unidad para la Atención y Reparación Integral está exento de hacer daño durante las intervenciones que realiza, ya que la atención está siempre en una realidad compleja de la cual solo tenemos una pequeña participación en el marco de la complejidad de la vida social, política, cultural, familiar e individual de los sobrevivientes.


Lo anterior implica que debemos siempre actuar con la participación de los y las sobrevivientes en dirección de su bienestar y protección. Adicionalmente el enfoque de Acción Sin Daño implica reconocer el daño que ha dejado en la vida de las personas las victimizaciones y el conflicto armado, pero además reconocer los efectos que pueden tener las propias acciones para no agudizar o profundizar los daños que ya existen.

Es importante considerar aquí, que se entiende por hecho victimizante:

Las acciones que repercuten en violaciones a los Derechos Humanos infracciones al Derecho Internacional Humanitario, ocurridas con ocasión del conflicto armado interno, entre las cuales se encuentran el homicidio, masacres, secuestro, desaparición forzada, tortura, delitos contra la libertad y la integridad sexual, el uso de minas antipersonal (MAP), munición sin explotar (MUSE) y artefactos explosivos

Es importante tener en cuenta entonces que el hecho victimizante conlleva un daño irreparable para la víctima, que puede ser revictimizada por la acción de quién atiende y orienta a la persona.

³¹ Tomado de documentos complementarios, estrategias de reparación integral, <http://www.unidadvictimas.gov.co/es/metodologia-para-las-estrategias-de-reparacion-integral-v1/39352> improvisados (AEI), la vinculación de niños, niñas y adolescentes al conflicto, terrorismo, despojo forzado de tierras y desplazamiento forzado, entre otros (Torres y otros, 2014, página 71).

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 81 de 109 |

1. Elementos Generales de Acción sin daño que aplican para todos los hechos Victimizantes.

Dentro de los elementos generales que deben ser tenidos en cuenta por el Profesional Psicosocial que desarrolla las estrategias para la atención de víctimas del conflicto armado por cualquier hecho victimizante, están los siguientes:


- ✓ Las personas que han sufrido alguno de los hechos victimizantes por el conflicto armado han encontrado mayores oportunidades de atención a sus necesidades básicas al referir su condición de victimización, en todo momento se deberá empoderar el ejercicio activo de los sobrevivientes como sujetos de derechos, de modo que se contribuya al desarrollo de la capacidad de agenciar procesos de reclamo como ciudadanos, que se perciban como sujetos activos dentro de su proceso y no como objetos pasivos de la asistencia. Para ello, se deberá hacer énfasis en los procesos de corresponsabilidad de los sobrevivientes, dentro de la construcción y puesta en marcha de los procesos de reparación integral.

Las víctimas están expuestas a ser revictimizadas cuando se presenta una o más conductas descritas a continuación:

- ✓ Mal trato por otros funcionarios y/o entidades.
- ✓ Desinformación y/o desorientación con relación a su caso.
- ✓ Dispersión de la atención y tramitología
- ✓ Baja o nula coordinación y articulación entre entidades del SNARIV como también entre funcionarios. En este sentido, será de gran ayuda y relevancia que los profesionales psicosociales de los territorios envíen alertas de estas acciones y que generen desde allí sinergias de mejoramiento, como también del auto- cuidado.
- ✓ Ningún acompañante está exento de hacer daño durante las intervenciones que realiza, pues es una participación en los procesos y la vida social de los "otros".

Se pueden cometer acciones con daño por parte del Profesional psicosocial por distintos caminos, como los siguientes:

- ✓ Al escuchar a la víctima, tratar de entender rápido lo que vivió y lo que necesita
- ✓ Juzgar lo que vivió y lo que siente, por parámetros distintos a los que la persona expresa, simplemente por la interpretación del profesional por la experiencia o por sus valores y juicios personales. Ejemplos tales como, a usted le pasa lo mismo que a todos.... O, si yo hubiese vivido lo mismo me sentiría diferente, o lo que usted hizo está mal.
- ✓ Sugerir sobre el afrontamiento del otro. Aquí se puede buscar que la persona reaccione de una u otra forma como lo haría el profesional.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 82 de 109 |

- ✓ Minimizar la situación de lo que está viviendo o sintiendo, o naturalizar o normalizar la situación.
- ✓ Comparar con otras víctimas ya sea, sus formas de sentir o pensar, o afrontar las situaciones.
- ✓ Impedir la expresión emocional, tratando de calmarla o de hacerla sentir como él o la profesional desea, y no como la persona realmente se siente.
- ✓ Acosar con preguntas como si fuera un interrogatorio.
- ✓ Centrar la atención solo en los recursos materiales.
- ✓ Ofrecer la medida sin conocer las necesidades de la persona.
- ✓ Reforzar la dependencia hacia las medidas.

Recriminarle o reprocharle a la víctima las solicitudes que realiza. Es necesario, como en todos los casos que él o la profesional Psicosocial, brinde un trato agradable y afectuoso, pero que no trate a las personas con lástima o condescendencia.

No es recomendable llorar frente al sobreviviente, pues puede estar transmitiendo un mensaje erróneo al que quiere enviar. Puede que el sobreviviente no lea una actitud de solidaridad con su actitud sino puede estar emitiendo un mensaje que lo que le pasó es tan grave que da tristeza.

En el Gráfico 1 a continuación, se muestra el proceso a seguir para reconocer y validar las emociones por parte del profesional psicosocial en los distintos procesos de recuperación emocional.




| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 83 de 109 |

Gráfico 1. Aspectos a desarrollar para disminuir la acción con daño en el acompañamiento psicosocial en la recuperación emocional.

2. Elementos de Acción sin Daño Según el Tipo de Victimización

2.1. Niños, niñas, adolescentes y jóvenes que vivieron el Reclutamiento Forzado

Es importante tener en cuenta que en ocasiones los NNAJ (Niño, Niña, Adolescente o Joven) desvinculados, tienen temores frente a la participación en actividades con personas que desconocen, asociadas a la sensación de peligro permanente como uno de los daños psicosociales producto de su vinculación a la vida armada, de allí que es importante que el profesional psicosocial explique claramente a que institución pertenece, y cuál será su participación en el Grupo Colaborativo.

Por otro lado, el lenguaje utilizado debe adaptarse a la edad, asumiendo que, por las condiciones particulares del sobreviviente, no necesariamente su edad biológica corresponde a su edad psicológica. El lenguaje debe ser además consecuente con el establecimiento de una relación con un sujeto de derechos, independientemente de su edad, de allí que deba evitarse el trato en términos de inferioridad o la utilización de expresiones que nieguen la capacidad del NNAJ en la definición de su proyecto de vida o en la descripción de sus necesidades.

Es importante que en el diálogo que se establece con las personas que han vivido el reclutamiento forzado, no se realicen expresiones de sorpresa o de desaprobación frente al lenguaje utilizado por el NNAJ o por los hechos que relata.


Evitar la utilización de tecnicismos en la explicación sobre el proceso de recuperación, y de ser necesario, explicar claramente y dar lugar a la formulación de preguntas por parte del sobreviviente.

Los profesionales psicosociales deben asumir un lenguaje corporal y verbal que transmita la seguridad de que el NNAJ está siendo escuchado.

2.2. Personas que vivieron hechos relacionados con Minas antipersonas (MAP), Municiones sin Explotar (MUSE) y Artefactos explosivos Improvisados (AEI)

Algunas personas ante un sobreviviente de una mina con lesiones permanentes tienden a reaccionar exageradamente, asumiendo ante ellos una actitud asistencialista y sobreprotectora; lo cual impide que el sobreviviente se desenvuelva de acuerdo a las habilidades adquiridas a partir del hecho victimizante. Por lo tanto, se recomienda que el profesional psicosocial no se levante para llevarlo de la mano, no debe ayudarlo a sentarse, no debe decirle: "pobrecita, que tristeza terrible". Es importante que el profesional psicosocial estudie a partir de la observación el estado del sobreviviente; si llega por sus propios medios, de la misma manera solo señálele donde se puede sentar, no exagere sus movimientos y palabras por atenderlo.

No fije su mirada en la parte del cuerpo afectada del sobreviviente, mantenga su mirada en la integralidad del sobreviviente, y el ambiente en que se encuentren.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 84 de 109 |

Pregúntele como cree que le puede ayudar, no ofrezca nada sin saber las necesidades de cada sobreviviente.

No acose con preguntas al sobreviviente, permítale expresarse con libertad y tranquilidad.

No rotule al sobreviviente por su discapacidad (el ciego, el cojo, el de silla de ruedas, el manco etc.) refiérase y llame a la persona por su nombre. No hable del sobreviviente con otras personas, no aclare a otros que le sucede, bríndele confidencialidad y respeto.

Acompañe al sobreviviente a centrar sus acciones en la realidad, a visualizar los elementos con que cuenta, verificando lo individual, familiar, económico y social- comunitario; establezca un diálogo donde pueda rescatar que elementos tiene como individuo, si cuenta con su núcleo familiar, si participa o participaba en acciones de grupos sociales o comunitarios.

Es conveniente que afinen su capacidad de observación y de escucha frente al relato del sobreviviente, permitiendo que se sienta entendido y no juzgado.

No le hable al sobreviviente de lo que usted sabe de la discapacidad, permita que esta se exprese y que le dé a conocer la visión que tiene, frente a la pérdida.


No subvalore lo que el sobreviviente piensa de su discapacidad, escúchela con atención y cree junto con ella estrategias de desarrollo.

Los sobrevivientes pueden tender a enfocarse en la imposibilidad, por lo cual es fundamental recoger las aspiraciones y anhelos que el sobreviviente tenía antes del accidente, articulándolo con las posibilidades actuales. Para ello, siga de manera cuidadosa las actividades propuestas en el protocolo de la estrategia de recuperación emocional.

Es importante conocer culturalmente qué significados tiene la discapacidad en cada comunidad, en el contexto específico en el que se desarrolla la vida cotidiana del sobreviviente y su familia.

En la Tabla 1. Se definen las siglas de las afectaciones por minas, municiones y artefactos explosivos. Es importante que los profesionales sepan diferenciar a lo que se pueden referir las víctimas de este hecho victimizante.

| | |
|--------------------------------|---|
| Mina Antipersonal (MAP) | Se entiende toda mina concebida para que explote por la presencia, la proximidad o el contacto de una persona, y que en caso de explotar tenga la potencialidad de incapacitar, herir y/o matar a una o más personas. |
|--------------------------------|---|

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 85 de 109 |

| | |
|---|---|
| Munición sin Explotar (MUSE) | Es toda munición explosiva que ha sido cargada, su fusible colocado, armado o, por el contrario, preparada para su uso o ya utilizada. Puede haber sido disparada, arrojada, lanzada o proyectada y permanecer sin explotar debido al mal funcionamiento, al tipo de diseño o a cualquier otra razón. |
| Artefactos Explosivos Improvisados (AEI) | Artefactos fabricados de manera artesanal, diseñados con el propósito de causar la muerte o daño físico utilizando el poder de una detonación. Según su objetivo táctico, los AEI pueden ser producidos con diferentes tipos de materiales, iniciadores, tamaños y contenedores. |


Tabla 1. Definición de las siglas de afectaciones por minas, municiones y artefactos explosivos.

2.3. Sobrevivientes de Desplazamiento Forzado

El hecho victimizante del desplazamiento forzado se constituye en un delito de lesa humanidad, el cual se caracteriza por ser un hecho masivo, sistemático, de larga duración y relacionado con fines de control social, territorial y de despojo; sumado a intereses de tipo económico, político y militar. Entonces, "se entiende por víctima de desplazamiento forzado: "Toda persona que se ha visto forzada a migrar dentro del territorio nacional, abandonando su localidad de residencia o actividades económicas habituales, porque su vida, su integridad física, su seguridad o libertad personales han sido vulneradas o se encuentran directamente amenazadas [con ocasión de las violaciones enunciadas en el artículo tercero de la Ley de víctimas y restitución de tierras]" (Ley de Víctimas y Restitución de Tierras de 2011, página 41).³²

En el desarrollo de las estrategias, es necesario que el profesional psicosocial sea capaz de validar las experiencias de la víctima/sobreviviente en el trasegar antes de la llegada a la ruta de reparación integral y en particular antes de su vinculación a la estrategia de recuperación emocional. Así mismo, se requiere que el profesional psicosocial identifique que parte de las relaciones empáticas que van a construir con ella, se sostienen a partir de las relaciones de confianza y éstas, a su vez, de la honestidad en el intercambio con ellas.

El manejo del lenguaje verbal y semiótico que utilice el profesional psicosocial con los sobrevivientes debe tener en cuenta las condiciones particulares y diferenciales de cada uno de ellos, como nivel educativo, edad, etnia, entre otros. Además, usar un diálogo sencillo, preciso, sin formarse juicios de valor o rechazo, tampoco evocar siglas, tecnicismos, calificativos y/o valoraciones subjetivas durante el desarrollo de los encuentros de la Estrategia y en los espacios de encuadre y de cierre de la misma.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 86 de 109 |


De igual forma, el profesional psicosocial debe dinamizar e incentivar la participación activa del sobreviviente y adhesión solidaria de su grupo familiar, lo cual permitirá la corresponsabilidad y compromiso del hogar en su proceso de asistencia y reparación integral.

Es importante que el profesional psicosocial se contextualice respecto a la realidad de los participantes de la Estrategia que han sido víctimas de desplazamiento forzado, en términos de su sentir en el territorio en el que se encuentran. Comprender si las personas se autodenominan como retornados, reubicados, reintegrados o desplazados, marca diferencias profundas en términos de la relación que han establecido con el territorio en el que residen. El profesional psicosocial deberá ser cuidadoso para aproximarse y abordar estas diferencias, especialmente en la implementación de los encuentros relacionados con la proyección de escenarios futuros dada su transitoriedad por el territorio.

Recomendaciones:³²

- Reconocer el desgaste emocional y la inconformidad de las víctimas ocasionada por la demora de los servicios de atención, la rotación de solicitudes y procedimientos en diferentes instituciones y las gestiones infructuosas frente al acceso a sus derechos.
- Partir del reconocimiento de la situación de las víctimas, es decir, desde el significado que le otorgan a la experiencia del desplazamiento forzado, así como de las estrategias de afrontamiento para adecuar las respuestas institucionales y las rutas de los procesos de atención a las necesidades y expectativas identificadas con las víctimas.
- Verificar las comprensiones que las víctimas tienen sobre los procesos de atención. Esto se puede realizar mediante ejercicios de validación donde se solicite a la víctima parafrasear la orientación recibida, de manera que logren especificar detalles como el objetivo (el para qué), el procedimiento (el cómo), los lugares o instancias (el dónde), y la función, el cargo o el responsable (el quién) de las acciones identificadas como necesarias.
- Recordar que la mayoría de las víctimas de desplazamiento forzado han sido mujeres, niños y niñas, situación en la cual las mujeres, frecuentemente, deben asumir el cuidado de los otros al interior de las familias o comunidades. Por lo tanto, es necesario brindar a esta población una atención diferencial, remitiéndola a los programas específicos existentes para

³² Unidad para las víctimas-USID-OIM (2016). "Guía Elementos para la incorporación del enfoque psicosocial en el sistema de atención y reparación integral a las víctimas. Pág. 98

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 87 de 109 |


la atención del desplazamiento, especialmente a los programas ordenados por la Corte Constitucional, procurando un trato prioritario en la atención.

- Procurar resaltar las capacidades y fortalezas de las víctimas, así como su identificación como sujetos de derechos, promoviendo la participación, responsabilidad y compromiso en los procesos que los afectan.
- Para el caso de grupos étnicos, asegurar que tanto personas y comunidades como las autoridades étnicas conozcan las rutas para denunciar este hecho y otras victimizaciones relacionadas al mismo, así como los procesos y medidas en atención, asistencia y reparación a nivel individual y colectivo.
- Tener una mirada diferencial frente a los grupos étnicos, reconociendo su heterogeneidad y particularidad, lo cual implica considerar aspectos como relaciones y arreglos de género, edad, estructuras de autoridad, prácticas tradicionales y culturales, formas de sanación cultural y saberes ancestrales, entre otros.

2.4. Sobrevivientes de Violencia Sexual

La violencia sexual es una de las principales formas de violación a los derechos humanos, y en contextos de conflicto armado se ha configurado como una de las armas de guerra más importante y más utilizadas, con el fin de amedrentar, vengar, disminuir y controlar al enemigo. Es por lo anterior que es posible afirmar que las maneras de cometerla son múltiples, como son múltiples sus consecuencias o afectaciones de quienes han sido víctimas de violencia sexual, sin embargo, cabe aclarar que estas diferentes afectaciones no sólo están asociadas a la manera en que fueron víctimas, sino también a su género, orientación sexual, edad, etnia, clase, a si el hecho fue cometido una vez o de manera reiterada, lo cual enfrenta al profesional a ver cada caso con una particularidad minuciosa, así como con sobrevivientes de otro hecho victimizante.


Conocer al sobreviviente, su caso y sus necesidades actuales es fundamental para establecer qué tipo de atención se debe brindar. Para lograrlo es necesario que el profesional psicosocial tenga en cuenta que las personas que han vivido hechos de violencia sexual, al ser perpetradas por otro ser humano, destruyen la capacidad de confiar rompiendo los lazos de seguridad y confianza con sus entornos y con las personas que las/los rodean, especialmente en lo relacionado con los vínculos de carácter físico y/o que están atravesados por la relación del cuerpo. Por tal motivo, es necesario promover la confianza desde el primer contacto con el sobreviviente; es fundamental que se sienta tranquila(o) para hablar.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 88 de 109 |

Las personas que han vivido hechos de violencia sexual sienten sus espacios, sobre todo, los espacios íntimos invadidos y vulnerados, razón por la cual es importante garantizar que en el desarrollo de la Estrategia y/o de los encuentros se pueda consolidar un espacio que genere al sobreviviente y al grupo en general seguridad; para ello es fundamental un lugar privado y tranquilo libre de interrupciones. Es clave que el profesional psicosocial siga en detalle las orientaciones que se brindan en el protocolo de la Estrategia para este efecto, así como también sea capaz de recogerlas, adecuarlas e implementarlas si la atención la hace de manera individual.

A continuación, encontrará una serie de elementos que son muy importantes al momento de realizar la atención y acompañamiento en las estrategias con personas víctimas de algún delito contra la Libertad y la Integridad sexual y reproductiva.

- Las víctimas de violencia sexual pueden tener resistencia a contar su experiencia por miedo a represalias, o por vergüenza y rechazo de familiares y/o conocidos, por lo que es necesario informarle y garantizarle la confidencialidad de la información y de la experiencia de vida compartida en el grupo, o del espacio de atención individual. Es entonces muy importante que el profesional psicosocial realice un encuadre cuidadoso con la persona y en el grupo.
- Es importante mencionar que, en la atención individual, el profesional debe disponerse para la escucha abierta, sin temores, ni prevenciones, con la convicción de que, si bien para la víctima puede no ser fácil hablar de lo sucedido, el hecho de que lo esté haciendo con él, es un gran paso para hacer parte de su recuperación, pues ha generado una relación de confianza.
- El profesional psicosocial deberá explicar que solo hablarán de lo que quieran hablar y que no están obligada(o) s a responder preguntas que no desean. Respete los silencios de los sobrevivientes. Es posible que algunas situaciones sean aún demasiado dolorosas o incómodas para expresarlas.
- Las personas que han vivido hechos de violencia sexual temen al rechazo y estigma social, y este ha sido uno de los principales factores de no denuncia. Por lo tanto, es importante que el profesional psicosocial pueda escuchar sin emitir juicios u opiniones acerca de los hechos que sufrió. Para ello se recomienda que el profesional psicosocial realice grabaciones de sus intervenciones con los grupos colaborativos en audios, que le permitan luego escucharse a sí mismo y retroalimentarse con sus líderes zonales para identificar sus fortalezas y oportunidades de mejora. La atención de víctimas de violencia sexual requiere un ejercicio riguroso y permanente de entrenamiento y cualificación profesional.
- Es clave que el profesional psicosocial preste atención al relato de los sobrevivientes y muestre interés por el mismo. Esto se puede lograr mediante el contacto visual con el/la sobreviviente y asentir ante sus expresiones. Es muy importante prestar atención

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 89 de 109 |


a lo que el sobreviviente expresa con su lenguaje no verbal (gestos, comportamientos, silencios). Esto le ayudará a leer en el sobreviviente situaciones y/o personas que la alteran o le generan calma y serenidad.

- Se recomienda que el profesional psicosocial utilice un lenguaje claro, sencillo y adecuado para la edad, etnia, escolaridad y ambiente (rural, urbano) del sobreviviente.
- También manifiéstele que puede expresar sus emociones libremente; que puede tomarse un momento para llorar o para expresar la rabia que los hechos le producen, la expresión de su dolor, rabia o frustración es totalmente válido en el momento de la intervención.
- Si el/la sobreviviente entra en un estado de crisis emocional: no intente calmarla con expresiones que minimicen la situación como "no se preocupe" o "todo está bien". Recuérdele que está en un lugar seguro, en el que puede expresar sus sentimientos y pensamientos.
- La culpa es una de las respuestas que con mayor frecuencia se presenta en las víctimas de violencia sexual, razón por la cual en muchas ocasiones temen y se avergüenzan de lo sucedido, impidiéndoles denunciar y buscar ayuda, y por ende reconstruir su vida después del hecho. Oriéntela para que poco a poco, le sea posible confirmar y aceptar que ella/él no provocó la agresión, que el único culpable es el victimario y que ninguna mujer/hombre/niña/o merece o busca una agresión sexual.
- Dentro del proceso de recuperación emocional de personas víctimas de conflicto armado, es muy importante la identificación de redes familiares y/o sociales con las que cuentan; aunque para algunas personas víctimas de violencia sexual puede ser complicado, por las razones expuestas anteriormente, aliéntela, sin presionarla, a identificar a aquellas personas con quienes tiene relaciones de confianza e invítela a apoyarse en ellas.
- Indague por el significado que toma el género en grupos étnicos y cómo éste es determinante de poderes, recursos, valores y estatus desiguales.

2.5. Sobrevivientes de Desaparición Forzada³³

La Desaparición forzada genera varios impactos psicosociales en las víctimas, la familia de la persona desaparecida experimenta una incertidumbre permanente, generando varias preguntas alrededor de

³³Tomado del documento del Centro Nacional de Memoria Histórica Entre la incertidumbre y el dolor: impactos psicosociales de la desaparición forzada. www.centrodememoriahistorica.gov.co/micrositios/desaparicionForzada/libros-tomo3.html

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 90 de 109 |

este hecho tales como: ¿lo estarán torturando?, ¿Que estará pasando?, ¿Estará muerto? Permanentemente está el deseo de liberarlo del sufrimiento. Y esto puede generar una impotencia extrema, el no saber, pero siempre con la esperanza de que va a volver.


Las familias van generando un deterioro en su interior, por varias razones entre las cuáles se encuentra el estrés, por las diferentes ideas y opinión que surgen a partir de la incertidumbre de no saber, como: quedémonos callados, hagámonos a un lado, hagámoslo público, se van presentando opciones de acuerdo al sentir de cada uno, y el miedo y la culpa los puede llevar a pensar que su familiar puede estar muerto. Cada uno coloca su sentir y manifiesta su temor desde las diferentes acciones, lo que a veces puede llevar a culpabilizar al otro, o a culparse a uno mismo, y esto va deteriorando las relaciones en el contexto familiar y en el entorno que rodea a la familia, y en algunas ocasiones esto puede llevar al aislamiento interno y externo a la familia.

También se ha observado que incluso se deteriora el sentido de seguridad y confianza en general. Esto se presenta en dos vías; una, porque está el temor que el vínculo afectivo con "él o la ausente" se pierda y esto puede producir mucho dolor, porque se ha perdido un familiar querido de un momento a otro, y surge n cuestionamientos como:

¿me sigo relacionado igual? Con mi pareja, y mi familia. Por otro lado, el vínculo con las relaciones con "los otros" puede producir culpa y angustia, ya que los familiares se plantean por un lado inseguridad en el establecimiento de los vínculos, la confianza es el mayor productor de vínculos sanos, y con las pérdidas éstos mismos se cuestionan. En este aspecto entran las relaciones cercanas con los otros, las instituciones, amigos, vecinos y familiares en general, se vulneran la confianza, el afecto y el entorno seguro.

Se comienza a experimentar el temor en cada rincón y en la cotidianidad de la familia, miedo que no se nombra convertido en pánico, donde el tiempo se trastoca, solamente cada madre, cada hija, cada esposa y cada hermano sabe lo que sueña en la noche, sabe lo que hace para sobrevivir en una cotidianidad a veces oscura que no se puede nombrar, en algunos ocasiones sienten pasos, sueñan con el victimario y como él se apodera y tomo el control de su tranquilidad, es un miedo que a veces no se nombra y se hace visible en nuestras expresiones físicas y comportamentales³⁴ Y como consecuencia de todo lo que sucede dentro de la familia existe además una alteración al proceso de duelo, por la incertidumbre de no saber si está vivo, hasta que no aparezca y no se sepa su paradero siempre estará la esperanza de encontrarlo, esperándolo en fechas especiales,

³⁴ Desde el año 2014 la Unidad para las Víctimas participó en la revisión del documento del Procedimiento para la Entrega Digna de Cadáveres a cargo de Fiscalía General de la Nación, donde se especifican las etapas del proceso, así como también lineamientos para el acompañamiento psicosocial del as víctimas por el Delito de Desaparición Forzada en el marco


| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 91 de 109 |

recordándolo en lugares que se frecuentaban y paralizando ciertas actividades que se tenía por costumbre de realizarlos junto a su familiar desaparecido.

Los siguientes elementos son muy importantes al momento de realizar la atención y acompañamiento en las estrategias con personas víctimas del delito de desaparición forzada, y son muy importantes para ser tenidos en cuenta por el profesional psicosocial que atiende a víctimas de este hecho victimizante.

Se debe tener en cuenta que:

- Los procesos deben tener una orientación participativa, reflexiva, formativa y comunicativa desde la perspectiva de derechos, desde el cual se reconocen a los y las participantes como sujetos activos de derechos. Desde este marco, se pretende favorecer el empoderamiento de las personas frente a sus procesos y a la exigencia de sus derechos a la Verdad, Justicia y Reparación y la construcción y fortalecimiento de su ciudadanía, a partir de la promoción de espacios de encuentro, reconocimiento, diálogo, reflexión, participación y cooperación.
- Para efectos de estos espacios, es muy importante el lenguaje, ya que éste permite acercarse a las visiones de los y las participantes para comprender las particularidades de la Desaparición Forzada. El lenguaje en sus múltiples expresiones (corporal, verbal, simbólico, etc.) permite acercarse a los saberes, significados y prácticas que tienen los sobrevivientes que participan en los procesos, para invitarlos a experimentar nuevas formas de relacionarse consigo mismos, con los otros y con su contexto, para que se reconozca y se conozca esos impactos que se generan a partir de ser víctima de Desaparición Forzada y como ellos generan transformaciones a nivel individual, familiar y comunitario.
- ✓ Preste muchísima atención frente a lo que para los sobrevivientes de desaparición forzada es una acción muy violenta que sea el profesional psicosocial quien introduce las ideas sobre las posibilidades de muerte de las personas desaparecidas. Por el contrario, se debe acompañar el proceso empleando las mismas expresiones que el sobreviviente emplea para manifestar que posiblemente el desaparecido pudo ser asesinado.
- ✓ Los espacios de creatividad que se propicien posibilitan que los y las participantes realicen relatos, interpreten acontecimientos e imaginen posibles salidas a los principales riesgos identificados. De manera que se privilegia las expresiones, los significados, miradas, perspectivas, vivencias y propuestas de los participantes como el centro de los espacios.
- ✓ Es importante referir que la Ley 1408 de 2010 sienta un precedente en la normatividad nacional al reconocer los derechos de las víctimas de este delito de lesa humanidad y de sus familiares y enfatizar en la importancia de esclarecer los hechos relacionados con su comisión. En este sentido, dispone acerca de los derechos a la información y la participación de las familiares víctimas en cada una de las etapas del proceso, la creación del banco de perfiles genéticos de víctimas de Desaparición Forzada, y lo relacionado con el auxilio funerario para las víctimas de Desaparición Forzada, durante

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 92 de 109 |

las entregas de cadáveres y cuerpos identificados, como medidas de satisfacción, dignificación y memoria.

- ✓ Es clave señalar que para los sobrevivientes de Desaparición Forzada el mayor elemento reparador es poder conocer el paradero de sus seres queridos desaparecidos y poder encontrarlos. Por esto se entenderá que las acciones que busquen facilitar el conocimiento del delito, la participación del sobreviviente dentro de los procesos y el empoderamiento en las acciones conducentes al proceso de búsqueda son importantes para el sobreviviente³⁵.
- ✓ Trate de identificar cuáles son los imaginarios que el sobreviviente posee respecto al proceso de búsqueda. Escuche abiertamente y evite dar ideas a la persona sobre lo que pudo pasar con su ser querido desaparecido.


El espacio de información deberá atender la especificidad cultural de las personas, las comunidades, a sus necesidades, además de atender las diferencias generacionales y de género de los y las participantes. La pertinencia del proceso dependerá de reconocer estas particularidades con los asistentes, para orientar nuestros procesos de atención. Información, formación y capacitación.

Tenga en cuenta que las Unidades especializadas de la Fiscalía General de la Nación son las primeras llamadas a iniciar procesos de investigación penal en casos de Desaparición Forzada, la unidad de derechos humanos y Derecho Internacional Humanitario investiga los casos y da impulso a investigaciones de Grupos Organizados al margen de la ley que no se han desmovilizado como las FARC, que continúan operando como las bandas emergentes o los casos de víctimas de miembros de la fuerza pública. Los casos que cumplan estas condiciones deberán ser remitidos a esta unidad en atención a la solicitud de impulso de investigaciones si cumplen estas condiciones³⁶

Cuando el proceso de búsqueda va de la mano con los procesos de investigación e Justicia y Paz. Los llamados a adelantar procesos de investigación de casos de Desaparición Forzada de G.O.A.M.L. que están desmovilizados en forma colectiva o miembros del grupo que se desmovilizaron individualmente son los despachos de la Unidad de Justicia Y paz de la Fiscalía, siempre que los involucrados se hayan acogido a la Ley 975 de 2005. Se deberá conocer si los postulados a dicho

³⁵ Para mayor información puede consultar: CARPETA DE INFORMACIÓN PARA FAMILIARES DE PERSONAS DESAPARECIDAS <https://www.icrc.org/spa/assets/files/publications/colombia-missing-carpeta2.pdf>

³⁶ PROCESO DE JUSTICIA Y PAZ CARTILLA PARA VICITMAS <http://www.fiscalia.gov.co/jyp/wp-content/uploads/2012/07/CARTILLA-ATENCI%C3%93N-A-V%C3%8DCTIMAS.pdf>

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 93 de 109 |

proceso ya han confesado en versiones libres cuál es el paradero de las personas desaparecidas y cuál fue el desenlace de la desaparición forzada.

Además, nuestro país cuenta con un nuevo marco que se establece a partir del Acuerdo N° 62 de la Habana, operativizando en el acto legislativo 01 de abril de 2017 y los Decretos 588 y 589 de 2017 referentes al Sistema Integral de Verdad, Justicia, Reparación y No Repetición y puesta en marcha para la creación de Unidad de Búsqueda de Personas dadas por Desaparecidas en el contexto y en razón del conflicto armado. Para aliviar el sufrimiento de las familias de las personas dadas por desaparecidas, el acuerdo ordena la implementación de medidas humanitarias inmediatas de construcción de confianza y la creación de la Unidad Especial para la búsqueda, en la que se indica la necesidad de participación y con ello el reconocimiento del saber y la experiencia de los familiares, organizaciones de víctimas y de derechos humanos, quienes iniciaron la búsqueda de los desaparecidos y la defensa de sus derechos mucho antes de la promulgación de la Ley 589 de 2000 que tipificó el delito de la desaparición forzada en Colombia.

Además, el Acuerdo N°62 ordena la construcción de un Plan de fortalecimiento de la búsqueda, ubicación, identificación y entrega digna de restos de personas dadas por desaparecidas con fuerte participación de las víctimas, pues su voz es legítima si se trata de reconocer los obstáculos a los que se enfrenta un familiar que busca a su ser querido, así como otras maneras de realizar los procesos de búsqueda, ubicación, identificación y entrega digna de restos óseos que han adelantado y que distan de las formas tradicionales como el estado Colombiano ha realizado los citados procesos³⁷.


2.6. Sobrevivientes de Tortura

Los sobrevivientes de tortura han visto vulnerada su dignidad, su intimidad, su cuerpo, por eso es muy importante crear un ambiente de confidencialidad, y sobre todo de seguridad física y emocional, que los y las sobrevivientes puedan sentir que no están siendo nuevamente maltratados, que no hay dudas o dobles intenciones, sobre todo que están entrando en una relación segura y en la cual pueden iniciar el difícil proceso de recuperación de confianza en otro ser humano.

Es importante cuidar también las condiciones de contexto en el que se dé el encuentro, ya que escenarios que puedan estar relacionados con la tortura son contextos de mucho sufrimiento, escenarios en donde se vea quebrantada su seguridad, son escenarios en los que no va a haber las

³⁷ Acuerdo N| 62 de la Habana entre el Gobierno de Colombia y las FARC-EP. Tomado de

<https://www.centrodememoriahistorica.gov.co/descargas/dialogos-paz-2015/comunicado-62-negociaciones-paz-2015.pdf>

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 94 de 109 |

condiciones para la conversación, escenarios donde no hay escucha sino por el contrario mucho "ruido" pueden ser perturbadores.


Es fundamental evitar la cualquiera alusión que implique o refuerce la culpabilización que ellos/as sienten por haber sobrevivido cuando muchos otros han muerto, es como si "los dejaran vivos para ser testimonio del daño y de la barbarie de la guerra" esto genera en los sobrevivientes una sensación falta de control sobre la propia vida, sobre el cuerpo, sobre las relaciones familiares.

En muchos casos la tortura deja huellas invisibles que se encuentran es la situación emocional, relacional y de identidad de las personas, no por eso quiere decir que los hechos no ocurrieron, no dude de lo que las personas le están contando, ni haga afirmaciones que pongan en cuestión la experiencia victimizante tales como "pero imposible que le hicieran eso porque no le quedó marcado" "es que no se le nota la cicatriz" "no pero ellos no eran tan malos como para..."

Recuerde que la tortura en Colombia ha tenido diferentes patrones, desde dejar a las personas amarradas a un árbol mientras los interrogan y por varios días, hasta formas de violencia sexual para torturar, por lo que es indispensable que cuando se trabaja con víctimas de tortura se tenga conocimiento previo sobre las violaciones a los DDHH y DIH. En ese sentido la tortura no se ha dado solo para obtener información, sino sobre todo como un método de control social, de castigo y de dominación para someter a una población. En caso de vincularse una persona víctima de tortura a las Estrategias es importante que el profesional psicosocial cuenta con el acompañamiento técnico del líder zonal y/o coordinadora psicosocial de su zona, para que pueda tener orientación precisa y retroalimentación del acompañamiento que realice.

Evite que las conversaciones se conviertan en interrogatorios, los sobrevivientes de tortura deben saber siempre para qué es la información, que se va a hacer con ella, como se va a cuidar, y sobre todo que el proceso les represente una posibilidad de transformación a ellos mismos. Un elemento común en el abordaje de los grupos en los que haya víctimas de tortura es el cuidado de la confianza hacia el profesional psicosocial y entre los participantes del grupo colaborativo.

Reconocer el aislamiento y estigmatización de los sobrevivientes de tortura a causa de creencias erróneas como "si lo torturaron es porque estaba metido en algo raro" o "ahora todos los que estemos cerca de él corremos peligro de que nos ocurra lo mismo y es mejor no acercarnos", o "si no nos acercamos estaremos a salvo de que no nos vaya a ocurrir lo mismo", lo cual puede seguir generando culpa y emociones que no van a favorecer la recuperación de los sobrevivientes, sino que por el contrario van a generar una re-victimización.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 95 de 109 |

ANEXO 2 LINEAMIENTOS PREVIOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA.


A continuación, se presentan los lineamientos que el profesional deberá tener en cuenta a la hora de implementar la Estrategia de Recuperación Emocional a nivel Grupal para Víctimas en el exterior.

En primera instancia, es muy importante que el profesional psicosocial conozca y apropie la Estrategia, tenga claridad sobre sus objetivos, estructura e implementación. Conozca de igual forma la ley de víctimas 1448 del 2011, específicamente la atención a víctimas al exterior³⁹. Finalmente, las funciones que tiene el consulado frente a esta temática en el País donde se desarrolle la Estrategia.

En el desarrollo de la Estrategia de Recuperación Emocional a Víctimas en el exterior, es necesario posicionar los siguientes mensajes estratégicos frente a los diversos públicos: participantes en los encuentros, las organizaciones públicas o privadas con quienes se establecerán relaciones de coordinación, así como la comunidad en general. Estos mensajes nos permitirán mantener claro el sentido de lo que se hace, su alcance y su propósito, sin generar falsas expectativas o entregar información equivocada a dichos públicos.

1. La Estrategia de Recuperación Emocional a Víctimas en el exterior, es desarrollada por la Unidad para las Víctimas en el cumplimiento de su complementariedad en cuanto a la medida de rehabilitación psicosocial.
2. El objetivo principal de la Estrategia de Recuperación Emocional a víctimas en el exterior es aportar herramientas a la recuperación emocional de los y las sobrevivientes del conflicto armado residentes en el exterior a través del fortalecimiento de redes de apoyo personales y sociales contribuyendo a la integración en el país de acogida. Lo anterior, significa que No se abrirán expectativas frente a la medida de indemnización.
3. No es posible informar el monto de la indemnización que recibirá una persona, ni la fecha estipulada, ya que eso depende del marco normativo bajo el cual se declaró (Decreto 1290 de 2008 o Ley 1448 de 2011), así como de la cantidad de personas que se encuentran incluidas en el núcleo familiar (los recursos se reparten por partes iguales entre todas las personas que se encuentran en el núcleo).
4. Para solicitar información sobre el avance de los procesos en lo referente a la indemnización, las personas víctimas pueden contactarse al correo indemnizacionexterior@unidadvictimas.gov.co


Frente a la participación en la Estrategia

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 96 de 109 |

- ✓ La participación en la Estrategia es voluntaria. Ninguna persona está obligada a participar ni a permanecer en ella. No obstante, la Estrategia es un escenario propicio para que las víctimas avancen en su proceso de recuperación emocional, fortalecimiento de redes y reconstrucción de su proyecto de vida.
- ✓ La Estrategia está diseñada para permitir la participación de personas a partir de los 18 años de edad.
- ✓ La convocatoria a la Estrategia se iniciará a través de las llamadas telefónicas por parte del equipo psicosocial de Colombia, donde se invitará a las personas para que participen de este proceso. Posteriormente el profesional psicosocial contratado deberá realizar nuevamente las llamadas telefónicas con el fin de confirmar el interés y definir hora y lugar de implementación. De igual forma realizará búsqueda activa, con las organizaciones locales y los consulados, teniendo en cuenta siempre la inclusión en el Registro Único de Víctimas.
- ✓ Es probable que, durante las atenciones, las personas y en especial las mujeres deban asistir con sus hijos/as a los encuentros. Frente a lo anterior se sugieren las siguientes acciones:
- ✓ Inicialmente poder reflexionar con la persona sobre la importancia del proceso para ella, invitarla a que se tome el tiempo necesario de expresar todo lo que está sintiendo de manera tranquila y con la privacidad que se requiere.
- ✓ En caso de que la situación obligue a las personas a acudir con los niños y las niñas, el profesional podrá recurrir al material didáctico dispuesto en el kit de materiales o el que considere para que el niño o la niña pueda realizar actividades propias de su edad, ojalá en otro espacio distinto donde se esté proporcionando la atención y que cuente con todas las medidas de seguridad.
- ✓ El/la profesional podrá también adelantar gestiones de articulación con universidades o con programas educativos y/o recreativos que tenga la ciudad para que los niños o niñas puedan asistir a ellos, mientras se realiza la atención (Por ejemplo, en Ecuador se efectuó articulación con un programa universitario para que los pasantes realizaran actividades con los niños y las niñas que asistían con sus padres a los encuentros.)

Todas las víctimas participantes de la estrategia deben estar incluidas en el RUV (registro único de víctimas) sin excepción alguna.

Para agilizar el proceso de conformación de grupos, se dará la posibilidad de tener un usuario a la herramienta Vivanto, con el fin de corroborar los datos de las personas y su respectiva inclusión al registro.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 97 de 109 |


Cuando una persona no se encuentre incluida en el Registro único de Víctimas, el profesional remitirá a las personas al consulado, con el fin de que se adelante el trámite de su declaración.

Frente a la articulación interinstitucional

- ✓ Al iniciar el proceso debe haber una presentación formal del profesional psicosocial ante el consulado. Este deberá mantener comunicación permanente con los consulados, sobre las acciones que se estén llevando a cabo durante la implementación de la Estrategia.
- ✓ El profesional psicosocial deberá estar en capacidad de socializar la Estrategia con las entidades y organizaciones no gubernamentales que realicen atención a víctimas en el territorio, asegurándose de aclarar muy bien, además de las generalidades, los alcances de esta apuesta en términos de rehabilitación psicosocial, dada su responsabilidad de impulsar la concreción del noveno encuentro. En lo posible se recomienda que el profesional psicosocial prepare una pieza comunicativa con la información central de la Estrategia para entregar a los asistentes esto en coordinación con los profesionales psicosociales de Colombia.
- ✓ El profesional deberá iniciar articulación con las diferentes entidades, organizaciones, planes y/o programas que tengan competencia y deseen participar en el noveno encuentro de la Estrategia de recuperación emocional a víctimas en el exterior. Frente a lo anterior, deberá gestionar la logística necesaria para el desarrollo de este encuentro.
- ✓ El profesional psicosocial deberá tener en cuenta, la remisión de casos a entidades locales de salud cuando se presenten casos clínicos, psiquiátricos, o especializados con el fin de dar seguimiento a los mismos.

Frente a la formación del equipo de trabajo

- ✓ El equipo de trabajo de cada uno de los Países participará de un proceso de formación liderado por los profesionales de la Unidad, por medio del cual se llevará a cabo la formación en la ruta integral de atención asistencia y reparación a víctimas en el exterior, elementos generales de la ley 1448 de 2011, enfoque psicosocial, acción sin daño, herramienta de sistematización y especialmente en el protocolo metodológico para la implementación de la Estrategia, entre otros.
- ✓ El equipo de trabajo de cada uno de los Países deberá contar con equipos de cómputo que permitan la conectividad para el cargue oportuno de la información de cada uno de los participantes en la estrategia, evitando así el rezago en el reporte de la información en el aplicativo MAARIV de la Unidad para las víctimas.

| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 98 de 109 |

- ✓ El equipo de trabajo deberá contar con el kit de materiales básico para cada uno de los grupos, el refrigerio establecido y los materiales requeridos por cada uno de los participantes de acuerdo con la lista de materiales.

Frente al seguimiento técnico


Para el seguimiento de la implementación de la Estrategia de Recuperación emocional a nivel grupal para víctimas en el exterior, se tendrán 3 acciones:

1. **Visita al país donde se implemente la Estrategia:** durante el proceso, se realizará visita al País donde se implemente la Estrategia por parte de algún integrante del equipo psicosocial del área de atención a víctimas en el exterior. Esta visita consiste en un acompañamiento a la implementación de alguno de los encuentros, donde se tendrá la oportunidad de retroalimentar al profesional y tener un contacto directo con el grupo que se encuentra vivenciando el proceso.
2. **Revisión a la herramienta Maariv:** es un seguimiento que se lleva a cabo a la información cargada en la herramienta. En esta revisión, se tienen en cuenta los formatos que se utilizan, su forma de diligenciamiento, las fechas de los encuentros, la asistencia de las personas que participan del proceso, entre otras variables.
3. **Encuentros virtuales:** los encuentros por Skype serán cada 15 días, tienen como finalidad el seguimiento técnico a la implementación de la Estrategia; es el dialogo frente al desarrollo de las actividades que se llevaron a cabo en los encuentros, las dificultades y avances en los mismos. Lo anterior, permitirá fortalecer metodológicamente la estrategia.

Frente al enfoque diferencial y de género

Antes de iniciar los encuentros, tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:

- ✓ Utilice un lenguaje comprensible, sin tecnicismos a la hora de brindar la atención o direccionar a la persona víctima.
- ✓ Conozca e indague antes de iniciar las características y particularidades de las personas que van a integrar los grupos de trabajo, teniendo en cuenta si hay personas que no saben leer, ni escribir, personas con algún tipo de discapacidad, personas que hablan una lengua diferente a la del facilitador. Esto le permitirá adecuar las actividades al contexto y no generar acciones con daño a las personas que participarán en los encuentros.


| | | |
|---|--|---|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 99 de 109 |

- ✓ En todo momento dar un trato igualitario a mujeres y hombres. En las actividades que se desarrollen, asegúrese de escuchar la opinión de las mujeres y valorarlas positivamente.
- ✓ Motive a las mujeres a expresarse libremente. En muchas oportunidades ellas pueden sentirse intimidadas a expresarse frente a los hombres, así que pueden necesitar de su apoyo para hacerlo.
- ✓ Elimine prácticas y actos discriminatorios como la burla, el rechazo, y la invisibilización de las mujeres. Actúe prontamente si las identifica en alguien más del grupo.
- ✓ Dirija sus reflexiones al fortalecimiento de la autonomía, el ejercicio de la ciudadanía, la deconstrucción de roles estereotipados de género y prevención de la violencia contra la mujer (violencia basada en género).

Frente al Enfoque Étnico

Si las personas participantes de los grupos, algunas son pertenecientes a algún grupo étnico o raizal tenga en cuenta las siguientes recomendaciones si la mayoría de población es étnica absténganse de utilizar esta metodología.


- ✓ Tenga en cuenta que los grupos étnicos tienen una cosmogonía, prácticas, creencias y costumbres que debe respetar y valorar con cada una de sus acciones.
- ✓ Antes del primer acercamiento con un grupo étnico es fundamental documentarse ampliamente sobre las características de la población. Asegúrese de comprender su cosmovisión, sistema social y político, necesidades, expectativas y forma de relacionarse con los demás y el entorno.
- ✓ Este conocimiento de las comunidades es fundamental, pues entre los diferentes grupos étnicos se presentan diferencias en las costumbres y dinámicas locales que usted debe conocer con anticipación.
- ✓ Consulte si el grupo étnico utiliza una lengua diferente al castellano y prevea un apoyo de traducción en caso de ser necesario.
- ✓ Antes de desarrollar cualquier actividad es importante conocer a los líderes o la autoridad del grupo étnico y concertar con ellos las actividades a realizar y su metodología.
- ✓ La mejor práctica en los encuentros con población étnica es reconocer a la víctima como sujeto capaz de transformar su realidad y quien aportará de manera decisiva en la construcción conjunta y participativa de su proyecto de vida.
- ✓ Tenga en cuenta que la pertenencia étnica depende del autoreconocimiento. Por ello, es necesario preguntar siempre a la persona que se acompaña a qué grupo étnico pertenece. La pertenencia étnica no puede definirse subjetivamente con base en rasgos físicos, color de piel, formas de vestir y otros.

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 100 de 109 |

- ✓ Para la orientación a las comunidades étnicas tenga en cuenta no sólo los hechos individuales que los hayan afectado, sino la dimensión de lo colectivo. Actúe atendiendo a la estrecha relación que existe entre ambos aspectos y reconociendo que no existen hechos aislados: todas las situaciones tienen un impacto sobre lo colectivo.

Frente al Enfoque de Orientaciones Sexuales e Identidades de Género

- ✓ Mantenga una actitud libre de prejuicio. Esto implica entender que las orientaciones sexuales e identidades de género no hegemónicas no son enfermedades, contravenciones a la legislación ni acciones indebidas ni contagiosas.
- ✓ Evite aconsejar a las víctimas para que cambien, moderen u oculten su orientación sexual o identidad de género, o sugerir que el hecho victimizante esté justificado por la expresión sexual o de género de las personas. Esto vulnera la dignidad de las víctimas.
- ✓ Recuerde que en virtud de la normatividad antidiscriminación (Ley 1482 de 2011) está terminantemente prohibido cualquier acto discriminatorio en el ejercicio de las funciones e incurrir en algún tipo de tratamiento discriminatorio, lo que puede dar lugar a una sanción disciplinaria y pena privativa de la libertad. El hecho de no atender o no hacerlo de modo oportuno a una víctima en razón a su orientación sexual o identidad de género, también es un acto discriminatorio.
- ✓ Las creencias religiosas no deben interferir en la atención, teniendo en cuenta el carácter laico del Estado.
- ✓ Pregunte el nombre de la persona y llamarla por el nombre identitario que ha suministrado, con independencia de que en sus documentos aparezca otro nombre. Esto para el caso de las personas transgénero.
- ✓ Realizar siempre las preguntas sobre identidad de género y orientación sexual, sin asumir la respuesta por la apariencia física, comportamientos o ademanes de la persona. Tener en cuenta que no es ofensivo indagar por la orientación sexual y la identidad de género, pero sí lo es pasar por alto las necesidades diferenciales. No tema preguntar.
- ✓ Utilizar un lenguaje incluyente, no sexista, lo cual implica evitar la presunción de heterosexualidad. En lugar de usar términos como 'su esposo' o 'su esposa', se pueden utilizar palabras más incluyentes y neutrales en términos de género, como 'su pareja'.
- ✓ Es importante comprender la discriminación histórica que han sufrido las personas del sector LGBTI; así como la multiplicidad de sus consecuencias Psicosociales. Las personas LGBTI han sufrido violencias heteronormativas estructurales en distintos ámbitos de su vida (la familia, la escuela, el trabajo, el espacio público, las iglesias, las instituciones) lo cual ha hecho que exista un continuum de violencia que puede también estar visible en su relación con el Estado y la sociedad, enmarcada en barreras de acceso y segregación.

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 101 de 109 |


- ✓ Reconocer los diferentes momentos del transcurrir vital para personas con orientaciones sexuales e identidades de género (niñez, adolescencia, juventud, adultez, vejez), resulta valioso para conocer la configuración de las experiencias desde los procesos emocionales y cognitivos que varían de acuerdo con la experiencia vital de cada persona.
- ✓ Es importante comprender que las atracciones, sentimientos y comportamientos a personas del mismo sexo son variaciones normales de la sexualidad humana.

Enfoque de Envejecimiento y Vejez

- ✓ Recibir con calidez y llamar por su nombre a la persona mayor víctima.
- ✓ Al dirigirse o abordar a las personas mayores víctimas es necesario un alto grado de escucha y disposición para centralizar su relato e identificar la necesidad y demanda, así como realizar preguntas puntuales que permitan evidenciar su comprensión, pues por el proceso de envejecimiento puede presentar una baja audición que afecte o alargue los tiempos de la explicación y esta puede variar.
- ✓ Promover con las personas mayores su participación y el desarrollo de ideas dentro de los encuentros que propone la estrategia, acción que favorecen su inclusión y autonomía dentro del grupo. Ejemplo. Ser moderador, relator u orientador dentro de las actividades a realizar.
- ✓ Tener presente que no todos saben leer o escribir, ante esto explicar y preguntarles si la información fue comprendida y resolvió sus inquietudes; y si tiene un familiar que le acompañe facilitarle a esta otra persona la información, sin dejar de lado la autonomía de la persona mayor.
- ✓ No usar expresiones o imaginarios que minimicen el rol de las Personas Mayores víctimas. Ejemplo. "Son como niños, pobrecitos, no entienden, viejitos, abuelitos", estas ideas o lenguajes reafirman prácticas históricas de discriminación hacia este grupo poblacional. Se sugiere dirigirse a ellos y ellas según el contexto del territorio.
- ✓ Tener identificada la oferta de programas en el territorio para favorecer habilidades y potencialidades coherentes a las expectativas, necesidades e historial socio económica de las personas mayores víctimas.

Enfoque de Discapacidad

- ✓ El profesional de la Unidad deberá generar los ajustes necesarios a las diferentes actividades a realizar en los encuentros con el fin de garantizar la participación de las personas con discapacidad en dichas actividades.


| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 102 de 109 |

- ✓ Si el profesional identifica que hay actividades en los encuentros que le generen dificultad o incomodidad a la persona con discapacidad será necesario preguntarle directamente de qué manera quiere participar en dicha actividad.
- ✓ El profesional de la Unidad evitará actitudes compasivas o que denoten lástima hacia las personas con discapacidad.
- ✓ En el proceso de convocatoria y en el primer encuentro es indispensable identificar si participarán personas con discapacidad con el fin de implementar los ajustes necesarios para que la persona pueda participar en los encuentros.
- ✓ Los lugares en los que se desarrollarán los encuentros deben tener la posibilidad del ingreso de personas con discapacidad física o movilidad reducida con el fin de garantizar el pleno desarrollo de las actividades por parte de estas personas. Por ejemplo, realizar el encuentro en el primer piso en caso de no contar con rampas o ascensores para el ingreso a pisos superiores.
- ✓ Antes de brindar apoyo a una persona con discapacidad es indispensable preguntar si lo requiere y, en caso afirmativo, indague de qué manera usted lo puede hacer.

Tenga presente las siguientes recomendaciones teniendo en cuenta el tipo de discapacidad:

Discapacidad auditiva (personas sordas o con baja audición)

- ✓ Normalmente en las actividades desarrolladas con víctimas del conflicto con discapacidad auditiva no es necesario contar con intérprete de lengua de señas (ya que en su mayoría no lo manejan), sólo será necesario contar con el apoyo de un familiar o de una persona con la que viva ya que normalmente es quien interpreta los códigos y gestos utilizados para la comunicación.
- ✓ Algunas personas sordas han desarrollado la habilidad de lectura de labios por lo que otra estrategia de comunicación entre un oyente y un sordo es hablar en un ritmo pausado con el fin de que el sordo comprenda la información brindada.
- ✓ Algunas personas sordas saben español y, para estos casos, otra estrategia de comunicación entre un oyente y un sordo es mediante información escrita.
- ✓ Realice el contacto con un lenguaje comprensible mediante estrategias de fácil acceso, utilizando escritura en tableros o ayudas audiovisuales sencillas y, preferiblemente, en espacios sin ruidos de fondo en caso de personas con baja audición.
- ✓ En aquellos casos en los que la persona sorda se comunica a través de lengua de señas, será útil acudir al centro de relevo para facilitar la comunicación. Para ello, debe ingresar a la página www.centroderelevo.gov.co y encontrará las instrucciones para utilizar el servicio, el cual permite comunicación con una persona oyente, se debe realizar en línea y no por mensajes de texto, solo video o chat. Es necesario hacer previamente inscripción de quienes harán uso de esta herramienta.

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 103 de 109 |

Discapacidad visual (personas ciegas o con baja visión)


- ✓ Normalmente en las actividades desarrolladas con víctimas del conflicto con discapacidad visual, no es necesario tener material en braille (ya que en su mayoría no lo manejan), por lo que es indispensable ser totalmente descriptivos en las actividades a desarrolladas y/o con el material utilizado en el encuentro. Si hay ejercicios que requieran escritura, asegúrese que la persona ciega cuente con una persona sin discapacidad visual para la realización de dichas actividades.
- ✓ El/la profesional debe presentarse y ponerse al tanto de los requerimientos de la víctima. Posteriormente, se debe orientar sobre el entorno en el cual se va a desenvolver y en el que pueden encontrarse escaleras, muebles y bordes, entre otros.
- ✓ El/la profesional no se debe ausentar del lugar sin previo aviso a la persona.
- ✓ Incluir ayudas sonoras, superficies en alto relieve y/o con diferentes texturas como mecanismo para brindar la información a la persona ciega.
- ✓ Si en el encuentro hay participación de personas ciegas o sordas es necesario presentar la información de forma visual y auditiva, con el objetivo de que puedan acceder a dicha información brindada.

Discapacidad intelectual

- ✓ Establecer contacto directo con la persona con discapacidad, así como con su cuidador.
- ✓ Utilizar lenguaje claro y si es necesario escrito, en forma sencilla, si le es posible utilice ayudas de códigos de color y texturas, evitando un lenguaje compasivo.
- ✓ No prejuizar la capacidad intelectual de estas personas, es decir, limitar su capacidad para tomar decisiones.
- ✓ Todas las acciones, medidas como los procedimientos deben ser explicados, consultados, socializados y validados con las personas con discapacidad intelectual.

Discapacidad mental psicosocial

- ✓ Si el/la profesional identifica la discapacidad mental (esquizofrenia, bipolaridad, etc.) debe tratar a la persona con respeto y comprensión.
- ✓ Si percibe que los comportamientos que muestra la persona requieren de la intervención de un profesional, deberá solicitar ayuda.
- ✓ La atención que brinde a estas víctimas debe ser en ambientes que faciliten su atención, teniendo una actitud comprensiva, tranquila y evitando tener elementos alrededor que puedan ser utilizados como herramientas de agresión.


| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 104 de 109 |

ANEXO 3: GENERALIDADES DE LA REPARACIÓN INTEGRAL.

LEY 1448 DEL 2011

La ley 1448 de 2011, es la ley por medio de la cual se establecieron medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno. La Ley tiene por objeto establecer un conjunto de medidas judiciales, administrativas, sociales y económicas, individuales y colectivas, en beneficio de las víctimas de las violaciones contempladas en el artículo 3º de la ley 1448 de 2011, dentro de un marco de justicia transicional, que posibiliten hacer efectivo el goce de sus derechos a la verdad, la justicia y la reparación con garantía de no repetición, de modo que se reconozca su condición de víctimas y se dignifique a través de la materialización de sus derechos constitucionales.

Objetivo y Origen de la Ley: En el año 2007 se inscribió el primer Proyecto del Ley con aporte y revisión de diferentes organizaciones civiles, gubernamentales y de la comunidad internacional. Dicho proyecto de ley se presentó al Senado y a la Cámara de Representantes (Gobierno de presidente Uribe). Después de varias modificaciones el gobierno nacional argumentó que tenía serias inconsistencias presupuestales (alrededor de 80 billones de pesos), razón por la cual fue archivado. En el año 2010, se radicó nuevamente con ajustes para superar el inconveniente anterior, el gobierno tomó esta bandera (Gobierno de Presidente Santos), el proyecto de ley hizo trámite y el 10 de junio de 2011 entró en vigencia la Ley de Víctimas y Restitución de Tierras, Ley 1448 de 2011, la cual

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 105 de 109 |

tiene como objetivo: "dictar medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno y se dictan otras disposiciones".

En origen de la Ley 1448 de 2011, está el reconocimiento del conflicto armado interno y el entendimiento de que entre sus causas más importantes está la lucha histórica por la tierra, la ley es resultado de la lucha de las organizaciones de la sociedad civil, como Viva la Ciudadanía y Fundación Social, y de las organizaciones de víctimas, aliadas con sectores del Congreso. La ley parte de la convicción de que el Estado debe reparar a las víctimas porque por acción u omisión falló en la protección de los derechos de los ciudadanos. En la Ley 1448 de 2011 el Estado repara a las víctimas por obligación y deber. En marcos anteriores el Estado actuaba por solidaridad y no por responsabilidad.


REGISTRO ÚNICO DE VICTIMAS

El Registro Único de Víctimas o RUV es una declaración que deben hacer todas las personas que se consideren víctimas del conflicto armado en Colombia ante la Unidad para las Víctimas y la cual es validada por la entidad. Las personas incluidas en el RUV, que son reconocidas como víctimas del conflicto armado tienen derecho a las medidas de reparación integral. Las víctimas que se encuentran en el exterior deben rendir esta declaración de los hechos sucedidos en el marco del conflicto armado ante los consulados de Colombia en todo el mundo. Tenga en cuenta que declarar no incluye a la persona automáticamente en el Registro Único de Víctimas, esto sucede después de que el consulado donde se ha declarado remita su caso a la Unidad para las Víctimas, en donde se evalúa el caso y se determina incluirlo o no incluirlo. En caso de que se resuelva la no inclusión, se puede presentar una apelación ante la entidad.

MEDIDAS DE REPARACIÓN INTEGRAL

Específicamente el ARTÍCULO 25 de la ley 1448 de 2011, hace referencia a la noción de DERECHO A LA REPARACIÓN INTEGRAL. Las víctimas tienen derecho a ser reparadas de manera adecuada, diferenciada, transformadora y efectiva por el daño que han sufrido como consecuencia de las violaciones de que trata el artículo 3º de la presente Ley. La reparación comprende cinco medidas: restitución, indemnización, rehabilitación, satisfacción y garantías de no repetición.

Medida de Rehabilitación: La Rehabilitación como medida de reparación consiste en el conjunto de estrategias, planes, programas y acciones de carácter jurídico, médico, psicológico y social, dirigidos al restablecimiento de las condiciones físicas y psicosociales de las víctimas. El

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 106 de 109 |


Ministerio de Salud y Protección Social, en el nivel nacional es el ente rector para implementar esta medida, la Unidad para las Víctimas despliega acciones de orden complementario, en apuesta a fortalecer la integralidad de las medidas de reparación que la entidad tiene como responsabilidad.

La Unidad para las Víctimas y el Ministerio de Salud y Protección Social establecen la atención psicosocial como una medida de rehabilitación dentro del conjunto de medidas que contempla la política pública de reparación integral a las víctimas y definen esta como el conjunto de procesos articulados de servicios que tienen la finalidad de favorecer la recuperación o mitigación de los daños psicosociales generados a las víctimas, sus familias y comunidades, como consecuencia de las graves violaciones a los DDHH y las infracciones al DIH. Mediante la atención psicosocial se facilitarán estrategias que dignifiquen a las víctimas, respetando el marco social y cultural en el que han construido sus nociones de afectación, sufrimiento, sanación, recuperación, equilibrio y alivio, por lo tanto, la atención psicosocial, no contempla acciones para atender eventos de emergencia o medidas de asistencia y sí el desarrollo de procesos orientados a incorporar el enfoque psicosocial y diferencial en la atención.

Medida de Satisfacción: Es necesario limitar el alcance del concepto de las medidas de satisfacción, en relación con el daño y la reparación, si no lo hace es posible que se generen falsas expectativas y se dé un alcance muy amplio al concepto de "acciones que proporcionan bienestar y contribuyen a mitigar el dolor de la víctima". Es decir que se debe aclarar que las acciones que proporcionan bienestar y contribuyen a mitigar el dolor deben tener relación con el daño ocurrido, para que sea entendido como una medida de satisfacción, debido a que se pueden confundir con necesidades de las víctimas en relación con una vulnerabilidad social.

Las medidas de satisfacción hacen parte de la dimensión simbólica de la reparación, es decir, están dirigidas a aquellos daños que no son reparables de forma material o económica. Dentro de estos se encuentran los daños morales como la estigmatización y el daño al buen nombre; los daños políticos como atentar contra la participación, la oposición, la movilización política o los liderazgos; los daños socioculturales como la pérdida de confianza y el rompimiento del tejido social; y los daños emocionales como el miedo, la culpa, la vergüenza, entre otros. La mitigación de estos daños se realiza mediante acciones de carácter simbólico que contribuyen con la dignificación y reconocimiento de las víctimas, la difusión de la verdad de los hechos desde el relato de las víctimas y la transformación de imaginarios que justificaron la violencia. Dentro de estas acciones se encuentra la reconstrucción y preservación de la memoria, la recuperación de prácticas socioculturales que se vieron afectadas por el conflicto armado, la resignificación de espacios o lugares, los homenajes y reconocimientos públicos, entre otros.

Medida de Garantías de No Repetición: Las garantías de no repetición, buscan contribuir a la consolidación de un futuro compartido distinto al que sustentó la guerra. Por ello, el Decreto


| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 107 de 109 |

reglamentario 1084 de 2015 define estas medidas como una obligación del Estado, en la cual, a través de proyectos y acciones afirmativas de orden político y económico, busca evitar la revictimización y prevenir el surgimiento de nuevas violencias y violaciones a los Derechos Humanos al Derecho Internacional Humanitario. Estas medidas tienen como centro a las víctimas tanto individuales como colectivas, y están dirigidas a toda la sociedad teniendo en cuenta formas de organización, enfoque diferencial y personas en su diversidad a partir de la transformación de las condiciones que contribuyeron a las violaciones a los Derechos Humanos en el marco de contextos de violencia armada, cuyo objetivo debe avanzar hacia la generación de cambios estructurales en la sociedad y el Estado, encauzados a través de políticas públicas con vocación de permanencia.

Por otra parte, es importante tener en cuenta que las garantías de no repetición se vinculan con riesgos y mecanismos para disminuir su impacto individual, familiar o comunitario. Asimismo, es una medida tendiente a pensar el futuro, es decir, a consolidar o generar unas condiciones que propicien nuevos relacionamientos entre los ciudadanos basados en la inclusión, el respeto por la diferencia, la democracia, la participación y la resolución pacífica de los conflictos, a partir de una relación de confianza entre el Estado y la ciudadanía. Según los estándares internacionales, las garantías de no repetición son necesarias para la reparación, sin embargo, trasciende este escenario para afianzarse más allá del proceso de transición de la guerra y se ubica en la construcción de condiciones para la paz y su sostenibilidad. En consecuencia, las acciones que se adelantan en esta materia se encuentran en el ámbito institucional a partir de la articulación de diferentes entidades que implementan de forma conjunta y complementaria planes, programas y proyectos que fortalezcan las dimensiones mencionadas. Lo anterior, cobra especial importancia en el contexto colombiano con la posibilidad de dar cierre a sesenta años de conflicto armado.

Es así como la Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas adelanta diferentes acciones que afiancen las capacidades del Estado para establecer una política de no repetición que se base en responder a las necesidades, contextos y características de los territorios. Adicionalmente, la reparación y las garantías de no repetición deben contribuir a la consecución de la reconciliación nacional, a partir del desarrollo de un enfoque que tienda a restablecer la confianza entre el Estado, las comunidades y los antagonistas y fortalecer la democracia.

Las características principales de las garantías de no repetición son: de alcance general, es decir, están destinadas tanto para las víctimas como para la sociedad en general bajo dos dimensiones: una reparadora dirigida a evitar la revictimización y una preventiva dirigida a evitar el surgimiento de nuevas violencias, son interdependientes, es decir, que una acción puede desarrollar las dos dimensiones, como puede estar asociada a otras temáticas de las medidas de reparación como lo es la memoria o la pedagogía. Así mismo, son contextuales, es decir que responden al contexto y necesidades de la población de acuerdo con sus características y costumbres. En el marco de la estrategia es importante señalar que las garantías de no repetición en su dimensión reparadora deben obedecer a fortalecer las capacidades de las víctimas para el impulso de condiciones y

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 108 de 109 |

mecanismos que refuercen entornos protectores (de los NNAJ), la convivencia, la participación y sobre todo contribuyan al fortalecimiento del tejido social del cual hacen parte los sobrevivientes para impulsar el ejercicio de su ciudadanía.


Medida de indemnización: Es una medida de reparación integral que entrega el Estado colombiano como compensación económica por los hechos victimizantes sufridos. La materialización de la medida para las víctimas que viven en el exterior se realizará a través de un abono en cuenta bancaria, ya sea en Colombia o en el país donde vivan. Para aquellas personas que no cuentan con cuenta bancaria debido a su estatus migratorio, condición económica u otros factores, se han contemplado otras acciones como los giros internacionales. Sin embargo, esta opción podrá desarrollarse de acuerdo con las condiciones de los operadores o entidades con las que la Unidad para las Víctimas tenga convenio.

Los hechos victimizantes que son susceptibles de indemnización administrativa son:

- ✓ Homicidio
- ✓ Desaparición forzada
- ✓ Secuestro
- ✓ Lesiones que generaron incapacidad permanente
- ✓ Lesiones que generaron incapacidad temporal
- ✓ Reclutamiento forzado de menores
- ✓ Delitos contra la libertad e integridad sexual, incluidos hijos(as) concebidos(as) como consecuencia de una violación sexual en el marco del conflicto armado.
- ✓ Tortura o tratos inhumanos o degradantes
- ✓ Desplazamiento forzado dentro de Colombia que esté relacionado con el conflicto armado

El procedimiento debe ser adelantado directamente con la Unidad para las Víctimas, realizando la solicitud de indemnización al correo electrónico servicioalciudadano@unidadvictimas.gov.co.

Medida de restitución de tierras: Es el derecho que tienen las víctimas a que se les devuelva su predio cuando éste fue despojado o abandonado por causa del conflicto armado. La restitución no depende de si quien reclama tiene títulos o no. La Ley de Víctimas busca además devolver la tierra con su respectivo título de propiedad y mejorar sus condiciones socioeconómicas para una vida más digna. Esta medida está a cargo de la Unidad de Restitución de Tierras. Por esta

| | | |
|---|--|--|
|  UNIDAD PARA LAS VÍCTIMAS | METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL A NIVEL GRUPAL PARA VÍCTIMAS EN EL EXTERIOR "RAÍCES" | Código: 430,08,20-2 |
| | PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL | Versión: 04 |
| | PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES | Fecha: 8/03/2022 Página: 109 de 109 |

razón, para iniciar un trámite desde el exterior, sin necesidad de retornar a Colombia, debe comunicarse con esa entidad.

CANALES DE INFORMACIÓN PARA LAS VICTIMAS EN EL EXTERIOR

A través de la página de internet WWW.UNIDADVICTIMAS.GOV.CO puede comunicarse por chat y video chat desde cualquier lugar del mundo.

En Colombia puede comunicarse a la línea gratuita 018000-911119 desde cualquier celular a nivel nacional y desde cualquier teléfono fijo en Bogotá al 4261111.

El horario de atención del Canal Telefónico y Virtual es de lunes a viernes de 7:00 a.m. a 9:00 p.m. y sábados de 7:00 a.m. a 5:00 p.m. POR LA PAGINA

Servicios del Canal Telefónico y Virtual: a través del correo electrónico servicioalciudadano@unidadvictimas.gov.co

También puede hacer solicitudes en los consulados de Colombia en el mundo.

7. CONTROL DE CAMBIOS

| Versión | Fecha | Descripción de la modificación |
|---------|------------|---|
| V1 | 12/04/2019 | <ul style="list-style-type: none"> Creación del documento |
| V2 | 13/09/2019 | <ul style="list-style-type: none"> Modificación del formato por cambio de la imagen institucional. |
| V3 | 04/06/2021 | <ul style="list-style-type: none"> Modificación en la metodología; se incluyeron los lineamientos técnicos de la practica social. Se eliminó el Formato De Informe Mensual Estrategia De Recuperación Emocional Para Víctimas En El Exterior. Código 430,08,15-50 Versión: 02 |
| V4 | 08/03/2022 | <ul style="list-style-type: none"> Modificación en la metodología; se incluyó el nombre de la estrategia, se sustituyó la bitácora viajera, se agregaron especificaciones los materiales y descripción de formatos a utilizar por encuentro, se modificaron materiales para algunas actividades, se modificó el encuentro 8 y el encuentro 9, se incluyeron aspectos relacionados con el enfoque de discapacidad y se agregó el anexo 3 relacionado con las generalidades de la reparación integral. |