
 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 1 de 66

SIEMBRA
 ESTRATEGIA DE REPARACIÓN INTEGRAL
 FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS
 PARA POBLACIÓN ADULTA

CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN	2
2. OBJETIVO	2
3. DEFINICIONES.....	3
4. DESARROLLO DE LA ESTRATEGIA SIEMBRA	10
4.1. PARTICIPANTES	10
4.2. ENFOQUES TRANSVERSALES	10
4.3. SECUENCIA DE LOS ENCUENTROS:	11
4.4. ENCUENTROS	12
4.4.1. ENCUENTRO 1: “Las Raíces de nuestro Pasado”	15
4.4.2. ENCUENTRO 2: “El Presente que nos sostiene”	33
4.4.3. ENCUENTRO 3: “El Futuro que puedo construir”	50
5. DOCUMENTOS DE REFERENCIA	56
6. ANEXOS:	57
ANEXO 1. TABLERO DE BINGO (Encuentro 1)	57
ANEXO 2. HISTORIAS PARA EL EJERCICIO DE MEMORIA (Encuentro 1)	57
ANEXO 3. MODELO PARA EL BAÚL DE LA DIGNIDAD Y LA MEMORIA.....	65
7. CONTROL DE CAMBIOS:	66

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 2 de 66

1. INTRODUCCIÓN


A continuación, se presenta la metodología para la implementación de la Estrategia de Reparación Integral, Fortaleciendo Capacidades desde el enfoque de derechos, SIEMBRA¹ la cual hace parte del conjunto de metodologías con enfoque diferencial y transformador de la Dirección de Reparaciones de la Unidad para las Víctimas y es implementada por los referentes psicosociales de Grupo de Enfoque Psicosocial, en las 22 Direcciones Territoriales de la Unidad.



2. OBJETIVO

Contribuir a la reparación integral de las víctimas del conflicto armado con la implementación de la Estrategia de Reparación Integral: “Fortaleciendo capacidades desde el enfoque de derechos- SIEMBRA” aportando a la construcción de un sentido reparador y transformador de


¹. La **siembra** es el proceso de colocar (arrojar y esparcir) las semillas en un terreno (tierra) “preparado para ese fin” Sembrar es “Dar motivo, causa o principio a algo”. [\(Definición de "siembra" en la versión electrónica de la 23a. edición del Diccionario de la lengua española, de la Real Academia Española.\)](#) (Consultado 16 de marzo de 2019)

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 3 de 66

los recursos de indemnización de las víctimas participantes y contribuyendo al fortalecimiento de sus proyectos de vida en su entorno familiar y social, a través de la implementación de una medida de satisfacción y el desarrollo de acciones que contribuyen a las garantías de no repetición.


3. DEFINICIONES

- **ACOMPañAMIENTO PSICOSOCIAL:** El acompañamiento psicosocial se entiende como el apoyo a las personas víctimas del conflicto sociopolítico colombiano brindando espacios tanto para la expresión y el reconocimiento del impacto emocional que los hechos violentos han tenido sobre ellas, como para favorecer el agenciamiento de sus recursos. Este acompañamiento implica una posición respetuosa de reconocimiento de la autonomía, considerando que todos y cada uno de los seres humanos –con el apoyo justo–, son capaces de asumir su propia vida con capacidad decisoria y responsabilidad, aún en las circunstancias más penosas.
- **AJUSTES RAZONABLES:** se entenderán las modificaciones y adaptaciones necesarias y adecuadas que no impongan una carga desproporcionada o indebida, cuando se requieran en un caso particular, para garantizar a las personas con discapacidad el goce o ejercicio, en igualdad de condiciones con las demás, de todos los derechos humanos y libertades fundamentales.
- **DISEÑO UNIVERSAL:** se entenderá el diseño de productos, entornos, programas y servicios que puedan utilizar todas las personas, en la mayor medida posible, sin necesidad de adaptación ni diseño especializado. El "diseño universal" no excluirá las ayudas técnicas para grupos particulares de personas con discapacidad, cuando se necesiten.
- **ENCARGO FIDUCIARIO:** En el artículo 182 de la Ley 1448 de 2011 se estipula que los niños, niñas y adolescentes víctimas tendrán derecho a la reparación integral; derecho que incluye las medidas de indemnización, rehabilitación, satisfacción, restitución y garantías de no repetición. Para cumplir la disposición anterior, el artículo 185 de la misma ley establece que la entidad judicial o administrativa que reconozca la indemnización a favor de un niño, niña o adolescente, ordenará, en todos los casos, la constitución de un encargo fiduciario a favor de los mismos, garantizando de esta forma su derecho a la indemnización.
- **ENCUENTROS GRUPALES:** Son espacios con "sentido colaborativo" por la presencia de diferentes personas en un escenario reflexivo, generativo y solidario, que busca dar lugar tanto a la representación del sufrimiento, como al reconocimiento y fortalecimiento de los recursos de afrontamiento que tienen los y las participantes a través de la palabra, en el cuerpo y en el diálogo a la luz de otras experiencias. En cada una de las metodologías que integran el Procedimiento Estrategias de Reparación Integral los Encuentros tienen unas características específicas que cumplen un objetivo en sí mismos, pero se encadenan de manera secuencial al siguiente encuentro, siendo además, el referente psicosocial parte activa del grupo en un lugar de facilitador.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 4 de 66

- EDUCACIÓN FINANCIERA:** Para las Estrategias, se asume la educación financiera como parte del fortalecimiento al proyecto de vida, por tanto, brinda herramientas que les permitan a las personas participantes resignificar los cambios que ha sufrido la economía de su hogar, valorar y reconocer las nuevas formas de subsistencia y proyectarse hacia el futuro en todas sus dimensiones, de tal forma que también se piensen como agentes empoderados de su economía, desde las nuevas situaciones que el hecho victimizante les ha impuesto.
- 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. En relación al sufrimiento se presentan tres formas: aquel ocasionado por el conflicto armado; el ocasionado por la re victimización 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, transcurso de vida, género, etnia); la composición del hogar y el contexto (condiciones higiénicas y ambientales, procesos políticos, económicos y sociales, y la educación).
- ENFOQUE COLABORATIVO:** Todo sistema humano es generador de lenguaje y bajo este enfoque se crea un sistema lingüístico en el cual el cliente y el terapeuta' crean significados de manera conjunta. Este enfoque permite desarrollar la creatividad, la movilización de los recursos de las personas, las familias y la comunidad, propicia la autorreflexión, el cambio y el aprendizaje. Se validan en estos procesos los puntos de vista diferentes y las diferentes perspectivas.


Este concepto también se aplica a los procesos grupales, en donde a través de la conversación y escucha respetuosa se busca fortalecer otras perspectivas e interpretaciones de una misma realidad. Es importante para este enfoque la utilización de los equipos reflexivos, que permiten ampliar las definiciones de los problemas y sus interpretaciones, lo que amplía el marco de referencia y la comprensión de las personas que allí participan, porque se construyen nuevos significados de los eventos. Para que los cambios se logren en la conversación, las personas inmersas en la relación participan en nuevas generaciones de significados mediante la reflexión.
- ENFOQUE DE DERECHOS:** Los Derechos Humanos se constituyen como el discurso fundante de la modernidad que declara que todo ser humano nace libre e igual sin distinción alguna, buscando comportarse fraternalmente entre sí y sin distingo de situación social y contexto. Una sociedad como la actual que ha crecido en medio del conflicto

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 5 de 66

armado interno y lo ha naturalizado, haciéndonos espectadores de toda clase de horrores y degradación de lo humano, requiere de nuevo humanizarse y pensarse los derroteros axiológicos que posibiliten una sociedad más justa y en paz, es así que se toma los Derechos Humanos como ontología que permite pensarse la práctica de la ética en la cotidianidad. Con este enfoque se asume que, para garantizar el fortalecimiento de la democracia y contribuir a procesos de convivencia la apuesta debe estar encaminada hacia la Educación en Derechos Humanos que busca el reconocimiento de la Dignidad Humana, como una exigencia en la que se plantea un sujeto en libertad, no alienado, ni violentado. La Estrategia buscan fortalecer estos procesos en el reconocimiento de la dignidad de las personas y sus derechos como ciudadanos colombianos, pero sobre todo, como parte de la familia humana que reconoce la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Para las víctimas/sobrevivientes del conflicto armado, la efectivización de los Derechos Humanos resulta ser primordial, pues posibilitan el reconocimiento de la dignidad y el respeto por el ser humano, empoderándole sobre sí mismo, en ese sentido la reestructuración de lo individual posibilita y potencia la participación colectiva.

- ENFOQUE PSICOSOCIAL:** El enfoque psicosocial incorpora los principios generales que define la ley 1448 de 2011, es decir, es transformador, diferencial, integral, se basa en la Dignidad humana, la participación conjunta y el respeto mutuo. La Unidad para las Víctimas ha establecido que el enfoque psicosocial es una de las miradas 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. El Enfoque psicosocial en el marco de la atención a víctimas del conflicto es una postura a favor de la víctimas que pretende posibilitar su asistencia, atención y reparación integral, desde una mirada de contexto, que involucra un trato digno, reconoce los daños y el sufrimiento causado por la violación de los Derechos Humanos y las graves infracciones al Derecho Internacional Humanitario y a su vez, favorece el reconocimiento de fortalezas y recursos en las personas que sobrevivieron al conflicto. Pero esta postura a favor de las personas que sobrevivieron al conflicto no solo se centra en la persona reconociendo el dolor y la fortaleza, el enfoque psicosocial es una mirada que recoge la historia personal, familiar y comunitaria, antes, durante y después de los hechos victimizantes, con el fin de hacer una lectura diferencial y de contexto. La incorporación del Enfoque Psicosocial en la atención a víctimas, por tanto, trasciende la atención psicosocial y el acompañamiento psicosocial, es transversal a todas las acciones de la Unidad en relación con las Víctimas. Esta mirada compleja en favor de las víctimas nos orienta como Institución prioritariamente a que todas nuestras acciones tengan un carácter reparador y que no generen más daño como parte de la relación que se construye en la atención diaria a las personas que sobrevivieron al conflicto armado.
- ENFOQUES DIFERENCIALES Y DE GÉNERO²:** La ley 1448 de 2011 establece que: “El principio de enfoque diferencial reconoce que hay poblaciones con características particulares en razón de su edad, género, orientación sexual y situación de discapacidad. Por tal razón, las medidas de ayuda humanitaria, atención asistencia y reparación integral que se establecen en la presente ley, contarán con dicho enfoque” El Estado Colombiano dispone así la implementación del enfoque diferencial en la política pública de atención,

² Unidad para las Víctimas. Procedimiento: Jornadas con Enfoque Diferencial y de Género. Código 400.08.08-27 Versión: 02 Fecha: 21/06/2018. Metodología de trabajo para el enfoque diferencial de personas con discapacidad. Código: 400.08.20-3 Versión: 03 Fecha: 10/11/2016

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 6 de 66


asistencia y reparación a las víctimas del conflicto armado como respuesta tanto al reconocimiento de que el conflicto armado ha afectado de manera diferente y desproporcionada a las personas y grupos más vulnerables y a la identificación de prácticas de exclusión, invisibilidad o discriminación que impiden o ponen en riesgo la efectiva atención y reparación de sujetos de especial protección constitucional.

Al incluir el enfoque diferencial y de género en la Estrategia de Reparación Integral se reconoce que hay poblaciones con características particulares en razón de su diversidad étnica, edad, discapacidad, género y orientación sexual que poseen necesidades diferentes, que se encuentran en mayores grados de vulnerabilidad y están reconocidas como sujetos de especial protección constitucional³ Algunas manifestaciones de la diversidad humana a las que se refiere el enfoque diferencial son: niños, niñas y adolescentes, personas mayores, personas con discapacidad, mujeres, personas con orientaciones sexuales e identidades de género no hegemónicas LGBTI (Lesbiana, Gay, Bisexual, Transexual e Intersexual) Pueblos Indígenas, Comunidades Negras, Afrocolombianas, Raizales y Palenqueras, y el Pueblo Rrom.

Son términos propios de la incorporación del enfoque diferencial y de género:

- **ENVEJECIMIENTO:** Es un proceso que comienza desde el mismo momento de la Concepción y culmina con la muerte. Todos/as envejecemos.
- **VEJEZ:** Es un momento del curso de vida que comprende desde los 60 años en adelante.
- **GAY:** hombre que siente atracción emocional, afectiva y sexual por otros hombres.
- **HETEROSEXUAL:** persona que siente atracción emocional, afectiva y sexual por personas de un sexo diferente al suyo.
- **HOMBRE TRANS:** persona con sexo de mujer, que ha construido identidad masculina y se auto reconoce como hombre.
- **MUJER TRANS:** persona con sexo de hombre, que ha construido identidad femenina y se auto reconoce como mujer.
- **INTERSEXUAL:** Persona cuyos órganos genitales y otras características que nos diferencian por sexo (como los senos o la prominencia laríngea) varían respecto a los patrones sociales para definir cuando se es hombre o mujer.
- **LESBIANA:** mujer que siente atracción emocional, afectiva y sexual por otras mujeres.
- **GARANTÍAS DE NO REPETICIÓN:** Son medidas implementadas por el Estado y que comprometen a la sociedad en su conjunto para que las violaciones a los Derechos Humanos e infracciones al Derecho Internacional Humanitario nunca vuelvan a ocurrir. Las Garantías de No Repetición, son un componente esencial de la reparación integral, ya que aseguran que las medidas políticas, materiales o simbólicas de reparación, que tome el Estado y la Sociedad, tengan impacto en el tiempo al garantizar a las víctimas que lo que les sucedió no se repetirá nunca más. Las GNR tienen una dimensión reparadora y una dimensión preventiva. La dimensión reparadora se refiere a acciones que correspondan a mitigar los daños infringidos a las víctimas en relación a la violación de sus Derechos Humanos e Infracciones al Derecho Internacional Humanitario, a través de acciones de carácter institucional, político, económico y social que beneficien a la sociedad en general.

³ Artículo 13, ley 1448

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 7 de 66

La dimensión preventiva tiene como objetivo prevenir nuevas violaciones a los Derechos Humanos e Infracciones al Derecho Internacional Humanitario, cobrando especial importancia en procesos transicionales donde el riesgo del conflicto persiste, ya que no basta con reparar los daños ya infligidos sino prevenir los futuros, estas acciones se centran en pedagogía social en derechos humanos, eliminación de imaginarios sociales y culturales, formación en ciudadanía y cultura de Paz, entre otras. Para la Estrategia de Reparación Integral, se desarrollarán acciones que contribuyen a la no repetición en su dimensión preventiva.

- **IDENTIDAD DE GÉNERO:** Vivencia interna e individual que cada persona tiene al sentir, reconocer y construir el género. Aquí se incluyen las categorías, femenino, masculino, hombre trans y mujer trans.
- **INTERSECCIONALIDAD⁴:** La interseccionalidad es una metodología que examina cómo varias categorías biológicas, sociales y culturales (como la identidad de género, la etnia, la clase, la (dis)capacidad, la orientación sexual, la religión, la casta, la edad, la nacionalidad y otros ejes de identidad) interactúan en múltiples y, a menudo, simultáneos niveles. Con el fin de comprender de forma completa a la persona, la interseccionalidad invita a pensar en cada eje (elemento o componente) de una persona como obligatoriamente unido con todos los demás⁵.
 - Dicho con otras palabras, la interseccionalidad plantea la indisolubilidad de las categorías de género, raza, clase, sexualidad, edad, capacidad, entre otras categorías de diferencia (Esguerra y Bello 2013).
 - El análisis interseccional permite evidenciar que los sistemas y matrices de opresión⁶, dominación o discriminación (el racismo, el machismo, el sexismo, la discriminación de la discapacidad, la homofobia, la transfobia, la xenofobia y todos los prejuicios basados en la intolerancia) no actúan por separado, sino que a menudo, las matrices de opresión están interrelacionadas y actúan simultáneamente, creando un sistema de opresión que refleja la intersección de múltiples formas de discriminación⁷.

⁴ Lineamientos de Atención Psicosocial para mujeres, hombres, personas con orientaciones sexuales e identidades de género no hegemónicas, niños, niñas y adolescentes víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado.

⁵ Enfoque Diferencial e Interseccional. Unidad para las Víctimas. 2017


⁶ Ibid. Se definen como matrices de opresión aquellas dinámicas sociales, políticas y culturales que tienen un impacto negativo sobre un grupo poblacional específico. Por ejemplo, el racismo es una matriz de opresión que impacta negativamente las poblaciones afro, indígena, palanqueras, rom, etc. El machismo es una matriz de opresión que tiene consecuencias negativas para las mujeres. El capacitismo, afecta las personas con discapacidades. La homofobia perjudica las personas gays. Etc.

Patricia Hill Collins (1993) fue la primera a estudiar las matrices de opresión. Según Collins los sistemas de intersección de la opresión están organizados en cuatro dominios de poder interrelacionados: estructural (leyes y políticas), disciplinario (jerarquías), hegemónico (ideologías) e interpersonal (prácticas cotidianas). Esta matriz genera opresiones multivariadas y específicas. El propósito de este módulo no es estudiar cada uno de estos cuatro sistemas de opresión sino de generar una reflexión sobre el contexto de las víctimas y como las diferentes exclusiones están interrelacionadas, creando un sistema de opresión que refleja la intersección de múltiples formas de discriminación.

Las matrices de opresión pueden existir en la práctica en contra de un sector social aún si la ley no discrimina aquel sector. Por ejemplo, la ley colombiana protege los profesores gays, sin embargo, puede suceder que durante la entrevista de trabajo no se escoja a un hombre gay por estereotipos o por miedo sobre qué pensarán los padres de los niños y niñas que estudian en el colegio. A pesar de que la ley garantiza el derecho al empleo, la homofobia genera una desventaja y una discriminación.

En este ejemplo hemos mostrado una situación de discriminación en contra de una persona gay. Situaciones parecidas de discriminación se pueden presentar también hacia otros sectores poblacionales.

⁷ Ibid.


 <p>Unidad para las Víctimas</p>	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 8 de 66

- Así, la “interseccionalidad se refiere a la experiencia directa que tienen las personas de cómo las intersecciones entre diferentes desigualdades pueden afectar estructuralmente oportunidades económicas, políticas y sociales, creando desventajas para sujetos que se encuentran en el punto de intersección entre desigualdades concretas”⁸.
 - Es decir, se refiere a como la identidad de género, el origen étnico, la orientación sexual, la clase social y otros marcadores de diferencias se intersectan para crear condiciones de privilegio u opresión en cuanto al acceso a los derechos. La Interseccionalidad reconoce que los individuos y grupos están conformados por identidades múltiples e interrelacionadas. Por ejemplo: No tienen iguales condiciones de acceso a los derechos un hombre mestizo, con estudios superiores a un hombre afro, gay y de bajos recursos
 - Por lo tanto, analizar los hechos de violencia sexual de una manera interseccional implica, por un lado, identificar esas diferentes categorías que componen a una persona (origen étnico, orientación sexual, identidad de género, clase social, etc.) y, por otro lado, analizar cómo esas categorías se intersectan para crear condiciones de privilegio u opresión –entendiéndose ésta última como injusticia social y como barrera para la autorrealización⁹ -.
 - Esas condiciones de opresión, en algunos casos, vuelven vulnerables a las personas con OSIG-NH, a los niños, niñas y adolescentes, a las mujeres y hombres de sufrir actos de violencia sexual. La vulnerabilidad¹⁰ se relaciona con la existencia de situaciones sociales y legales específicas y graves obstáculos que impiden que las personas disfruten de una serie de derechos relacionados con la dignidad humana.
- **MEDIDA DE INDEMNIZACIÓN:** “La reparación por vía administrativa, es un componente de la reparación integral cuyo objetivo es la compensación material de daños ocasionados por infracciones al Derecho Internacional Humanitario o graves violaciones a los Derechos Humanos en el marco del conflicto armado interno, constituyéndose en una serie de medidas principalmente de carácter económico (aunque no exclusivo) que se fija en montos de salarios mínimos legales mensuales vigentes (SMLMV) al momento del pago. Cifras que deben ser pagadas por el Estado a la víctima de acuerdo con el daño” En la Estrategia de Reparación Integral serán focalizadas las personas víctimas registradas en el Registro Único de Víctimas que tengan el derecho a esta medida y que su caso haya sido plenamente documentado.
 - **MEDIDA DE REPARACIÓN EN LA ESTRATEGIA:** 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 Ley 1448. La reparación comprende cinco medidas: restitución, indemnización, rehabilitación, satisfacción y garantías de no repetición. En la Estrategias de Reparación Integral se brinda el acceso a las medidas de satisfacción, se realizan acciones que aportan a las garantías de no repetición y la medida de indemnización.

⁸<http://www.aragon.es/estaticos/GobiernoAragon/Organismos/InstitutoAragonesMujer/Documentos/4.%20Interseccionalidad%20y%20violencia%20de%20género.pdf>

⁹ Ibid.

¹⁰ Ibid.


 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 9 de 66

- **MEDIDA DE SATISFACCIÓN:** Las Medidas de Satisfacción hacen parte de las dimensiones individual y colectiva de la Reparación, tienen como objetivo contribuir a la reparación de los daños inmateriales, morales y políticos causados por el conflicto armado y resarcir el dolor por medio de la reconstrucción de la verdad, la difusión de la memoria histórica y la dignificación de las víctimas. Para la Estrategia de Reparación Integral de la ruta individual, la Medida de Satisfacción centra su alcance específicamente en los actos de homenaje, reconocimiento y dignificación.
- **NIÑA-NIÑA Y ADOLESCENTES:** Se entiende por niño o niña, las personas entre 0 y los 12 años y por adolescente las personas entre 12 y 18 años de edad¹¹
- **ORIENTACIÓN SEXUAL:** Es la capacidad de sentir una atracción emocional, afectiva y sexual por personas de otro o del mismo sexo. Esta categoría incluye heterosexual, lesbiana, gay y bisexual.
- **SEXO:** Es una categoría construida culturalmente y hace referencia de manera estricta a las características biológicas y anatómicas de las personas, que establecen una diferencia con relación al sistema reproductivo. Esta categoría incluye hombre, mujer e intersexual.
- **VÍCTIMAS CON DISCAPACIDAD:** Las víctimas con discapacidad son aquellas personas que además de haber experimentado los hechos victimizantes presentan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que, al interactuar con diversas barreras, puedan impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás.

Se consideran víctimas con discapacidad:

- Cuando el hecho victimizante genera de forma directa la discapacidad física, sensorial, intelectual, mental o múltiple.
- Cuando la víctima ya presentaba una discapacidad antes de la ocurrencia del hecho victimizante, pero el hecho victimizante agravó la discapacidad.
- Cuando la víctima ya ha experimentado el hecho victimizante y luego adquiere la discapacidad por otra causa diferente al conflicto armado.
- Cuando la víctima ya presentaba discapacidad antes de la ocurrencia del hecho victimizante.

¹¹ Código de la Infancia y la Adolescencia. Artículo 3 "Para todos los efectos de esta ley son sujetos titulares de derechos todas las personas menores de 18 años. Sin perjuicio de lo establecido en el artículo 34 del Código Civil, se entiende por niño o niña las personas entre los 0 y los 12 años, y por adolescente las personas entre 12 y 18 años de edad

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 10 de 66

4. DESARROLLO DE LA ESTRATEGIA SIEMBRA

SIEMBRA es un proceso secuencial que desarrolla acciones que aportan a la no repetición y la implementación de una medida de satisfacción, desde el enfoque de derechos, diferencial, psicosocial y de Acción sin Daño (en adelante ASD), promoviendo de esta manera un escenario dignificante que aporte a la reparación simbólica e integral de las víctimas, en el que se incluye un sentido reparador para la medida de indemnización.

SIEMBRA se desarrolla en tres Encuentros, con una secuencia que se puede concertar con los participantes de manera diaria: (tres días seguidos) o semanal (cada ocho días) los encuentros no deberían superar los quince días y tienen una duración de 6 horas para cada uno. Metodológicamente la Estrategia general está pensada para ser desarrollada con grupos de 30 personas, con diferentes hechos victimizantes y en diferentes momentos del transcurso vital, por tanto, incluye ajustes universales y razonables que permitan la participación de personas con discapacidad, así como recomendaciones particulares y contextuales que permiten la participación activa de personas mayores, mujeres y personas con orientaciones sexuales o identidades de género no hegemónicas.


4.1. PARTICIPANTES

Personas sobrevivientes al conflicto armado colombiano que han sido víctimas de graves violaciones a los derechos humanos o infracciones al derecho internacional humanitario. Estas personas deberán ser mayores de edad, estar inscritas en el Registro Único de Víctimas (en adelante RUV) y tener destinados sus recursos de indemnización por vía administrativa. También se incluirán personas con las cuales la Unidad ha realizado y completado el proceso de documentación de su caso.

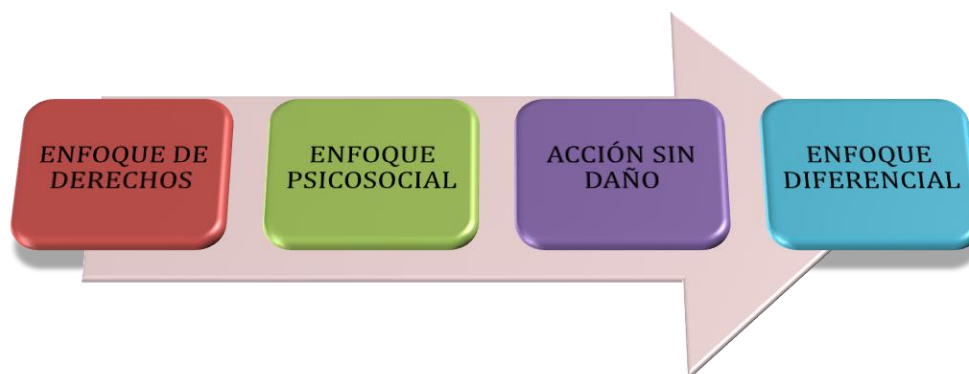
4.2. ENFOQUES TRANSVERSALES

Siendo una estrategia enmarcada en el acceso de las víctimas participantes a las medidas de reparación simbólicas, el eje central de la Estrategia es el enfoque de derechos. En los tres encuentros y de manera transversal se involucra el enfoque psicosocial y de ASD, como una postura a favor de las víctimas que reconoce el sufrimiento, pero también las herramientas y potencialidades de los y las sobrevivientes en el país.

Finalmente, cada encuentro desarrolla ajustes universales y razonables que permiten participar de manera incluyente a las víctimas con discapacidad y se incluye señalamientos particulares y contextuales para el acompañamiento a las mujeres, a las personas mayores y a personas de los sectores LGBT, como una acción afirmativa y de reconocimiento de estos grupos poblacionales como sujetos de especial protección, teniendo en cuenta la doble vulneración que han sufrido en el marco del conflicto armado al ser poblaciones ya históricamente vulneradas en sus derechos. Para garantizar la apropiación e inclusión de los enfoques transversales a la Estrategia SIEMBRA, el referente psicosocial debe leer

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 11 de 66


Documentos Complementarios para las Estrategias de Grupales del Grupo de Enfoque Psicosocial. (Ver Procedimiento)

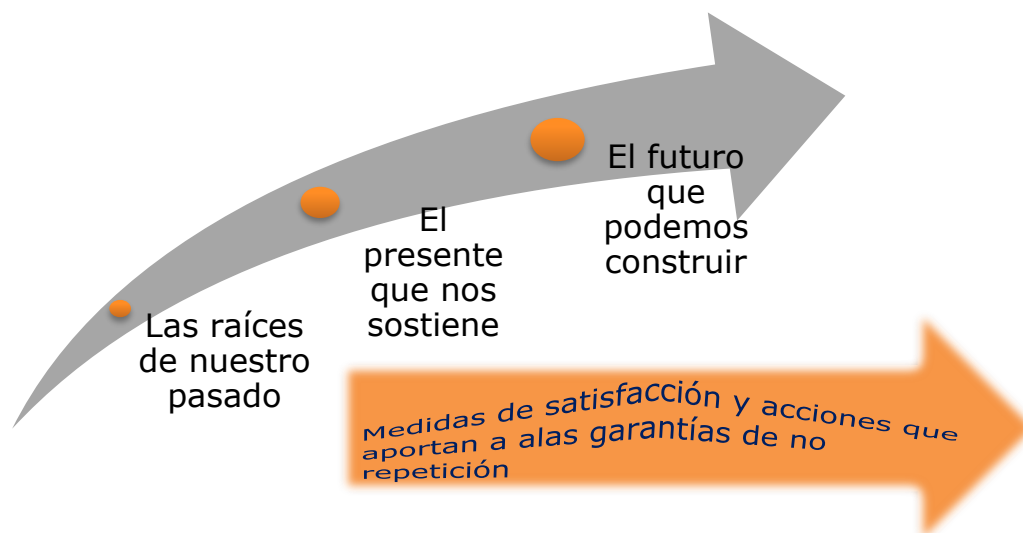


4.3. SECUENCIA DE LOS ENCUENTROS:

Para cumplir el objetivo propuesto, la estrategia aborda tres momentos de la vida de los y las participantes: 1º **Las raíces de nuestro Pasado**, que aborda el reconocimiento de los hechos victimizantes, así como el lugar y la importancia de la memoria para darle sentido al presente y construir el futuro, 2º **El Presente que nos sostiene**, que pretende abordarse con las herramientas del pasado que el grupo ha identificado, fortaleciendo estas herramientas desde la reflexión sobre los derechos humanos. Aborda cómo toman vigencia estos derechos en el presente y el futuro de los y las participantes; y 3º Finalmente, se trabaja **El Futuro que podemos construir**, desde la reflexión por el transcurso de vida que se ha seguido/construido hasta el momento, donde el pasado y el presente, con todos sus momentos significativos, tienen un lugar importante que invita a los participantes a proyectarse en su futuro concreto, real y construible. Así, este tercer momento gira alrededor de la pregunta por la proyección de la vida emocional, social, espiritual y económica en un futuro no muy lejano, desde el fortalecimiento del concepto de dignidad humana como derecho. Se espera dejar instaurada en la nueva memoria que se tendrá en el futuro y que es ahora el presente un mensaje clave: que la dignidad es un valor que ninguna persona o circunstancia, podrá quitarles jamás, ya que todos somos parte de la familia humana (*La dignidad es un valor fundamental inherente a la condición de persona, por tanto, ninguna circunstancia o persona podrá quitarle jamás*)

En sentido global, se pretende que cada momento lleve a la maduración emocional que permita a las y los participantes acoger los recursos de la indemnización como una acción de reconocimiento de derechos y dignificación, la cual adquiere sentido en el pasado vivido, en el presente que se reconstruye cada día y en el futuro del que harán parte estos recursos

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 12 de 66




El desarrollo de los tres momentos de la estrategia busca que las y los participantes al recibir este recurso lo perciban como una acción de reconocimiento de sus derechos y dignificación, lo cual adquiere sentido en el pasado vivido, en el presente que se reconstruye cada día y en el futuro del que hará parte la inversión de esos recursos

4.4. ENCUENTROS

*"...y cuando digo esto
 quiero decir contar, aunque sea hasta dos, aunque sea hasta cinco
 no ya para que acuda presurosa en mi auxilio,
 sino para saber, a ciencia cierta,
 que usted sabe que puede contar conmigo"*
 Mario Benedetti

Los encuentros de SIEMBRA se enmarcan en las medidas de satisfacción y acciones de garantías de no repetición, por tanto, buscan el reconocimiento de los hechos victimizantes, así como el lugar y la importancia de la memoria para darle sentido al presente y construir el futuro. En este sentido, es claro que los encuentros SIEMBRA no son encuentros donde se aborde el sufrimiento en clave de rehabilitación psicosocial, sin embargo, es posible que los y las sobrevivientes participantes pasen por momentos de desborde emocional (dolor, lamentos, malestar físico, rabia, llanto, impotencia. Etc) mientras se realizan las actividades. Esas emociones deben ser recibidas, validadas y contenidas, pero intentando direccionarlas al objetivo del encuentro en relación a la importancia de la memoria desde el ámbito personal y privado, así como en el escenario de lo colectivo y lo público. Las preguntas reflexivas y circulares serán por tanto una herramienta fundamental para recoger y validar el sufrimiento

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 13 de 66

y demás emociones que emerjan, pero, además, para darle un sentido en el espacio del encuentro¹².

Indicaciones para el referente psicosocial. Para tener en cuenta cuando hablamos de memoria histórica:

“Las narrativas sobre el pasado, a la vez que enaltecen a unos grupos, devalúan a otros transformando sus diferencias en justificaciones para que sean objeto de tratos discriminantes. Estas versiones son aceptadas, o confrontadas por los relatos alternos que producen los excluidos y los subordinados. La memoria, por tanto, es un campo en tensión donde se construyen y refuerzan o retan y transforman jerarquías, desigualdades y exclusiones sociales”. Tomado de “Recordar y Narrar el Conflicto” del Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH), Primera Edición, Colombia, Septiembre 2013.


“Tanto las memorias individuales como las colectivas son a la vez políticas, sociales, culturales e históricas. Los recuerdos que aprendemos a juzgar como inocuos, impropios o abiertamente contrapuestos al interés de la nación, las instituciones, los grupos o las comunidades tienen muy poco de azar y mucho de construcción política y social”. Tomado de “Recordar y Narrar el Conflicto” del Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH), Primera Edición, Colombia, septiembre 2013.

Una manera adecuada de mirar la construcción de memoria es verla de manera temporal, es decir, se hace memoria en el presente de un hecho o hechos que ocurrieron en el pasado y que sin embargo tenemos la opción de verlos con perspectiva de futuro, existe además un antes y un después de ese hecho o hechos.

El trabajo de reconstrucción de memoria histórica es objeto, fuente y método para la construcción del relato histórico. Objeto porque busca desarrollar una narrativa que dé cuenta de las razones que posibilitaron el surgimiento y evolución del conflicto armado colombiano, y darles lugar a las voces de las víctimas en el registro histórico. Fuente porque la memoria se convierte en el centro –eje– de la narrativa que se le propone a la opinión. Método porque la labor de memoria histórica busca tanto la reconstrucción rigurosa de los datos hechos como la reconstrucción rigurosa de las memorias. Pág. 49 Capítulo B

Para trabajar en procesos de reconstrucción de memoria se debe tener en cuenta que la memoria es: Selectiva, no se trata solamente entonces de estudiar o recuperar el contenido de los recuerdos, sino también del proceso y los modos mediante los cuales los individuos y grupos construyen e incorporan dichos recuerdos conservan ciertas memorias y organizan su experiencia individual y colectiva. Ordenadora, dado los marcos interpretativos que hemos absorbido, al rememorar buscamos destacar ciertos eventos y otorgarles un sentido y una

¹² Se recomienda tener en cuenta La Pregunta como herramienta:
<https://www.youtube.com/watch?v=pT64PL4nAzs&t=208s>

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 14 de 66

razón de ser. Dinámica, se renueva continuamente por medio de las prácticas del recuerdo y el olvido. Tomado de "Recordar y Narrar el Conflicto" del Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH), Primera Edición, Colombia, septiembre 2013.


A la hora de abordar este tema de especial cuidado, hay que tener en cuenta las siguientes recomendaciones sobre qué hacer y qué no hacer, que hace el CNMH en su informe:

Qué hacer

- *Desarrolle una escucha responsable. Escuche atentamente, resumiéndole brevemente las emociones a la persona afectada. Transmítale que usted comprende la situación que atraviesa; en esto consiste una actitud de empatía.*
- *Sea cortés, honesta y transparente: eso le permitirá ganarse la confianza y cooperación de la persona afectada.*
- *Sea realista y objetiva.*
- *Promueva la dignidad y la autonomía para que las víctimas puedan trabajar en sus propios problemas.*
- *Promueva la confianza y la seguridad.*
- *Esté atenta a las oportunidades que le permitan enfatizar las cualidades y fortalezas de la persona.*
- *Acepte el derecho de los afectados a sentirse de esa manera.*
- *Formule preguntas efectivas y provechosas.*
- *Pida retroalimentación para lograr una correcta comprensión. Es decir, verifique con la persona a la que está escuchando que le está entendiendo lo mismo que ella le está queriendo decir.*
- *Sea comprensiva de las creencias religiosas y las prácticas espirituales.*

Qué no hacer

- *No ofrezca cosas que usted no pueda llevar a cabo.*
- *No tema al silencio: permita un tiempo para la reflexión y la emoción.*
- *No se sienta impotente y frustrada. Usted es importante y sus acciones valen la pena.*
- *No demuestre ansiedad, porque ésta se transmite fácilmente a los afectados.*
- *No ofrezca respuestas sino más bien facilite reflexiones.*
- *No se deje afectar por la ira o la hostilidad de la persona.*
- *No la presione a hablar.*
- *No tema admitir que la persona afectada necesita más ayuda de la que usted le puede ofrecer.*
- *No permita que la gente se enfoque solo en los aspectos negativos de la situación.*
- *No demuestre conmisericordia o paternalismo, tampoco se exprese de manera autoritaria o impositiva. Encuentre una vía intermedia.*
- *No espere que la víctima se comporte normalmente de manera inmediata.*
- *No confronte a una persona en crisis: podría sentirse amenazada.*

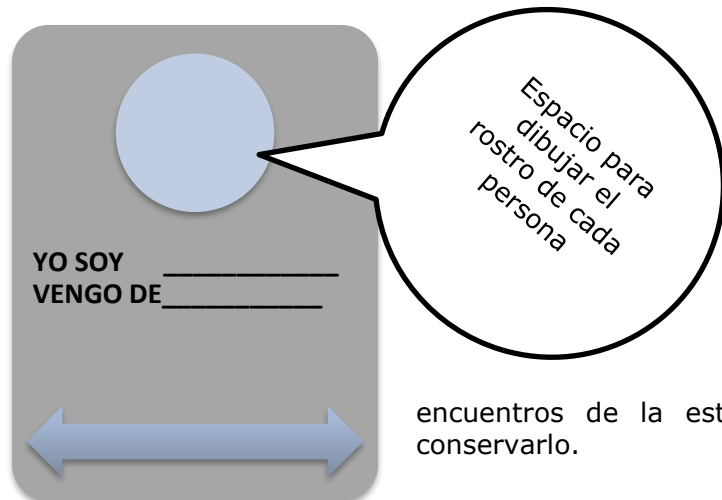
 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 15 de 66

4.4.1. ENCUENTRO 1: “Las Raíces de nuestro Pasado”

HORA	ACTIVIDAD
8:00 am – 9:00 am	Momento 1: Acogida y Bienvenida
9:00 am - 9:30 am	Refrigerio
9:30 am - 11:30 am	Momento 2: Reflexión sobre la memoria
11:30 am - 1:30 pm	Momento 3: La memoria, el presente y el futuro
1:30 pm	Almuerzo

MOMENTO 1- ACOGIDA Y BIENVENIDA (60 minutos)

Registro de participantes




A medida que van llegando las y los participantes a la estrategia se recomienda valorar y agradecer que hayan decidido participar en ese espacio. Además, debe diligenciar un listado de asistencia y se entregará cada uno una escarapela de identificación en donde quedará consignado el nombre del participante y su lugar de procedencia. Este elemento

será usado durante los tres

encuentros de la estrategia, así que se les recomienda conservarlo.

Ejercicio de presentación

El referente psicosocial se presenta al grupo y les agradece su puntualidad y asistencia. Invitándolos a conformar un círculo de acogida donde todos y todas hagan parte y se puedan ver, luego invita al grupo a presentarse de la siguiente manera: *“Vamos a decir nuestro nombre, si tienen dos nombres, escojan por favor el que más les guste y vamos a decir por qué nos pusieron ese nombre, en caso que no les guste el nombre que les pusieron y usen otro que vaya más con lo que son, también los invito a decir cómo les gusta ser llamados por los demás y por qué escogieron este nombre”*. El/la profesional iniciará el ejercicio presentándose e invitando al grupo a continuar, hasta que todos y todas cuenten cómo les gusta que los llamen y por qué tienen ese nombre, para continuar con el Bingo diciendo: *“Ahora que ya sabemos un poco más de nosotros, los/las invito a jugar BINGO, ¿alguien no sabe cómo se juega BINGO?... bueno, esta es una versión nueva del BINGO...”*

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 16 de 66

EJEMPLO: *Mi nombre es Juana Valentina y mi mamá me puso ese nombre porque le gustaba una novela donde la protagonista se llamaba así.*

RECUERDE siempre preguntar por el nombre que escogieron, si no están de acuerdo con el que les pusieron, como una acción afirmativa en favor de las y los hombres trans y de las personas que consideran que fueron mal nombradas. Recuerde estos nombres y úselos siempre indiferentemente de los registrados en las cédulas.


Ejercicio de apertura - BINGO.

Materiales: Hoja tablero BINGO, Esferos

Se distribuye la hoja con el tablero de BINGO (Anexo 1) y un esfero a cada uno de los/las participantes. El objetivo del juego es completar el tablero para lo cual los/las participantes deberán realizar cada pregunta con información adicional a los/Las demás participantes, es decir, si la pregunta es "¿Le gusta bailar, cantar o actuar?" Posteriormente puede preguntar "¿qué ritmo gusta bailar o que canción le gusta...?", etc. Cada pregunta se deberá realizar a un compañero(a) diferente tratando de preguntarle a la mayor cantidad de personas diferentes. La primera persona que grite "¡BINGO!" será el o la ganadora, a esta persona se le entregará como premio _____

Se pide a la persona ganadora que pase al frente para verificar el tablero mientras los demás se sientan. Se lee de manera pública cada una de las respuestas consignadas mientras se va preguntado a otros participantes al azar: Por ejemplo: - "a la pregunta *¿Qué sonido le gusta? ¿Quién te contestó?* - *Me contestó Juan y dijo que le gustaba la voz de su hija...*" (La idea es que al menos una vez cada persona de una participe con su respuesta)



B	I	N	G	O
¿Te gusta bailar, cantar o actuar? Si - Info -	¿Qué simboliza esta imagen? Info - 	¿Cuál es la tradición más importante para tu familia? Info -	¿Cuál es tu mayor fortaleza? Info -	¿Con que relaciona la palabra DIGNIDAD? Info -
¿Cual ha sido el logro más importante en tu vida? Info -	¿Practicas un deporte? Si - Info -	¿Te gusta navegar en internet? Si - Info -	¿Te gusta ver cine o televisión? Si - Info -	¿Cómo debería recordar Colombia los hechos del conflicto? Info -
¿Cual es tu secreto para trabajar con comunidades? Info -	¿Cual es el deber de memoria del Estado? Info -	¿Que simboliza un abrazo? Info - 	¿Te gusta leer? Si - Info -	¿Te gusta cocinar? Si - Info -

Nombre: _____

Tenga en cuenta...

Esta es una actividad de integración y familiarización para crear el sentido de grupo desde las diferencias y coincidencias, por esto es necesario que el/la profesional adapte las preguntas al contexto. **Ejemplo:** cambiar alguna pregunta por ¿Qué es lo que más le gusta de su barrio/vereda?

El/la referente psicosocial centrará la reflexión en aquellas preguntas que giran en torno a la dignidad, la memoria y los derechos para ir introduciendo el tema sin profundizar o general polémicas, es un ejercicio de contacto inicial que le permitirá empezar a conocer al grupo.


Tenga en cuenta...

No se preocupe por las discusiones que estas preguntas generen, lo importante es que no lleve al grupo a la polarización, es necesario, por tanto, que al finalizar esta actividad se haga una síntesis de lo discutido, centrándose en las posiciones generales del grupo.

Presentación de la estrategia

Una vez cerrada la actividad del Bingo, el/la referente psicosocial preguntará al grupo cómo se sintieron con la actividad, recogiendo las principales intervenciones y preguntando si alguna vez habían jugado algo así con personas desconocidas, es importante que el profesional cree un sentido de grupo resaltando las diferencias y coincidencias del mismo, de esta manera introducirá las siguientes preguntas:

1. ¿Alguna vez han participado en algún grupo o acción donde hablen sobre sus emociones y sentimientos? ¿En qué ayudaría o los ha ayudado participar?
2. ¿Creen que después de vivir los hechos de violencia por los que han pasado es importante hacer algunas cosas para mantener la salud emocional y la salud espiritual? ¿En qué ayudaría o los ha ayudado hacerlo?


 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 18 de 66

3. ¿Creen que reconocer los hechos, no negarlos, reconocer que ustedes fueron víctimas, que su buen nombre y su dignidad fue afectada es una obligación de todos los colombianos? ¿Eso en qué ayudaría? (Conecte con las respuestas a las preguntas 1 y 2)
4. ¿Ustedes consideran que han sobrevivido al conflicto armado? (Recoja y parafrasee las respuestas que confirmen las acciones que los hacen sobrevivientes)

El/la referente deberá dirigir la discusión de las preguntas para explicar cómo estos encuentros buscan dignificar todo aquello que han vivido. El/la referente le dirá entonces al grupo, que para La Unidad para las Víctimas es un deber y un honor poder invitarlos a un espacio para fortalecer sus propias capacidades, reconociendo que han sido más que víctimas, dando un lugar a los hechos del pasado, pero también a las herramientas y mecanismos de afrontamiento desarrollados y fortalecidos.

Luego aborde:

- Los encuentros son grupales
- Son 3 encuentros
- 1 vez por semana o como se acuerde según la disponibilidad de los participantes.
- Con una duración aproximada de 6 horas. El espacio incluye los materiales, un refrigerio y el almuerzo, con el cual termina el encuentro.
- Cada grupo es conformado por máximo 30 personas víctimas que van a recibir sus recursos de indemnización, por tanto, no es posible que participen personas que no hayan sido llamadas por la Unidad. Aclaré que las medidas a las que tienen derecho como víctimas del conflicto armado los ocho millones de personas registradas en el RUV, llegarán a todos y todas, pero que en este momento son ellos y ellas las que han sido focalizadas para este momento.
- Es un grupo cerrado, por tanto, ya no pueden ingresar personas nuevas.
- Es un proceso voluntario, nadie está obligado a participar. Aunque es necesario que el referente psicosocial enfatice que es importante para todos la participación de cada uno de ellos y que esperamos contar con ellos en los siguientes encuentros.
- La Estrategia se rige por los principios de autonomía, libertad y dignidad; lo cual quiere decir que las personas son libres de participar, que toman decisiones autónomas respecto a cómo participan en el grupo, con qué actividades se sienten cómodas y con qué no, y que en todo momento se rescata la dignidad de todos y cada uno de los participantes, incluido el/la profesional psicosocial.
- Los encuentros grupales son un “espacio de diálogo abierto”, en el que todas las voces son igualmente importantes, y no hay verdades absolutas, “nadie tiene la verdad, ni nadie está equivocado”.
- Es un diálogo de intimidad, privacidad y confidencialidad que permite compartir lo que se siente y piensa.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 19 de 66

- Se basa en el respeto por las posiciones y experiencias de vida de sí mismo y de los otros/as.
- Nada de lo que pase en el grupo puede ser juzgado, señalado, criticado o rechazado.
- Es un espacio donde lo más importante es escuchar, validar y compartir.
- Los encuentros grupales son un espacio construido por todos/as, no dependen exclusivamente del profesional psicosocial, de tal forma, que todos los/as participantes se involucran y colaboran desde su propia experiencia y voluntad.
- Participar en los tres momentos es un derecho de ellos y ellas, tan importante como los otros derechos, incluido el de recibir los recursos de indemnización.
- Se debe socializar el formato de consentimiento informado y rotarlo para que lo firmen los y las participantes.



TENGA EN CUENTA...

Las personas que han sufrido experiencias victimizantes pueden presentar diferentes formas de ser, estar y participar en los encuentros convocados por el Gobierno; y más aún en los territorios donde el Estado ha tenido una débil presencia institucional y han sido otros actores, quienes han regulado y controlado la vida social, cultural y política de las personas.

Es natural que a los primeros encuentros acudan personas con emociones como desconfianza, rabia, resentimiento, y se muestren tímidos, callados, poco colaborativos, entre otras. Eso no quiere decir que "sean" así, sino que hasta que no logremos construir múltiples confianzas, no podemos esperar que las personas entablen una relación significativa entre ellos, ni con nosotros.

Es esperable que ese tipo de comportamientos vaya cambiando con el transcurrir de los encuentros y a medida que la confianza aumenta, sin embargo, también puede suceder que haya personas que a pesar de que vayan avanzando los encuentros sigan mostrándose "apáticas", "desinteresadas", "poco colaborativas" "calladas"; frente a estos comportamientos es importante ser incluyente, pero no presionarlos al cambio. La sola presencia de las personas significa que hay algo que está pasando en él/ella, de lo contrario no volvería al siguiente encuentro; puede mostrarse callada porque está teniendo un diálogo interno entre lo que están diciendo los otros y sus propios pensamientos.

También es natural que las personas se muestren ansiosas y deseosas de ser escuchadas, llenas de ideas, iniciativas, propuestas y cosas que quieren lograr ahora que está llegando el Estado con una respuesta rápida, coordinada y articulada. Finalmente, tenga en cuenta que la estrategia no busca homogeneizar emociones, pensamientos, comportamientos, creencias, acciones, ni opiniones, sino por el contrario permitir, reconocer y validar que la diferencia puede convivir.



Acuerdos y compromisos

Luego de explicar la estrategia, se propone a cada participante plasmar su huella en una hoja y escribir en ella a qué se compromete durante los tres encuentros, para luego recortar esta huella y pegarla en un pliego de papel kraft. Si las personas no saben escribir, la huella y su compromiso verbal será igualmente incluido. Si las huellas van en forma aleatoria o formando una figura, puede ser una manera de iniciar el trabajo en grupo. Cuando todos tengan su huella pegada, se leerán los acuerdos y luego el referente psicosocial preguntará por si hacen falta más elementos que sean importantes para participar en los Encuentros, dando ideas de algunos que pueden faltar e invitando al grupo a escribirlos en los espacios donde no están la huellas, si están de acuerdo con ellos. Esta cartelera acompañará los tres encuentros en un lugar visible.

EJEMPLO: ACUERDOS DE PARTICIPACIÓN

Presencia plena en las jornadas.
Escucha activa del otro. Respeto por la palabra.
No juzgar al otro. Ser tolerante y respetar las ideas de los demás
Ser concreto en las intervenciones.
Mantenerse en el tema
Puntualidad en el inicio y final de las actividades
Ser transparentes, honestos y sinceros
Señalar cuando se encuentren dificultades
Cuidar el espacio. Dejar el salón como lo encontramos
Hablar en primera persona.
Respeto por la diversidad

Refrigerio


(9:0 a 9:30 am)

El espacio para compartir los alimentos no es un espacio administrativo de entrega de refrigerios, sino un lugar común donde las personas socializamos y nos integramos. Por tanto, se recomienda incentivar el compartir los alimentos en grupo de manera armónica con el encuentro y no como un espacio a parte, administrativo e impersonal. Cuide que el operador no realice acciones con daño en la entrega de los refrigerios y que estos se puedan compartir como grupo.

MOMENTO 2- REFLEXIÓN SOBRE LA MEMORIA (120 minutos)

Ejercicio: Las raíces de nuestro Pasado

Para iniciar este momento el/la referente psicosocial puede iniciar preguntando al grupo, cómo se han sentido hasta el momento y retomar la experiencia del Bingo, podrá mencionar las conclusiones de esa actividad como "a muchos les gusta dormir o bailar", para posteriormente mencionar las conclusiones de las preguntas sobre memoria. De este modo, el/la profesional invitará al grupo a que hagan memoria sobre ellos mismos, que "piensen quiénes son ellos, si tuvieran que presentarse ante un público, qué dirían sobre quiénes son ellos". Luego les dirá, que "recuerden de dónde vienen, de dónde vienen ellos y de dónde viene su familia ¿siempre han estado en el mismo lugar? O ¿han tenido que ir haciéndose a

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 22 de 66

nuevos lugares?” Finalmente, los invitará a que, “considerando quiénes son y de dónde vienen, piensen en qué pueden ellos ofrecer a otras personas víctimas del conflicto, qué cualidad tienen para darle al grupo”.

Una vez se responda a estas preguntas, de manera individual se le pedirá a cada participante que piense en su origen como la raíz de un árbol, lo que lo sostiene como su lugar de origen, sus antepasados (abuelos), su cultura y que construya, con los materiales disponibles, una raíz donde escribirá la respuesta a la pregunta ¿de dónde vengo? Puede ser un lugar, pero también una cultura, unas costumbres. Una vez todos tengan su raíz construida en 3D, se invitará a pegarla en un mural de papel kraff (4 pliegos de papel) donde formarán entre todos (incluida la raíz del referente psicosocial) las raíces de **un árbol que no está previamente delimitado, por tanto, el grupo debe ponerse de acuerdo en el orden, forma y lugar de estas.**

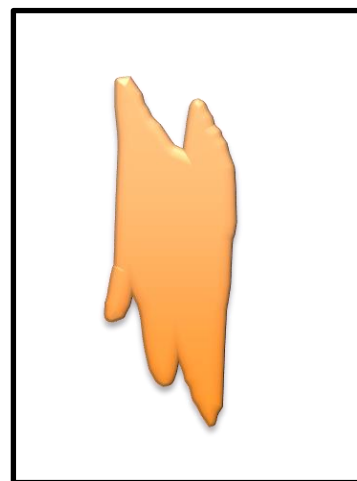


Luego, el grupo deberá construir un pedazo de corteza en unas hojas de papel iris del color que prefiera o usando revistas, en esta corteza escribirá la respuesta a la pregunta ¿Quién soy yo? Y dándole forma de corteza (será liza, tendrá cicatrices, será brillante...; es muy importante que el referente psicosocial simbolice la vida de las personas en relación a cómo puede ser la corteza de un árbol, cerrando siempre esta metáfora donde la corteza de un árbol recubre y protege lo más valioso de este) con todas las cortezas construidas, el grupo pasará a formar el tronco del árbol de manera coordinada y organizando sus cortezas de forma que todas estén, sin dañar o tapar la de otras personas, pero haciendo parte del todo que es el tronco del árbol



Finalmente, se invitará al grupo a realizar unas flores y frutos, con papel foami de colores, donde escribirá lo que trae de sí para compartir, lo que puede ofrecer al grupo de su personalidad y dones recibidos en sus raíces y que son parte de lo que él y ella es. Entonces el grupo debe construir en el murar las ramas del árbol donde pegará sus flores y frutos.

A medida que cada asistente va aportando sus respuestas, el facilitador deberá identificar e ir señalando los puntos en común que tenemos en nuestras historias y cómo estás nos has llevado hasta aquí, qué sentido tiene este árbol construido por extraños, qué les dice, qué puede significar para ellos, qué tienen en común, qué es muy diferente...retomando el reconocimiento de la condición de víctima de los participantes y los hechos doloroso que los convocan en este espacio, así como las fortalezas que los han hecho seguir adelante. Preguntando luego por si es importante recordar estos hechos o solo centrarse en el presente, en lo que son ahora. ¿Es importante recordar de dónde se es? ¿Es importante recordar de dónde se viene? ¿Es importante recordar los hechos violentos? Otras preguntas podrían ser: ¿Será que siendo todos tan distintos podemos construir algo juntos y juntas, como este árbol? ¿Será que volver a hacer una nueva comunidad es posible, un nuevo lugar que sea las raíces de nuestros hijos?



Ejercicio: Reflexión sobre la memoria

Una vez se ha "agotado" la reflexión sobre la importancia de todos y todas, desde nuestros orígenes hasta nuestro presente, para construir una nueva vida y un nuevo país desde la diferencia, el profesional seguirá: *"Para seguir encontrándole un sentido a hacer memoria, les propongo que hagamos un ejercicio de historia:"*


1. Se invita al grupo a que camine por el espacio, como si fuera un estiramiento y con una dinámica o juego de parejas, el referente psicosocial armará 3 grupos de 10 personas y les pedirá que saquen de una bolsa un papel, cada papel tendrá el nombre de un personaje histórico muy conocido en el contexto, cada grupo debe hablar sobre lo que saben de este personaje y presentarlo a los demás. A continuación, se proponen los siguientes personajes¹³:

1 grupo Simón Bolívar;

BAJO LA SILLA

Una dinámica que podría utilizar el profesional es poner figuras previamente bajo las sillas, para que de este modo los grupos se formen por quienes tienen el mismo dibujo/figura que ellos

¹³ En ANEXO 2 encontrará las historias de cada personaje y algunas otras opciones para que los grupos trabajen, teniendo en cuenta el contexto.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 24 de 66

2 grupo Policarpa Salavarrieta,
3 grupo El Pibe Valderrama
Para presentar a su personaje tienen 3 minutos.

Tenga en cuenta...
Existen diferencias en el concepto que se tiene de cada personaje histórico dependiendo de la región/lugar del país en el que se desarrolle la actividad. Además, puede que ningún miembro del grupo conozca a estos personajes, si esto ocurre los miembros del mismo grupo pueden elegir un personaje que para ellos sea más reconocido.

2. Una vez, las personas tengan las características del personaje (básicas, dos o tres cosas generales es suficiente) pida a los grupos de manera voluntaria, expongan lo que escribieron o discutieron. Quien quiera hablar, podrá hacerlo sentado(a) desde donde está.


3. Luego, el profesional psicosocial pedirá a los participantes que describan las características que recuerdan de la vida y obra de:

Grupo con Simón Bolívar: Benkos Biohó,
Grupo con La Pola: La negra Casilda
Grupo con: Natalia Gaitán

4. Lo más probable es que las personas no conozcan o conozcan poco de Benkos Biohó, la negra Casilda o Natalia Gaitán, Si alguna persona conoce la historia de Benkos, Casilda y Natalia, permita que ella socialice la historia de vida del personaje y luego realice las reflexiones.

Tenga en cuenta...
Es necesario que el/la referente psicosocial apropie la historia y conozca varios aspectos de los personajes escogidos para la actividad. Ver Anexo 2.

Para realizar esta actividad, y de acuerdo al contexto en el que se desarrolle, el/la referente psicosocial, puede seleccionar otros personajes diferente a Benkos, Casilda y Natalia. Como Betsabé Espinal, Quintín Lame o Juan de la Cruz Varela. El éxito de esta actividad depende de lograr en la segunda parte del ejercicio que los personajes sean completamente desconocidos para la mayoría de los y las participantes. Contrario a la primera parte, donde tener una referencia de "oídas" general sobre la importancia del personaje es suficiente, en esta, el desconocimiento de la importancia histórica del personaje es fundamental.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 25 de 66

Después de socializar las biografías se reflexionará y dinamizará la conversación en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Benkos Biohó, Casilda o Natalia son importantes para la historia de Colombia?
- ¿Por qué cree que es importante?
- ¿Por qué sabemos más de Simón Bolívar que de Benkos, Casilda o Natalia?


Permita que la reflexión sea principalmente del grupo. Haciendo preguntas en los momentos oportunos, para que ellos mismo sean quienes lleguen a las conclusiones sobre esta actividad.

Una vez realizado este ejercicio se deben recoger todos los conceptos para unificar las percepciones en torno al concepto de memoria, por medio de una conversación a partir de retomar el cierre de la reflexión construida alrededor del árbol y las siguientes preguntas: *“Cuando hicimos el árbol vimos que veníamos de diferentes recuerdos, de diferentes historias, pero todos formamos parte de una misma historia, la de las personas que han sobrevivido a pesar de todo, al conflicto armado. Al ver este árbol y las diferencias entre las historias de Simón Bolívar y XXX, ¿ustedes creen que es necesario recordar?”*

- ¿Qué es importante recordar?
- ¿cómo recordamos?
- ¿cómo queremos recordar?
- ¿Para qué recordar?
- ¿Qué papel juega la memoria en el marco del conflicto?
- ¿Qué es importante que recuerde Colombia? ¿Por qué?
- Recordar puede ser muy doloroso, pero si no recordamos qué pasaría
- ¿Es posible hacer memoria más allá del dolor?
- ¿Será que la sociedad debe conocer los relatos de las víctimas?
- ¿Por qué es importante para los sobrevivientes del conflicto reconstruir la memoria?
- ¿Qué es importante para ustedes que se recuerde? ¿Por qué?
- ¿será que recordar es fácil? O ¿implica un trabajo muy duro, porque vuelve con el recuerdo, con la memoria también vuelve la emoción?

El/la referente psicosocial debe hacer conexión entre las reflexiones del grupo respecto a la memoria y las reflexiones básicas que se mencionan en la introducción de este encuentro. La siguiente reflexión puede ser de ayuda para cerrar el momento.

“Recordar es un trabajo y como todo trabajo, puede ser difícil y hasta doloroso, pero igual, como todo trabajo, recordar permite transformar a la persona que recuerda y al mundo, así como se trabaja la tierra y esta no vuelve a ser la misma luego de que el campesino

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 26 de 66

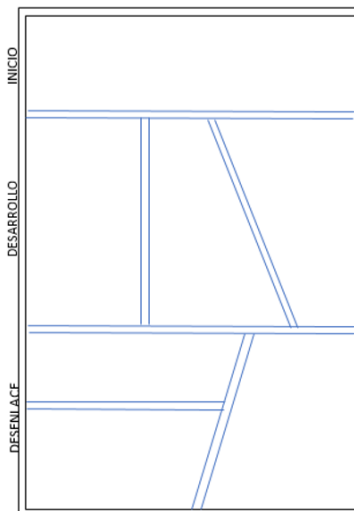
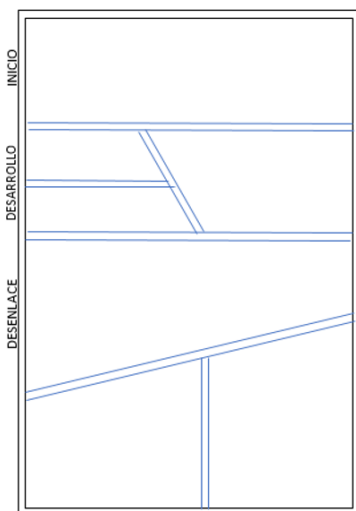
la aró, la sociedad y las personas que recuerdan, no vuelven a ser las mismas, pero no solo ahora en el presente, sino que influirán en su futuro de manera diferente” (Adaptado de “Los trabajos de la memoria”)

Reflexión para el referente psicosocial: *“El trabajo como rasgo distintivo de la condición humana pone a la persona y a la sociedad en un lugar activo y productivo. Uno es agente de transformación, y en el proceso se transforma a sí mismo y al mundo. La actividad agrega valor. Referirse entonces a que la memoria implica «trabajo» es incorporarla al quehacer que genera y transforma el mundo social*

Elizabeth Jelin, Los trabajos de la memoria.

El referente psicosocial esperará la validación del grupo e invitará a todos a hacer un círculo de pie alrededor del árbol construido y en un abrazo colectivo agradecerá a todos y todas por hacer parte de este árbol en la ciudad XXX. Por traer sus raíces, sus conocimientos, sus memorias de alegría y dolor. Por traer lo que es y por los dones que nos entregan.

Ejercicio: Memorias cruzadas



Se le pedirá al grupo que vuelva al círculo de acogida, y se preguntará por cómo se han sentido hasta ahora, una vez validadas las respuestas, el referente psicosocial, les entregará una hoja tamaño carta que está impresa con viñetas como una historieta, esta historia tendrá 7 recuadros, el primero tendrá un espacio para poder un título y dirá: Inicio, los siguientes, Nudo y los dos siguientes, Desenlace; el último cuadro no dirá nada. Entonces se invitará a los y las

participantes a que piensen en alguna parte de su vida, una historia vivida, algo que les haya sucedido y que cuenten esta historia como una película en 6 escenas, mostrando el inicio de la historia, el momento más importante y cómo terminó esta situación específica que se escogió, pero sin escribir o dibujar nada en el último cuadro.




TENGA EN CUENTA: Quizás las personas pregunten que si esa historia puede o debe ser la que vivieron en el conflicto, entonces, es necesario especificarle a los y las participantes que esta historia puede ser del hecho victimizante que vivieron, pero que también puede ser cualquier otra historia que no necesariamente esté ligada al conflicto armado. Para esto el/la referente psicosocial podría decir "Escojan una historia de sus vidas, una experiencia o vivencia que los hayan marcado, esto no necesariamente debe ser sobre el conflicto, pero es su decisión".

Una vez terminadas las historias, el referente les pedirá a las personas que en el último cuadro dibujen (o escriban una frase, en caso de no querer dibujar) un final que no sea solo el desplazamiento, la muerte, la desaparición (si las personas usaron como historia los hechos victimizantes) y que involucre cómo avanzan en sus vidas luego de ese final de la historia escogida. El objetivo es invitar a las personas a que no se centren solo en el final trágico, doloso o sin salida, que es real y posible, sino en lo que han hecho más allá de lo vivido y esto es buscar ayuda, estar con la familia, resistir.



<http://4rios.co/elnaya/>

Dejando 20 minutos para esta acción, el referente psicosocial pedirá al grupo que formen grupos de tres personas (10 grupos) para compartir su historia y reflexionar en torno a la siguiente pregunta: ¿Qué elementos en común tienen las historias? (Personajes, hechos, trama, desenlace). El/la referente psicosocial debe estar atento al estado emocional del grupo y si una persona no quiere contar su historia, no es necesario insistir en que lo haga, las

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 28 de 66

viñetas cuentan la historia por si solas y entonces, lo que se puede a las personas es rotar al interior de su grupo las historias para ser interpretadas por los demás.

TENGA EN CUENTA: Se deberá apoyar el desarrollo de las historias cruzadas orientando la creación de una historia en común, en donde se deberá resaltar los elementos, momentos y situaciones de afrontamiento y resiliencia para seguir adelante.

Después de hecha esta reflexión se pedirá al grupo que con los elementos en común de las tres historias consoliden una sola, cortando las viñetas de cada historia para organizarlas cómo quieran, pudiendo dejar algunas cosas por fuera o incluyendo otras que puedan darle coherencia. No deben usar todas las 21 viñetas, pero sí elementos de todas las historias.

El resultado será 10 historias de memorias cruzada a partir de las historias individuales, y no deteniéndose en los detalles sino en los elementos generales de la historia. Luego, se les pedirá a los grupos que se unan, conformando 5 grupos de 6 personas cada uno, motivando a los grupos a compartir sus historias, ya no las individuales, sino la historia que cada grupo creo

y a partir de estas dos historias compartidas, deben construir una nueva historia cruzada, con elementos de las dos historias. Entonces, se tendrán 5 historias nuevas construidas con elementos de todas las historias, de manera más o menos equitativa.

Reflexión: Es importante encuadrar el ejercicio en que, a pesar del hecho de haber sufrido hechos atroces en el marco del conflicto armado, también han surgido y propiciado elementos que les han permitido seguir adelante de manera individual, familiar y social.

MOMENTO 3-LA MEMORIA, EL PRESENTE Y EL FUTURO (90 minutos)

Ejercicio: Teatro imagen

Una vez terminado el ejercicio de historias cruzadas, se les pide a los 5 grupos que peguen las viñetas que componen su historia en medio pliego de papel *kruff* de forma que puedan ser leídas fácilmente sin que se desordenen. Entonces, se le pedirá a cada grupo que escoja entre 4 y máximo 8 cuadros de su historia, los más representativos y que logran contar lo más importante, de principio a fin, la historia construida por las 6 personas del grupo. La idea es que cada grupo, represente con sus cuerpos cada escena escogida para



mostrar-contar con 4 imagines representadas por ellos y ellas (y hasta 8 imágenes) su historia el resto del grupo.

Para escoger las escenas principales a representar y ensayar, contarán con 15 minutos.

Una vez estén listos, se les pedirá a los grupos que pongan en escena cada uno de los cuadros de su historia y cada cuadro será fotografiado ya sea por el/la referente psicosocial o el operador logístico. Este registró se podrá hacer con una cámara de celular o con una cámara profesional y se entregará al operador logístico de la jornada quién deberá imprimir cada foto en blanco y negro tamaño carta para la siguiente sesión.

Reflexión: Después de que cada grupo haya terminado con la actividad el profesional deberá resaltar los puntos en común entre las historias y cómo han podido superar las adversidades, generando reconocimiento, dignificación y fortaleciendo sus redes de apoyo.

Entre las muestras de las historias y sus fotografías no se harán intervenciones, debe tomarse como un espacio creativo y no de reflexión, como el montaje de una obra de teatro, el referente psicosocial explica al grupo que las fotos se imprimirán para ser utilizadas en el siguiente encuentro. Al terminar la actividad debe preguntar al grupo cómo se sintieron en cada momento de la construcción, desde pensar la historia particular hasta ir construyendo historias cruzadas y qué se imaginan que se hará con las fotos.

NOTA: Las escenas no van a ser móviles, sino tal cual como en la novela gráfica, cuadros fijos. El grupo contará la historia a través de teatro imagen, es decir, cuadro a cuadro, como una fotografía, sin palabras y sin movimiento.




ABCColor-
<http://www.abc.com.py/edicion-impresas/suplementos/escolar/el-teatro-y-sus-caracteristicas-398889.html>

Ejercicio: El baúl de la dignidad y la memoria

Ejemplo...

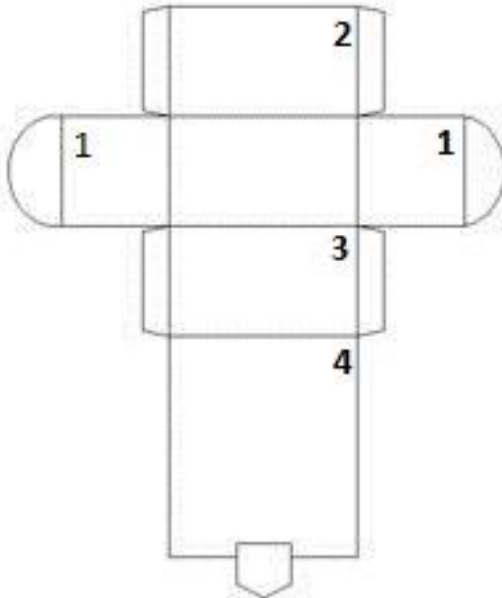
Ahora vamos a caminar por el lugar mientras con las manos nos vamos "quitando" el personaje que acabamos de interpretar, vamos a empezar por los brazos, la cabeza y por último las piernas.

El referente psicosocial, deberá realizar una "ronda de limpieza" o "despersonificación" sobre los personajes que se recrearon para las fotografías, invitando al grupo a realizar juegos de estiramiento y "despersonificación". Una vez terminada la ronda, el grupo se sienta en círculo y se introduce la pregunta: "¿qué hemos hecho hasta ahora? Invitando a las personas a repasar la jornada, pero centrándose en las conclusiones de cada ejercicio.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 30 de 66

Después de retomar los ejercicios y la reflexión en torno al concepto de memoria, el profesional continuará la reflexión:

1. ¿Qué cualidades y fortalezas le han permitido seguir adelante en su vida?
2. ¿Con qué redes de apoyo cuenta para apoyar su proceso personal?
3. ¿Qué prácticas (espirituales, culturales, deportivas, hogareñas o domésticas, sociales, políticas) le han dado fortaleza en los momentos difíciles de su vida?
4. ¿Qué valores ha fortalecido o desarrollado para poder seguir adelante?



Durante la realización de las preguntas para reflexionar, el/la referente psicosocial dará a cada participante una plantilla de un baúl junto con unas tijeras para que sean ellos mismos quienes las recorten, posteriormente se les darán materiales como lapiceros, dibujos, recortes, collage, etc. Esta plantilla tendrá numeradas unas caras internas y se les pedirá a los y las participantes que decoren el formato de plantilla del baúl completando cada una de las caras numeradas en torno a las siguientes preguntas anteriores. Son 4 preguntas, para plasmar de manera plástica sus respuestas en los 4 espacios de las 4 caras internas del baúl.

Durante este espacio en la jornada se plantea iniciar la reflexión en torno a las preguntas orientadoras enfatizando que estas son características internas, propias de él/ella como individuo, algo que le pertenece solo a sí mismo y que es por este motivo que son las caras internas de su caja.

Se invitará al grupo a continuar con este ejercicio durante la semana, para lo cual se les pedirá a los participantes que se lleven el baúl y continúen trabajando en torno a la reflexión e intervención de manera autónoma, este insumo se utilizará en las siguientes jornadas por lo que se les solicitará que lo sigan trayendo.





NOTA: Es posible que las personas quieran pegar sus cajas una vez hayan terminado de rellenar cada una de las caras internas, es importante aclararles que esta caja será utilizada en otras actividades y que por el momento no se debe pegar.

Ejercicio de cierre de la jornada. Bambú Japonés



bambú en Arashiyama, Kyoto, Japón

El Bambú Japonés:

No hay que ser agricultor para saber que una buena cosecha requiere de buena semilla, buen abono y riego constante.

También es obvio que quien cultiva la tierra no se para impaciente frente a la semilla sembrada y grita con todas sus fuerzas: ¡Crece, maldita sea!


Hay algo muy curioso que sucede con el bambú japonés y que lo transforma en no apto para impacientes:

Bosque de bambú, bosque de

1. Siembras la semilla, la abonas, y te ocupas de regarla constantemente
2. Durante los primeros meses no sucede nada apreciable... En realidad no pasa nada con la semilla durante los primeros siete años, a tal punto, que un cultivador inexperto estaría convencido de haber comprado semillas infértiles.
3. Sin embargo, durante el séptimo año, en un periodo de solo seis semanas la planta de bambú crece más de treinta metros!
4. ¿Tardó sólo seis semanas crecer? No. La verdad es que se tomó siete años y seis semanas en desarrollarse

¿Qué les hace pensar esta metáfora? Pistas para la reflexión:

- Durante los primeros siete años de aparente inactividad, este bambú estaba generando un complejo sistema de raíces que le permitirían sostener el crecimiento que iba a tener después de este lapso.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 32 de 66

- En la vida diaria muchas veces tratamos de encontrar soluciones rápidas, triunfos apresurados, sin entender que el éxito es simplemente resultado del crecimiento interno y que este requiere tiempo.
- Quizás por la misma impaciencia, muchas personas que aspiran a resultados en corto plazo abandonan el esfuerzo súbitamente justo en el momento en que estaban a punto de conquistar la meta.
- Es tarea difícil convencer al impaciente que sólo llegan al éxito aquellos que luchan en forma perseverante y saben esperar el momento adecuado.
- De igual manera, es necesario entender que en muchas ocasiones estaremos frente a situaciones en las que creeremos que nada está sucediendo. Y esto puede ser extremadamente frustrante.
- Esos son los momentos -que todos tenemos- en que hay que recordar el ciclo de maduración del bambú japonés, y aceptar que no debemos bajar los brazos, ni abandonemos por no ver el resultado que esperamos, si está sucediendo algo dentro de nosotros: estamos creciendo, madurando.

Quienes no se dan por vencidos, van gradual e imperceptiblemente creando los hábitos y el temple que les permitirá sostener el éxito cuando este al fin se materialice.

Moraleja

El triunfo no es más que un proceso que lleva tiempo y dedicación

Un proceso que exige aprender nuevos hábitos y nos obliga a descartar otros. Un proceso que exige cambios, acción y formidables dotes de paciencia.

(Colaboración de Patricia Posada, MD)

Extraído de: <https://encolombia.com/economia/agroindustria/el-bambu-japones/>

Preguntas orientadoras para reflexionar con el grupo de participantes:

¿Qué enseña esta Metáfora?

¿Cómo se puede aplicar a usted?


¿Qué significa afrontar las dificultades?

¿Por qué creen que es importante cuando nos planteamos propósitos de vida?

Después de hecha la reflexión ya agradeciendo al grupo su participación se invita a los participantes a compartir el almuerzo y posteriormente se da por terminada la jornada.

Almuerzo- Tiempo: 60 minutos

La jornada termina cuando el grupo pasa a compartir la hora de almuerzo, en este espacio no se abordan más temas de la jornada ni después, cada persona seguirá sus actividades normales luego de este momento.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 33 de 66

4.4.2. ENCUENTRO 2: “El Presente que nos sostiene”

HORA	ACTIVIDAD
8:00 am – 8:20 am	Momento 1: Acogida y Bienvenida
8:20 am - 9:20 am	Momento 2: Retomando La memoria y el presente
9:20 am - 9:40 am	Refrigerio
9:40 am - 1:00 pm	Momento 3: Sujetos de Derecho Ejercicio 1. Relajación progresiva - (20 minutos) Ejercicio 2. El espiral de la vida (80 minutos) Ejercicio 3. Lo que no me quito la violencia (20 minutos) Ejercicio 4. Sujetos de derecho (80 minutos)
1:00 pm – 1:30 pm	Cierre
1:30 pm	Almuerzo

PRIMER MOMENTO-Bienvenida y Acogida (20 minutos)

“Cada persona brilla con luz propia entre todas las demás, no hay dos fuegos iguales. Hay fuegos grandes y fuegos chicos y fuegos de todos los colores”
Eduardo Galeano-El libro de los abrazos 1985.

Ejercicio de caldeamiento y encuadre:


La actividad inicia con el referente Psicosocial quien retomara los acuerdos construidos en la primera sesión. Posteriormente, recibirá al grupo en un círculo de acogida y siendo parte de este círculo, les agradecerá por su puntualidad y asistencia. Luego invitará a las personas a que se pongan de pie para caminar por el espacio con diferentes ritmos musicales: (motivando al grupo a realizar el ejercicio como una forma de estiramiento y empezar el tema de la jornada).

El referente de Psicosocial podrá dar las siguientes instrucciones:

- Primero puede pedir al grupo que camine al ritmo de la música
- Luego que caminen solo en líneas rectas y sin chocarse
- Luego que caminen libremente, pero en medias puntas
- Y finalmente que caminen en sus talones

El referente Psicosocial luego podrá introducir algunas pausas:

- “Cuando diga pare” todos tocarán el hombro de alguien quedando como estatuas para luego seguir caminando.
- “Cuando diga pare” todos tocarán el tobillo de alguien quedando como estatuas para luego seguir caminando
- Ahora, mientras caminan, pensarán en alguien que los quiere mucho, amiga, amigo, hijo, padre, madre, hermano, tía, cuñada, vecino...una persona que saben que pesar de todo, los quiere mucho.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 34 de 66

Cuando todos tengan pensada la persona, la instrucción será:

- *“Cuando diga pare van a buscar una pareja (si el grupo es impar el profesional permitirá un grupo de 3) y se van a convertir en esa persona que los quiere, ahora son su mamá, su pareja, su abuela, su hermana-o, su amiga-o y esa abuela, pareja, hijo va a contarle al compañero(a) cómo es usted, quién es usted, qué lo define y lo diferencia de otras personas, pero no pueden olvidar que el que está hablando es la persona que los quiere mucho, así que tienen que referirse a ustedes en tercera persona, recuerden que esa persona los quiere mucho, así que seguro solo dirá las cosas buenas de ustedes”*

EJEMPLO: Yo soy la mamá de María del Mar (participante) ella es una muchacha tranquila, un poco mal geniana, pero muy buena madre, trabajadora, ella se preocupa para que a sus hijos no les falte nada... El referente psicosocial puede ponerse como ejemplo, haciendo primero el ejercicio de manera real ante el grupo.

Luego de la presentación, el grupo sigue caminando y vuelve al sitio donde cada uno estaba ubicado originalmente, el/la referente psicosocial preguntará al grupo cómo se sintieron con la actividad. Luego de escuchar el/la referente Psicosocial recogerá las principales ideas, sobre todo en relación a: ¿cómo se sintieron escuchando lo que su ser querido dice de ustedes? y cerrando alrededor de la importancia de cada uno y cada una como únicos para ellos mismos y para los otros.


Por último, el profesional realiza unas preguntas guía frente al encuentro anterior, que permitirá generar un espacio de reflexión sobre el trabajo realizado:

- ¿Qué es lo que más recuerdan del encuentro anterior?
- ¿Qué sentimientos y reflexiones tuvieron luego de terminar el anterior encuentro?

El profesional, debe, a partir de las respuestas de las y los participantes, poder hacer una reflexión y recordatorio de los temas trabajados en el encuentro anterior.

SEGUNDO MOMENTO: Retomando la memoria y el presente (60 minutos)

“Yo creo que fuimos nacidos hijos de los días, porque cada día tiene una historia y nosotros somos las historias que vivimos” Eduardo Galeano

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 35 de 66

Ejercicio segunda parte de Historias Cruzadas

En este momento el Profesional Psicosocial retomará las historias construidas por las y los participantes en la sesión anterior a partir del ejercicio de historias cruzadas y su puesta en escena por medio de las metodologías del teatro imagen, cada grupo podrá intervenir con colores, collage o recortes, las fotografías para recrear mejor la historia, una vez realizado el montaje de la historia, se expondrán las 5 historias como en una galería fotográfica y se socializará el resultado plasmado por medio de las fotografías, así como la reflexión y discusión que se dio en el grupo en torno a la memoria, las herramientas de afrontamiento, redes de apoyo, prácticas comunes y demás elementos a destacar en las historias personales y que se identifican en común en los participantes.

Una vez identificados estos puntos comunes, el/la referente psicosocial debe hacer manifiesto el hecho de que a partir del ejercicio de las memorias cruzadas fue posible identificar comportamientos, prácticas y redes que construyeron para procurar su bienestar en situaciones difíciles. Así mismo, el profesional debe hablar de la forma en la que cada participante encontró una forma de conectar con el otro y los otros de sus grupos a través del ejercicio de memoria. La Galería fotográfica puede permanecer el resto del encuentro y se invita al grupo a tomar el refrigerio.

Refrigerio (20 minutos) (9:20 – 9:40)

TERCER MOMENTO- Sujetos de Derechos (200 minutos)

Ejercicio Relajación progresiva.

Este parte de la jornada iniciará con un ejercicio de relajación progresiva¹⁴ de la siguiente manera

¹⁴ <https://w3.ual.es/Universidad/GabPrensa/controlxamenes/pdfs/capitulo08.pdf>
 “Entrenamiento en Relajación Progresiva” D.A. Bernstein y T.D. Brokovec (1973)



Posición inicial: coloque una música muy suave que tenga como base sonidos de la naturaleza, como el correr de una cascada o la lluvia. Pida al grupo de se coloque lo más cómodo posible en su silla, con los ojos abiertos centrados en un punto fijo o cerrados. Permitiendo que cada persona ubique su silla donde quiera, sin que se sientan "acosados" u "observados" por los otros.

1º FASE: Tensión-relajación-Sentados

- Relajación de cara, cuello y hombros con el siguiente orden (repetir cada ejercicio tres veces con intervalos de descanso de unos segundos):

- ✓ Frente: Arruga unos segundos y relaja lentamente.
- ✓ Ojos: Abrir ampliamente y cerrar lentamente.
- ✓ Nariz: Arrugar unos segundos y relaja lentamente.
- ✓ Boca: Sonreír ampliamente, relaja lentamente.
- ✓ Lengua: Presionar la lengua contra el paladar, relaja lentamente.
- ✓ Mandíbula: Presionar los dientes notando la tensión en los músculos laterales de la cara y en las sienes, relaja lentamente.
- ✓ Labios: Arrugar como para dar un beso y relaja lentamente.
- ✓ Cuello y nuca: Flexiona hacia atrás, vuelve a la posición inicial. Flexiona hacia adelante, vuelve a la posición inicial lentamente.
- ✓ Hombros y cuello: Elevar los hombros presionando contra el cuello, vuelve a la posición inicial lentamente.


- Relajación de brazos y manos:

- ✓ Contraer, sin mover, primero un brazo y luego el otro con el puño apretado, notando la tensión en brazos, antebrazos y manos. Relaja lentamente.

- Relajación de piernas: Estirar primero una pierna y después la otra levantando el pie hacia arriba y notando la tensión en piernas: trasero, muslo, rodilla, pantorrilla y pie. Relaja lentamente.

- Relajación de tórax, abdomen y región lumbar (estos ejercicios se hacen mejor sentado sobre una silla):

TENGA EN CUENTA: Recuerde que el grupo apenas se conoce y el espacio aún no es un lugar de plena confianza e intimidad, así que es posible que las personas no quieran acostarse o cerrar los ojos, lo cual está bien. La idea de comodidad de cada persona en medio de un espacio público no es la misma para todos y posiblemente no se ajusta a los "estándares" de lo que se espera en una sesión de yoga o relajación con otros grupos poblacionales. Recuerde que trabaja con personas que han sufrido diferentes vulneraciones en su vida y su cuerpo, por tanto, podrían prevenidas hacia la relajación, descuidarse, confiar... siendo este un mecanismo completamente válido de sobrevivencia que no estamos para juzgar o desmotar.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 37 de 66

- ✓ Espalda: Brazos en cruz y llevar codos hacia atrás. Notará la tensión en la parte inferior de la espalda y los hombros.
- ✓ Tórax: Inspirar y retener el aire durante unos segundos en los pulmones. Observar la tensión en el pecho. Espirar lentamente.
- ✓ Estómago: Tensar estómago, relajar lentamente.
- ✓ Cintura: Tensar nalgas y muslos. El trasero se eleva de la silla.

2ª FASE: repaso.

- Repasa mentalmente cada una de las partes que hemos tensionado y relajado para comprobar que cada parte sigue relajada, relaja aún más cada una de ellas, pero sin hacer la tensión previa de la fase 1.

3ª FASE: relajación mental.

- Finalmente pida al grupo que piense en algo agradable, algo que le guste, que sea relajante, una música, un paisaje, etc., o bien deja la mente en blanco.

NOTA: Es importante que las personas le encuentren sentido y utilidad a hacer este tipo de ejercicios, por tanto, se recomienda incluir señalamientos de este tipo durante las instrucciones de relajación progresiva: cómo puede servir para luego de una jornada de trabajo físico, o de estar de pie todo el día, cuando tenemos dolores por estrés o cansancio y no logramos dormir...trate que la actividad se sienta útil y cercana a la vida diaria de las personas y sus necesidades y no como un ejercicio de los psicólogos que se inventan "payasadas" o "vainas sin sentido" también es importante al darle este lugar de utilidad que las personas no se sientan "ridículas" o haciendo algo que o compartirían con nadie luego. Recuerde que la mayoría de la población colombiana no tiene acceso a espacio de relajación y cuidado, por tanto, estos ejercicios no siempre hacen parte de la vida diaria ni de una cultura de cuidado. Tenga en cuenta, además, que seguramente los espacios de relajación que usen no acostumbren a compartirlos con personas que acaba de conocer, tal vez se realicen a solas o con personas de mucha confianza por su interacción.

El/la profesional preguntará al grupo cómo se sintieron con el ejercicio, validando las respuestas y recogiendo las principales reflexiones que se hagan. En esta parte el parafraseo funciona muy bien para validar, Agradece a todos por su participación y continúa:

Ejercicio: el espiral de la vida

"...Yo creo que fuimos nacidos hijos de los días, porque cada día tiene una historia y nosotros somos las historias que vivimos..." (Eduardo Galeano. El Libro de los Abrazos. 1985)



Tenga en Cuenta: El objetivo de esta actividad es brindar la oportunidad a las y los participantes de ver su vida como un todo completo e integral, donde pueda darse cuenta (a través de la representación del espiral) que ha vivido y pasado por múltiples circunstancias, donde el hecho victimizante es una vivencia más de su vida (no menos importante, ni contundente, pero parte de la vida que ha vivido y que al igual que este, todos los demás hechos de su vida, no se viven igual siempre), que en cada etapa y momento de su vida ésta vivencia será reconocida de manera diferente, con mayor dolor o menor, por ejemplo, pero nunca igual al momento en que se vivió, porque vamos cambiando y vamos asimilando la vida de manera diferente, no mejor ni peor, solo diferente.

El profesional psicosocial entregará a cada participante dos metros de lana y en medio del salón, de forma accesible, colocará papeles de colores, revistas, periódicos, semillas secas o granos, así como tijeras, cinta de enmascarar y pegante líquido.

Luego, el/la profesional explicará que la lana se usará para representar la vida en forma de espiral, de cada persona y les pedirá que peguen en el piso la lana con cinta de enmascarar por sus extremos, siendo una punta de la lana (centro) un momento de su infancia que recuerden, bordeando ese centro, como unas espiral hasta usar toda la lana, siendo la otra punta su futuro. Se pide hacer la vida a manera de espiral para representar que la vida es cíclica y no lineal, pero puede tomar cualquier forma, lo importante es evitar caer en la idea lineal de la vida, lo cual no permite la metáfora de los ciclos.

Luego se le indicara al grupo que piensen en los momentos más significativos de su vida que recuerdan y escojan una figura hecha con el papel o con los materiales que hay el espacio, para representar ese momento que recuerdan como una alegría, un logro, una pena o tristeza, un triunfo o un fracaso. Colocando cada símbolo en la parte del espiral que sería el momento en que se vivió.


El profesional debe pasar por todas las y los participantes, y apoyar la representación de estos momentos significativos. Luego, el profesional irá avanzando en sus indicaciones a través de las principales etapas en la vida de las personas, trayendo a sus memorias recuerdos de situaciones vividas en la infancia, adolescencia, en la juventud, en la adultez y si es el caso, en la vejez.



Tenga en Cuenta: Profundizar un poco en la metáfora de la espiral y la vida en relación a los ciclos en las diferentes cosmovisiones de pueblos originarios, pero también de sus abuelos y abuelas utilizando la metáfora del río que siempre cambia, del tejido de canastos y mochilas. Etc.

Se pueden tomar ejemplos de eventos generales, como el matrimonio o las separaciones, los nacimientos y las muertes, las graduaciones y los cambios de camino que todos hemos realizado alguna vez en nuestra vida, siempre tratando de llevar a las y los participantes a la identificación de los diferentes momentos y episodios que han marcado sus vidas y han generado aprendizajes significativos que les han permitido ser quienes son, con lo que les gusta de ellos mismo, lo que no les gusta de ellos y lo que quieren cambiar. Esos momentos pueden estar acompañados de múltiples emociones, entre esas: dolores y alegrías.

Es posible que las personas también identifiquen situaciones significativas en las que otros sentimientos estuvieron simultáneamente presentes. Es importante que el profesional psicosocial invite, permita y promueva la expresión de narraciones que dan cuenta de la complejidad de la vida, que ocurre entre situaciones y emociones que pueden ser contradictorias, confusas y ambivalentes, más allá de las polaridades: vida - muerte, alegría - dolor, salud - enfermedad, abundancia - carencia etc.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 40 de 66

"A veces la alegría de un nacimiento ha estado acompañada de la pena por una muerte o enfermedad, ¿les ha pasado algo así, que llegan dificultades y oportunidades a la vez, alegrías y tristezas, miedos y valentía, rabia y tranquilidad?"

El/la profesional psicosocial deberá ser cuidadoso(a) para evitar el impulso de inducir algún momento de la vida como "positivo" o "negativo", pues son las y los participantes quienes determinarán qué hechos incluir o no, esto incluso para el hecho victimizante. Pero el profesional, sí debe estar muy atento a que se evidencien en las espirales de vida variedad de experiencias y significados con sus respectivos símbolos.

NOTA: Todas las indicaciones, reflexiones y señalamientos se deben ir dando mientras el grupo trabaja en la construcción de su espiral, no se debe parar este para discutir o hacer un dialogo abierto, la idea es que las personas van trabajando y opinando sobre lo que dice el referente psicosocial o solo escuchando.


El profesional deberá cuidar que la mayoría del grupo haya terminado su espiral para preguntar: "Si miraran su espiral hasta ahora":

- ¿A qué hechos les darían un nuevo tamaño o símbolo?: Por favor cámbielo.
- ¿Qué cosas ya no duelen tanto como en el momento en que ocurrieron? Por favor cambie el tamaño que le dio.
- ¿Qué cosas ya no dan tanta alegría como antes? Por favor cambie el tamaño que le dio.
- ¿O tanta rabia? Por favor cambie el tamaño que le dio.
- ¿O tanta frustración? Por favor cambie el tamaño que le dio.
- ¿Desesperanza? Por favor cambie el tamaño que le dio.

Por favor, si al ver ahora este recorrido (no vuelva a usar la palabra espiral) de vida, si encuentra que hay algo que ya no es igual, cambie el símbolo a algo más cercano a lo que esa vivencia le hace sentir hoy.

Cuando, el/la profesional vea que las personas hacen el ejercicio, continuará con las indicaciones hacia el futuro: *"Teniendo en cuenta todo lo que han vivido y logrado hasta ahora, ¿con qué fortalezas, características, cualidades o aptitudes considera que puede y quiere enfrentar el futuro? Si son varias o una, escríbalas por favor o solo piénselas y construya un símbolo que las represente, para colocarlo en la punta del espiral, como un escudo para recibir y enfrentar el futuro".*

El profesional esperará a que todos realicen el ejercicio, para luego pedirles que observen la manera en que el recorrido de la vida continua se mueve y cambia, porque esta no acaba aún

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 41 de 66

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 afrontaran lo que viene en sus vidas.

Tenga en Cuenta: Es importante dinamizar la actividad y no hacer de ella un ejercicio complicado. Primero indique a todos que escojan un espiral que les llame la atención, cuidando que todo el mundo quede ubicado en un espiral; luego puede decirles que se fijen en quien está en su espiral y que ahora deben ir a recibir la visita que los espera, pero volver además para que los puedan recibir. El grupo se autorregulará sin intervención del psicosocial y lo logrará; algunos tendrán que esperar a ser atendidos o esperar para atender la visita que tienen. El profesional solo debe estar atento a recordarles que deben atender una visita y por tanto no deben demorarse mucho.

Cuando el grupo esté listo, se invitará al grupo a caminar por el espacio para observar los espirales de todos y deben detenerse en alguno que les llame la atención:

1. Entonces el dueño del espiral debe conversar rápidamente con la persona que se detuvo en su espiral para que pueda escuchar de la "visita" qué fue lo que le llamo más la atención de su espiral. Solo debe escuchar y dar las gracias.

2. Pero debe luego ir al espiral que escogió y decirle a la persona dueña del espiral igualmente qué le llamo la atención.

Las personas deben decirle al otro: "Me llamo la atención de tu espiral..." solo puede haber dos personas por espiral si el grupo

es impar, de lo contrario, todo el mundo debe escoger un espiral diferente. Si el que le llamó la atención ya fue escogido, se debe buscar otro.

Una vez se hayan atendido todas las visitas, el grupo vuelve al círculo y se invita a comentar cómo se sintieron al hacer la actividad. Es muy importante que no olvide indagar por la sensación final, al observar la Gestalt¹⁵ que ofrece el espiral:

¹⁵ La terapia Gestalt se enfoca más en los procesos que en los contenidos. Pone énfasis sobre lo que está sucediendo, se está pensando y sintiendo en el momento, más que en el pasado. En este sentido, se habla del aquí y ahora, no para dejar de lado la historia de la persona, sino que esta historia se mira desde el presente, cómo se viven, afectan, etc.... los hechos pasados a día de hoy. La persona es quien es, entre otros, por lo que ha vivido.



Tener en Cuenta: Es muy importante que el /la profesional psicosocial esté atento(a) a las reacciones de los diferentes miembros del grupo y pueda disponerse para brindar el apoyo requerido y contener en caso de ser necesario. Para ello, pueden seguirse las recomendaciones incorporadas en el documento complementario para el manejo de crisis durante la implementación de la Estrategia que hace parte de este documento general.

¿Qué les dice su espiral de la vida, acerca de quiénes son y quienes han aprendido a ser a partir de las cosas que han vivido?

- Así mismo se debe recoger las expresiones sobre cómo se sintieron al visitar otra vida. La respuesta a la pregunta inicial (¿cómo se sintieron al hacer la actividad?) le dará una guía al Profesional Psicosocial y así incluir las preguntas-reflexiones anteriores, si estas no surgen.

El/la profesional recogerá las respuestas del grupo, con las mismas palabras de quienes hablaron, validando así la palabra de quienes han participado. Añade, en caso de que no haya sido dicho, que es natural ponerse triste, o con rabia cuando ocurren cosas difíciles. Si las personas han representado hechos de violencia, en general, el profesional debe señalar que eso que les sucedió no debió haber ocurrido jamás.

Si las personas quieren, podrán tomar fotos de sus espirales de la vida o el/la profesional psicosocial tomará fotografías de los espirales de la vida, les dará

las gracias por la manera en que se involucraron en esta actividad y le invitará a pensar y escoger: *"De todos los símbolos construidos, ¿cuáles quieren guardar?"* Para finalizar esta actividad el profesional preguntará: *"¿Cómo quieren recoger el espiral?"* Una vez recogidos todos los espirales y que cada persona haya guardado los símbolos que escogió guardar, el grupo se pone de pie en círculo y el profesional propondrá un abrazo colectivo, para introducir el juego-ejercicio: "Esto es un abrazo"



ESTO ES UN ABRAZO:

Todas las personas se ponen de pie y caminan por el espacio. Cuando el profesional diga "Pare" deben buscar a una persona y realizar el siguiente diálogo:

- "¿SABES LO QUE ES UN ABRAZO?"

- NO, NO SÉ.

- ¿QUIERES QUE TE ENSEÑE?

- SÍ

Entonces se dan un abrazo.

- ¿ENTENDISTE?

- ¿NO HE ENTENDIDO, ME DAS OTRO ABRAZO?

Y se vuelven a dar un abrazo


Posterior a esto, se hace cambio de parejas y cambio de roles, de manera que se genera una dinámica en la que todos y todas puedan recibir y dar al menos un abrazo, por eso se debe repetir el cambio de parejas 3 o 4 veces más.

Es importante que el profesional participe en el ejercicio, primero mostrándolo con alguien del grupo y luego intente ubicarse con personas que pueden no recibir un abrazo de los demás miembros, ya que puede suceder que algunas personas rehúyan de ser abrazadas por miembros del grupo o no hayan logrado empatía suficiente para que los busquen a darles un abrazo, pero el lugar que le da al psicosocial facilitar el grupo, le permite siempre que los miembros del grupo le reciban una abrazo.

En la "muestra" del ejercicio, es muy importante que el/la referente psicosocial abracen con "ganas" con afecto y de manera cercana, repitiendo este abrazo con otros miembros del grupo y motivándolos a imitar este tipo de abrazo que es el que se está "enseñando", pero claramente sin detenerse a juzgar, insistir o señalar a alguien.

Ejercicio: Cinco cosas que el conflicto no me quitó

"Las emociones no son una descripción de lo que ha hecho el otro. Son descripciones de lo que surge dentro de ti, que están conectadas a la percepción de lo que está ocurriendo a tu alrededor." Philip Lichtenberg

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 44 de 66

Terminada la roda de abrazos, el grupo volverá al círculo de acogida. Para el inicio de éste ejercicio el/la Profesional Psicosocial va a realizar el siguiente encuadre: *“Todas las personas que están participando en este grupo han vivido eventos y hechos que han transformado sus vidas, sucesos que han tenido efectos en cómo son ahora, eventos que cambiaron a la familia, sus actividades, sus amistades, su forma de ver el mundo, sin embargo, a pesar de esos eventos, han seguido luchando día a día de diferentes maneras para seguir adelante, para vivir. Ustedes no son solo víctimas de esos hechos, han sobrevivido a ellos, son sobrevivientes. Y lo han sido desde mucho tiempo atrás”*. Entonces, entregará cada participante 5 tarjetas (fichas bibliográficas) y les pedirá que en esas 5 tarjetas, escriban o dibujen 5 cosas que la violencia no logró quitarles, 5 cosas que se mantienen en sus vidas, a pesar de todo por lo que han pasado. 5 cosas con las que han podido salir adelante. Además, se le pide al grupo que le dé una forma a esa tarjeta a alusiva a lo que tiene escrito (forma de corazón, de hoja, de flor, de nube, de candado, de herradura...etc.) y las decore a su gusto.


Tenga en Cuenta: El objetivo de este ejercicio es que las personas reconozcan herramientas de afrontamiento que han usado para salir adelante, por tanto, es importante hacer señalamientos en relación a herramientas de este tipo, no materiales y en relación a las cualidades y características de personalidad de cada participante (la fe, la esperanza, la templanza, la verraquera, la persistencia, la constancia, la espiritualidad, la honradez, la honestidad, tener un genio recio, ser calmado...) más que a objetos o personas.

Finalmente, se cierra el ejercicio con la reflexión frente a:

- ¿Sienten que tener estas cualidades, fortalezas, acciones, les han ayudado para afrontar las dificultades en el pasado? ¿cómo creen que lo han hecho?
- ¿En qué parte de su espiral de la vida, de su recorrido de vida las adquirieron?
- Esas mismas cualidades, fortalezas y acciones ¿les han ayudado en este momento?
- ¿En el futuro, frente a otras situaciones que puedan vivir, les serán útiles tener fe, perseverancia, calma...? (El referente puede parafrasear algunos de los escritos de las y los participantes)

Luego dirá: *“¿Hay alguna fortaleza o característica que les gustaría tener o recobrar?, la comprensión, ser amoroso, la ternura para con la familia y los amigos, ¿creen que son o serán importantes para poder seguir adelante? Piensen por favor en alguna otra cosa y construyan una nueva tarjeta”*

El/la profesional indagará de manera general sobre el contenido de las 5 tarjetas y pedirá a quienes quieran compartir su contenido que lo hagan, cerrando el ejercicio. El/la profesional

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 45 de 66

debe recordar en este punto que ya se tienen tres cosas construidas: El interior del baúl de la dignidad y la memoria, el símbolo del espiral de la vida y ahora las 6 (o 5) cosas que los han acompañado siempre y que nada pudo y podrá quitarles.

Ejercicio: Sujeto de Derechos- Teatro imagen


*"...no es aquello que se ha perdido, sino qué lo representa"
El Concepto de Reparación Simbólica.
Graciela Guilis y Equipo de Salud Mental del CELS*

Luego, el/la profesional pide al grupo un momento de estiramiento para continuar la jornada y dirige al grupo para que se ponga de pie y forme un círculo, entonces introduce algunos juegos de Calentamiento, al menos tres que lleven al grupo a activarse e involucrarse con su cuerpo y el del otro. Estos ejercicios deben hacerse de forma rápida y dinámica llevando al grupo a la risa e integración:

Construir con el cuerpo

- El grupo camina por el espacio y debe buscar una pareja para caminar igual
- El grupo de dos camina por el espacio y debe buscar una persona más para caminar en fila
- El grupo de tres camina en fila por el espacio y deben buscar una persona más para hacer como un tren
- El grupo de cuatro debe formar un tenedor
- El grupo de cuatro debe volver se ocho y simular que son pasajeros de una canoa que va por el rio, pasajeros de un bus
- El grupo de 8 debe volverse de 10 y hacer la forma de un avión
- El grupo debe volver a la pareja inicial
- Todos caminan solos.

Al terminar la ronda de ejercicios/juegos y con el grupo activo, el profesional los invitará a tomar asiento en el círculo de acogida y sin más indicaciones o interpretaciones a los juegos, retomará: *"en esta jornada hemos hablado de nosotros mismos, en nuestra particularidad, desde lo que nos hace únicos, diferentes. Pero solo una cosa, algo que al hacernos iguales nos permite ser completamente diferentes, ¿qué será? ¿Para poder ser todos diferentes, debemos ser iguales en qué?"* El psicosocial espera las intervenciones y las valida, pero avanza diciendo: *"Lo que nos hace iguales son nuestros derechos humanos, que son innegables y que nacen con nosotros, negar o vulnerar los derechos humanos es una falta internacional es un delito en todo el mundo. Algunos derechos nos fueron violentados y a otros muchos colombianos y colombianas no tienen acceso, pero no por eso no somos merecedores de los derechos humanos"* y continua leyendo:

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 46 de 66


*“En 1948 todos los países del mundo se hicieron esta misma pregunta, la respuesta fue que todos los miembros **de la familia humana** tienen el valor intrínseco de la dignidad y nacen con igualdad de derechos. Todos los humanos, sin importar su país, su religión, su raza, sus creencias son valiosos por ser humanos, por ser seres humanos, **por pertenecer a la familia humana tienen dignidad y derechos iguales**. La declaración Universal de los Derechos Humanos nos dice que la igualdad en derechos y la dignidad humana son las bases para la libertad, la justicia y la paz de la familia humana, de ahí se desprenden todos los demás derechos. Pero la Declaración Universal de los Derechos Humanos, también nos dice: el desconocimiento y menosprecio de la dignidad y la igualdad de los derechos, han causado barbarie y ultrajes para la humanidad. Estas barbaries, estos ultrajes, son violaciones a los derechos humanos, **no reconocer la dignidad y los derechos de los hermanos humanos**, es lo que le ha sucedido en la guerra, las víctimas son las personas a las cuales no se les reconocieron estos derechos y se cometieron delitos que atentaban contra su derecho a una vida digna, por ejemplo.”*

Luego, el/la profesional, dirá: “Vamos a hacer un ejercicio, para ver eso que nos hace iguales respetando siempre lo diferentes que somos” e invitará a las y los participantes a formar libremente 6 grupos de 5 personas cada uno, los cuales se harán en lugares separados, invitándolos a que los otros no se enteren de sus instrucciones. Entonces el profesional Psicosocial le dirá:

Grupo 1: Este grupo debe representar en una imagen-escultura (escena, situación, momento, imagen, fotografía, escultura, monumento, estatua), **la dignidad**, como valor intrínseco e inalienable de toda la familia humana (Pero antes debe discutir y resolver qué es la familia humana - ¿Qué es la dignidad? - ¿Qué significa que la dignidad es intrínseca e inalienable?). Lo pueden hacer como quieran, pero sin hablar a la hora de representar a los compañeros esta escena.

Grupo 2: Este grupo debe representar en una imagen-escultura, **que todos los seres humanos tienen derechos iguales e inalienables sin importar su religión, raza, étnica, credo o creencias políticas**. (Pero antes debe discutir y resolver qué es la familia humana - ¿Qué son los derechos humanos? - ¿Qué significa que los derechos son intrínsecos e inalienables?). Lo pueden hacer como quieran, pero sin hablar a la hora de representar a los compañeros esta escena.

Grupo 3: Este grupo debe representar en una imagen-escultura **cuando hay dignidad e igualdad de derechos hay libertad, justicia y paz**. Lo pueden hacer como quieran, pero sin hablar a la hora de representar a los compañeros esta escena. (Pero antes deben discutir y ponerse de acuerdo en qué es la libertad, la justicia y la paz)

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 47 de 66

Grupo 4: Este grupo debe representar en una imagen-escultura, **cómo cuándo se desconoce la dignidad de los seres humanos y sus derechos, se cometen barbaries y ultrajes.** Lo pueden hacer como quieran, pero sin hablar a la hora de representar a los compañeros esta escena.

Grupo 5: Este grupo debe representar en una imagen-escultura, **la promoción por parte de todas las personas y las instituciones, del reconocimiento de la dignidad humana y el respeto a los derechos y libertades humanas.**

Grupo 6: Este grupo debe representar en una imagen-escultura, **Que la dignidad humana significa que un individuo siente respeto por sí mismo y se valora al mismo al tiempo que es respetado y valorado.**

Una vez todos los grupos sepan que hacer, tendrán 10 minutos para montar su escena y prepara, luego, se organizará el espacio como un teatro, donde todos estarán frente al escenario que debe ser al menos la mitad del salón y el referente les dirá a todos las y los participantes que están invitados a ver una obra basada en la declaración universal de los derechos humanos, pero que los actores son nuevos y por tanto, se les pide respeto y observarlos de la forma en que ellos mismos quisieran ser observados. Dicho esto, se da inicio al teatro-imagen, recibiendo al primer grupo con un aplauso.

En silencio total se espera que monten su escena (se debe tomar una foto de cada imagen), entonces todos pueden observar y decir que ven allí, al escuchar a todos, el/la Profesional Psicosocial revelará qué representaba la escena, la instrucción que se le dio al grupo, pero nunca se sabrá específicamente el contenido que el grupo le dio a esta, ya que lo importante es lo que el grupo sintió. Se le pide al grupo que no se retire, pero se le dará la bienvenida al grupo 2.


“Recomendaciones generales: Explique claramente y de manera sencilla a cada grupo que deben mostrar con sus posiciones y gestos lo que quieren representar de forma que parezcan una escultura, es decir, que no pueden dar explicaciones, moverse o hablar (recuerde el ejercicio del primer Encuentro) Así que deben pensar muy bien lo que quieren hacer y cómo transmitir el mensaje. El Referente psicosocial puede colocar algunos ejemplos llevando imágenes de otras esculturas de la técnica teatro-imagen o incluso con esculturas que existen en la realidad y representan-cuentan algo. Sin embargo, estos ejercicios en realidad no requieren mucha explicación la cual los puede volver confusos, el grupo ira creando y entendiendo de manera fluida y bastante natural.



Luego, se le pedirá al **grupo 2** que haga su representación, pero justo en ese momento se les dirá que deben hacer su montaje utilizando la imagen que ya está haciendo el grupo anterior, es decir, su escena debe involucrar al grupo anterior y la deben montar en silencio (Se toma una foto de la nueva imagen). Serán recibidos con un aplauso. Entonces, se repite la observación, las interpretaciones y el cierre del profesional con la indicación dada al grupo 2 de lo que debían representar. Se les pide a los dos grupos que no se refieren y mantengan la escultura en posiciones que sean cómodas.

Se le da paso al **grupo 3** con el aplauso de los grupos restantes y se le indica que debe unir su imagen a la que ya está en escena, en todos los casos los nuevos actores pueden modificar las posiciones de las y los participantes anteriores, teniendo cuidado al moverlos (se toma una foto de la tercera escena). Cada grupo, irá sumando su imagen, a la imagen anterior y el profesional Psicosocial dará el aplauso al grupo final, que montará una imagen con 30 personas que represente: **dignidad humana significa que un individuo siente respeto por sí mismo y se valora al mismo al tiempo que es respetado y valorado** (tema del último grupo)

Sujeto de Reparación colectiva- Colectivo Narrar para Vivir

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 49 de 66

Liberación del actor que se fue

Para hacer el cierre de la actividad de teatro se les pide a los participantes que dejen ir aquel personaje que representaron en sus imágenes, puede hacerse por medio de la corporalidad, simulando el quitarse un disfraz, o por medio de imaginación de dejar ir a ese personaje.

Al final, se tendrán 6 fotografías y la lectura del Profesional Psicosocial, sobre lo que mostraba la última imagen. Entonces, mientras el grupo se estira y descansa, se deben imprimir¹⁶ dos juegos de fotografías, en total 12 copias (1, 2, 3, 4, 5, 6 - 1, 2, 3, 4, 5, 6) y mediante un juego de *liberación del actor que se fue*,

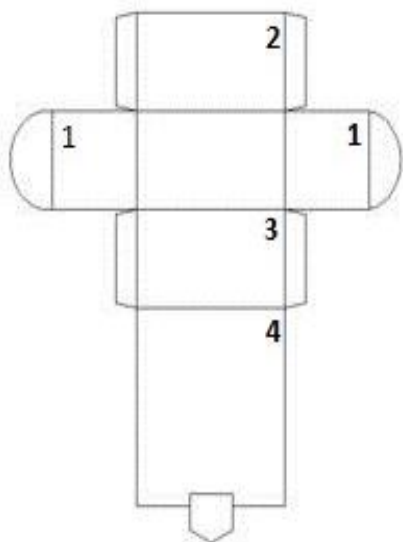
se divide el grupo en 2, dándole un juego de fotografías y la indicación de contar una historia con las 6 imágenes en el orden que quieran, dándole un título a cada escena (imagen). Pueden intervenir las fotos y ponerle un nombre a la presentación, pero, además, deben grabar la historia que se va a contar, por lo que le pueden poner varias voces si quieren y sonidos de ambiente que ayuden a la historia (como un ejercicio de radio teatro). Para esto, los grupos tendrán 20 minutos y materiales para intervenir las fotos. Cuando los dos grupos estén listos, se expondrán las historias en dos extremos del salón y todo el grupo acudirá a conocer estas historias que serán reproducidas por el profesional Psicosocial.

Posteriormente, el /la profesional realizará una reflexión sobre la importancia que tienen los derechos humanos como una expresión de la dignidad de cada persona, donde su función es precisamente permitir y garantizar su respeto; es por ello, que se deben recoger las principales conclusiones del ejercicio para poder generar una reflexión final sobre la importancia en reconocer nuestros derechos, y la importancia de la dignidad para cada ser humano.

CIERRE-EL BAÚL DE LA MEMORIA Y LA DIGNIDAD-30 minutos (VER ANEXO 3.)

Como cierre el/la profesional de psicosocial, le dará la indicación a cada participante para que saque el baúl trabajado en el encuentro anterior y les hará la siguiente pregunta: "*¿Qué ha sido eso que el conflicto armado no me quitó, ni me puede quitar?*" "*Recuerden todo lo que hemos vivido hoy*". En entonces le pedirá al grupo que en el espacio central que quedó vacío de la primera jornada, a partir de los conceptos de derechos recién trabajados, haciendo énfasis en que, como familia humana tenemos unos derechos que son inherentes a nuestra vida y que nunca podrán quitarnoslos a pesar de haber vivido los hechos más difíciles en el marco del conflicto y que son la base para luchar y exigir todos los demás derechos, coloquen en el centro del baúl, ya sea escrito, dibujado o representado con alguna figura, eso que los representaría como sujetos de derechos

¹⁶ Es muy importante que el operador lleve la impresora, con tinta y hojas para este encuentro.



Cuando todos y todas hayan intervenido el centro del Baúl, entonces este será cerrada, quedando únicamente abierto por la parte superior (por la tapa).


Finalmente, se les pedirá que incluyan en este Baúl las 5 cosas que escribieron al inicio del encuentro y el símbolo que guardaron sobre el espiral de la vida. Se le pide al grupo que guarden el Baúl de la dignidad y la memoria para el siguiente encuentro.

Se invitará al grupo a ponerse de pie, tomándose de las manos y despedir la jornada con una sola palabra que represente en algo la emoción que tiene en el momento o que le deja el encuentro en general. El ejercicio será iniciado por el/la profesional psicosocial.

Tener en cuenta: Es importante que el profesional, pueda hacer una reflexión sobre Baúl como aquel símbolo en el cual cada uno representa y guarda aquellas características que como ser humano tiene y nadie le podrá quitar.

4.4.3. ENCUENTRO 3: “El Futuro que puedo construir”

HORA	ACTIVIDAD
8:00 am – 8:30 am	Momento 1: Bienvenida y Acogida
8:30 am - 10:00 am	Momento 2: Una imagen para el futuro
10:00 am – 10:30 am	Refrigerio
10:30 - 11:30 pm	Momento 3: La batea de los sueños
11:30 - 12:30 pm	Momento 4: El baúl de la dignidad y la memoria
12:30 pm – 1:00 pm	Cierre

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 51 de 66

PRIMER MOMENTO:

Bienvenida y Acogida (30 minutos)

El/la profesión recibe al grupo en un círculo de acogida, agradeciendo su puntualidad y asistencia, cuando estén todos, preguntará por el uso de los ejercicios de relajación progresiva y si los han usado, así como recogerá comentarios sobre el encuentro anterior que las personas quieran hacer. Luego, el/la referente psicosocial los invitará a ponerse de pie y les dará la siguiente instrucción: *“Vamos a estirar un poco, por favor cambien de puesto todas las personas que hoy vinieron en transporte público (MIO, TINTO, Transmilenio, buseta)”* y él o ella cambia de puesto en el círculo para mostrar la dinámica invitando a los que dijeron haber venido en transporte público al encuentro a cambiarse de lugar. La idea es invitar al grupo a vaya cambiando de puesto, al principio como un ejercicio de integración y rompe hielo, que va logrando profundizar e introducir el tema de la jornada. Se propone, por tanto, que el profesional realice preguntas en contexto y con el conocimiento que ya tiene del grupo, hasta lograr que en algún momento cada miembro cambie al menos una vez de lugar:

NOTA: Un ajuste razonable para el ejercicio con personas con discapacidad física usuarios de sillas de ruedas, bastones, muletas, que les impida la posibilidad de moverse con facilidad de un puesto a otro, sería realizar un aplauso cada vez que se contesta la pregunta.

Preguntas en contexto:

Tenga en cuenta...


Es muy importante ser cuidadoso(a) con las preguntas “banales” y cotidianas para que estas no se vuelvan ofensivas o hieran susceptibilidades. Por ejemplo, quizás no todas las personas pueden ir al encuentro habiendo realizado ingestión de alimentos, o habiendo comido en el horario de comida anterior.

Cambie de puesto en el círculo si hoy vino al encuentro “caminando”

1. Muévase si le iba cogiendo el tarde
2. Muévase si hoy se bañó antes de salir de la casa
3. Muévase si durmió bien
4. Muévase si durmió mal
5. Muévase si para venir tuvo que dejar de lado otros compromisos importantes

Preguntas fijas:

1. Muévase si estos encuentros le han generado inquietudes, dudas, preguntas que antes no se había hecho
2. Muévase si siente que estos encuentros, muy bonitos y todo, pero no le han aportada nada que le ayude a su vida.
3. Muévase si siente que estos encuentros ile han aportado algo positivo a su vidai
4. Muévase si alguna vez ha pensado que no vale la pena pensar en el pasado... (o lo contrario)
5. Muévase si alguna vez ha pensado que no vale la pena pensar en el presente... (o lo contrario)
6. Muévase si alguna vez ha pensado que no vale la pena pensar en el futuro (o lo contrario)

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 52 de 66

7. Muévase si alguna vez ha tenido que cambiar los planes que tenía para su vida a futuro...
8. Muévase si nunca o hace mucho que no ha planeado su futuro. (o lo hace todos los días)
9. ¡Muévase si ya se le quito la pereza y se cansó de tanto dar vueltas!

El(la) profesional debe ir aumentando la velocidad con la que dice cada pregunta, pero sin que la gente tenga que correr, para que el grupo se mueva más rápido y piense menos sus reacciones, animándose a participar desde su sentir, sin detenerse a pensar por la reacción de los demás ante su movimiento o no. Si en una pregunta nadie se mueve o solo se mueve una persona, no se detenga, siga el ritmo igual de rápido, no hay movimientos "buenos" o "malos" para el ejercicio, así que no pasa nada si las personas no se mueven cuando se pregunta por los aportes positivos de los encuentros.

MOMENTO 2: Una imagen para el futuro (90 minutos)


Ejercicio: Una imagen para el futuro

Después del movimiento de la bienvenida, se invita al grupo a realizar tres respiraciones diafragmáticas y volverán a sus puestos.

Una vez sentados, el/la profesional psicosocial realizará con el grupo dos respiraciones más y les pide a los participantes que piensen que van a tomar una foto de ellos y su familia, en el futuro, cómo imaginan esta foto, cómo la ven. Se invita a las personas a tratar de ver detalles en esas imágenes del futuro posible que imaginan, se les anima a que no vean solo una imagen instantánea que se desaparece rápidamente, sino a que traten de congelar esa imagen por unos segundos, y vean qué hay en ella; se les pregunta: ¿en sus imágenes hay personas, qué personas? ¿Hay objetos, qué objetos? ¿Hay lugares, hay situaciones, hay colores, hay aromas, hay sonidos?... se debe profundizar en el detalle, la ropa, la comida, los peinados.

Se continuará:

- *“Ahora las y los invito a que piensen en su familia (a veces los amigos y las amigas son la familia, no lo olviden) cómo quieren que esta esté en su vida en 5 años, por favor pinten con marcadores, colores o recortes, cómo esperan que sea su familia en 5 años.*
- *“Ahora los invito a que piensen en su salud, cómo quieren que sea esta en 5 años, por favor pinten con marcadores, colores o recortes, cómo esperan que sea su salud en 5 años.*
- *“Ahora las y los invito a que piensen en su vida espiritual, cómo quieren que sea esta en 5 años, por favor pinten con marcadores, colores o recortes las cosas que representan la vida espiritual que quieren en 5 años.*


 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 53 de 66

- *“Ahora las y los invito a que piensen en su vida social, cómo quieren que sea esta en 5 años, por favor pinten con marcadores, colores o recortes las cosas que representan la vida social que quieren en 5 años.*
- *“Ahora las y los invito a que piensen en su vida económica, cómo quieren que sea esta en 5 años, por favor pinten con marcadores, colores o recortes las cosas que representan la vida económica que quieren en 5 años. ¿Qué pueden y quieren hacer para tener la vida económica que desean? Aunque en la economía dependemos de muchos factores externos, podemos hacer cosas que nos permitan tener un plan de vida económico aun cuando las cosas ahora quizás no estén saliendo como se espera y si van mejor o bien, qué estamos haciendo para prever los momentos difíciles que pueden llegar. En este punto se debe introducir señalamientos alrededor de ahorro, la formación y la capacitación, las metas a corto plazo para llegar al propósito del largo plazo, la inversión en bienes muebles que no se deprecien para que puedan dar frutos en 5 años.*
- *Ahora, las y los invito a que piensen en su vida amorosa. El amor que se tienen a ustedes mismos dónde iría y qué lo representaría; el amor por sus hijos, dónde iría y qué lo representaría; el amor por sus padres, dónde iría y qué lo representaría; el amor por su pareja, dónde iría y qué lo representaría; el amor por sus amigos, dónde iría y qué lo representaría.*

Entre cada señalamiento e indicación, se debe dejar unos pocos minutos e ir avanzando a medida que el/la referente psicosocial vea que las personas van trabajando cada propuesta de proyección en el futuro en su fotografía. No se debe ir tan rápido que no alcancen a pensar en cada dimensión y plasmarla, pero tampoco tan lento que las personas se queden desarrollando un solo tema. Ayude a los que se “atrasen” repitiendo-recordando, las dimensiones a abordar.

Para cerrar, realice el siguiente señalamiento: Todo este conjunto de cosas, tener una familia en armonía, redes sociales de apoyo, libertad en la vida espiritual y religiosa, recibir y dar amor en la vida, tener salud y el dinero o bienes materiales, son parte de una vida plena, de la vida digna a la que todos y todas tenemos derecho. El Estado debe contribuir con a que todos los colombianos y colombianas podamos ejercer este derecho a la vida digna, esa es una de sus responsabilidades, la nuestra como ciudadanos es conocer estos derechos, sabernos dignos de merecerlos como parte de la familia humana, exigirlos, no negar los que están en nuestras manos a nuestros vecinos o familiares, nuestros abuelos y abuelas, no negarlos a nuestros hijos e hijas, no negarlos a las personas con discapacidad que hacen parte de nuestra familia y entorno. También es nuestra obligación contribuir para que se materialicen en nuestra vida, está en nuestra autonomía transformar nuestras vidas para exigir y contribuir en la construcción de nuestro proyecto de una vida digna y plena.

El/la referente psicosocial y el grupo harán el montaje de las 30 exposiciones, invitando al grupo a entrar al museo y observar en silencio, luego cada persona deberá escoger la obra que más le guste y contarles a todos sobre esta obra, explicando al grupo de qué habla esta, lo que representa, recuerde a los expositores (curadores) que es una exposición del pasado, presente y futuro.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 54 de 66

Una vez termine la ronda de exposiciones, el grupo en círculo de acogida podrá darse las gracias por lo vivido y decir cómo se sintieron con la actividad y una palabra de lo que se lleva de esta exposición.

Se puede cerrar preguntándoles si creen que además de sueños individuales, esas imágenes nos permiten ver que hay sueños compartidos. O se les puede preguntar si ven algunas similitudes, o qué les llama la atención al ver todos los dibujos en conjunto.

Luego, todos pueden recoger sus imágenes del futuro y añadir o quitar lo que quieran.

Refrigerio

Ejercicio: La batea de los sueños (60 minutos)

Para continuar el encuentro y manteniendo el círculo de agradecimiento, él/la profesional psicosocial repartirá a cada persona un papel de color. Invitándolos a pensar en cómo se ven dentro de 5 años, pueden orientar al grupo con las siguientes preguntas:

- ¿cómo me veo en mi futuro posible?
- ¿cómo me lo imagino?
- ¿quiénes están ahí?, ¿qué es lo que hacemos juntos?, ¿en dónde estamos?
- ¿Qué hicimos para conseguir estar como estamos?

Una vez, el referente psicosocial vea que el grupo logra esta proyección, les dirá: "ahora pensemos en cómo sería su futuro en 10 años:

- ¿Cómo me veo en mi futuro posible?
- ¿cómo me lo imagino?
- ¿quiénes están ahí?, ¿qué es lo que hacemos juntos?, ¿en dónde estamos?
- ¿Qué hicimos para conseguir estar como estamos?

Pensarse a 10 años cuesta un poco más de trabajo, así que es importante que el profesional acompañe al grupo con preguntas como las anteriores de manera insistente y de ser el caso, se dé un paso para superar la desesperanza aprendida que puede hacer que alguna personas no puedan proyectarse en el tiempo.

Luego, el profesional dirá: "*Ahora vamos a escribir nuestro futuro en 10 años. Para escribir nuestro futuro vamos a utilizar el papel que les di y vamos a iniciar con:*

- "hoy /fecha del día de encuentro/ del año 2029 (siendo este el 2019) estoy con (nombre las personas con las que se ve)... en... (El lugar donde se imagina)... haciendo... (Lo que quiere hacer) y logramos (lo que hizo/hicieron para hacerlo posible)"

Una vez realizado el ejercicio, el psicosocial le pedirá a las personas que doblen el papel y lo marquen por fuera, de tal forma que lo identifiquen fácilmente, ya que solo ellos conocerán el contenido, es importante que las personas sepan que lo que están escribiendo nadie lo leerá ni conocerá.



Para animar la actividad, el profesional puede decir: *"Eso que queremos construir de nuestro futuro lo vamos a entregar al universo, a un ser superior, a Dios (la virgen, el espíritu santo), a aquello en lo que cada persona tiene puesta la fe y sus creencias, como cada uno lo conciba o experimente. Simbólicamente lo entregaremos poniéndolo dentro de esta batea (molla, vasija, palangana, según el uso de la región)"* y en silencio, al entregarlo a la batea, que estará en el centro del grupo, cada persona repite mentalmente sus deseos, oraciones, propósitos o plegarias.

Terminada la ronda, se les pide que escriban en un papel de otro color: *"qué tendría que hacer desde ahora para empezar a construir la vida que quiere vivir. Qué tendrían que empezar ahora para que los hijos los sigan visitando, para que los nietos los vean como personas importantes en su vida, qué tendrían que hacer desde ahora para tener salud en 10 años, para tener una vida espiritual en paz, qué tendrían que hacer desde ahora para tener el negocio que quieren, para tener el trabajo o la economía suficiente para cumplir ese sueño que escribieron en 10 años". "Qué tendrían que hacer desde ahora para compartir con la pareja que tiene o quieren tener en 10 años, para tener la casa, la moto, el local... terminar los estudios de primaria, bachillerato o universidad que quieren"*

Tenga en Cuenta...


No haga alusiones al contexto político o social, lleve a las y los participantes a contextos privados y familiares, en relación a la vida espiritual, los mayores de las familias, las edades de los menores y sus logros, la salud de los y las participantes, sus gustos, su trabajo, su economía, cómo se la sueñan, cómo esperan que sea.

Se les explica que para que puedan tomar de la batea, el futuro que quieren para sí mismos y sus familias, deben dar algo a cambio y ese dar es lo que están dispuestos a hacer desde ya para lograr alcanzar ese futuro y se invitan a que representen o escriban todas esas cosas que se dan cuenta que deberían empezar a hacer desde ya. Deben doblar y marcar este papel de tal forma que lo identifiquen posteriormente.

Posteriormente de manera ritual, se les pide que escojan de esa lista una cosa que puedan contar a todo el grupo, así, de uno en uno, irá diciendo en voz alta una de las cosas que está dispuestos a hacer para lograr el futuro posible que desean. Luego, dejan ese papel en la batea y como un intercambio con la vida, (o con Dios, con el Universo), recogen de nuevo el papel en el que escribieron la frase donde visualizaron su futuro.

Para terminar, las personas continúan en un círculo para crear un acto de agradecimiento y fuerza para la realización de sus propósitos. De pie y en círculo se le pide al grupo que les agradezca a sus compañeras y compañeros, en su mente, sin utilizar palabras, por todo aquello que acaban de vivir juntos y en un gesto de generosidad, se les pide que lleven su dedo índice al corazón y tomando tinta de su corazón recarguen este "lapicero".

Después, el/la referente psicosocial debe girarse hacia la persona que tienen a la derecha, tomará una de sus manos y le dirá: *"Ricardo, (Nombre de la persona) todo lo que has deseado para ti y tu familia, HECHO ESTA"* y escribirá, con la tinta de su corazón en la mano de su compañero(a): *"Hecho Está"*, como un gesto de confirmación de que su futuro posible es posible. Esta rutina debe ser iniciada por el referente psicosocial en el círculo, para que pueda

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 56 de 66

ser repetida por los participantes, así que solo es necesario dar la instrucción hasta que se toma tinta del corazón, lo demás solo debe ser realizado.

Se invita a que cada persona hará lo mismo con él o la participante que tiene a su derecha, en el momento en que llegue su turno hasta que el círculo queda cerrado cuando la primera persona que entregó su gratitud y su fuerza reciba de la última persona del círculo la gratitud y la fuerza para su propósito

EL Baúl de la Dignidad y la memoria: Se invitará al grupo a decorar el exterior del baúl como una metáfora de lo externo en sus vidas, lo que muestran a los demás que se proyecta desde su interior. Al terminar habrá un espacio para exponer los baules y para que cada participante puede hablar de lo que este representa. El/la referente psicosocial deberá recoger las intervenciones validando a cada participante, pero igualmente regulando los tiempos de intervención. Así mismo como cierre se realizará un círculo de la palabra en donde cada participante expondrá a los demás:

- Un aprendizaje de la Estrategia.
- Que se llevan del proceso realizado.


Para finalizar se invitará a que cada participante escriba en el “muro de los pensamientos” (será un cartel en papel kraff pegado en una de las paredes donde se realizó el ejercicio) cada uno de los temas expuestos en el círculo de la palabra

El/la profesional puede pedirle al grupo al finalizar las actividades una retroalimentación sobre la Estrategia o las actividades realizadas, aquellas cosas buenas, malas y aquello que creen se podría mejorar. De ese modo se podrían aplicar estas recomendaciones en los siguientes grupos.

5. DOCUMENTOS DE REFERENCIA

Estos documentos son de referencia y lectura complementaría para el desarrollo de la Estrategia:

- Guía operativa para la implementación de acciones de enfoque diferencial y de género-UARIV.
- Cartilla Enfoque Diferencial de Discapacidad-UARIV.
- Documentos complementarios a las Estrategias Grupales del Grupo psicosocial-UARIV.
- Guía de elementos para la incorporación del enfoque psicosocial en el Sistema Nacional de Atención y Reparación Integral a Víctimas-UARIV.
- Lineamientos de atención psicosocial para personas víctimas de violencia sexual-UARIV-OIM.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 57 de 66

6. ANEXOS:

ANEXO 1. TABLERO DE BINGO (Encuentro 1)

B	I	N	G	O	Nombre: _____
¿Te gusta bailar, cantar o actuar? Si - Info -	¿Qué simboliza esta imagen? Info - 	¿Cuál es la tradición más importante para tu familia? Info - 	¿Cuál es tu mayor fortaleza? Info -	¿Con que relaciona la palabra DIGNIDAD? Info -	
¿Cual ha sido el logro más importante en tu vida? Info -	¿Practicar un deporte? Si - Info -	¿Te gusta navegar en internet? Si - Info -	¿Te gusta ver cine o televisión? Si - Info -	¿Cómo debería recordar Colombia los hechos del conflicto? Info -	
¿Cual es tu secreto para trabajar con comunidades? Info -	¿Cual es el deber de memoria del Estado? Info -	¿Que simboliza un abrazo? Info - 	¿Te gusta leer? Si - Info -	¿Te gusta cocinar? Si - Info -	

ANEXO 2. HISTORIAS PARA EL EJERCICIO DE MEMORIA (Encuentro 1)


Benkos Biohó, gran héroe y líder cimarrón Juan de Dios Mosquera Mosquera.

Héroe y mártir, guerrero y gobernante, hombre y mito. Desde 1599 surgió este gran hombre para la historia de los pueblos explotados, la historia de las luchas populares, la historia de las Comunidades Afroamericanas y la historia de las luchas y rebeldías populares en Colombia.

En su patria libre que comprendía los territorios de y alrededores a la Sierra de María, a pocas horas de la histórica Cartagena de Indias, Benkos Biohó propuso a sus hermanos africanos, sometidos en cautiverio, la liberación del yugo esclavista, conquistándola con las armas y defendiéndola con la vida. Su nombre debe escribirse al lado de decenas de luchadores cimarrones que por toda América generalizaron el Cimarronaje como un movimiento de resistencia armada contra la sociedad colonial esclavista instaurada por los europeos:

Ganga Zumbi de Brasil, Bayano de Panamá, Ventura Sánchez de Cuba, Cudjoe y Nanny de Jamaica, Andre-sote de Venezuela, Ñanga o Yanga de México, Nat Turner de Estados Unidos, Dessalinés, Henry Christopher, Toussaint l'Ouverture en Haití, y Francisco Congo de Perú.

Jamás pudieron doblegarlo ni vencerlo, ni aun cuando lo capturaron y descuartizaron el 16 de marzo de 1630 en las puertas de Cartagena. Sus poderes mágicos hacían indestructible su espíritu permaneciendo en todas partes irradiando la conciencia de rebelión que

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 58 de 66

diariamente se gestaba en los barracones de las haciendas, en las minas y plantaciones, en los barcos y dentro de las casas grandes de los terratenientes y gobernantes esclavistas. Durante su vida real nunca dio descanso a su cuerpo, yendo y viniendo por campos y caminos en su activa campaña libertadora por el derecho de los africanos a la vida, la tierra y la cultura con libertad y paz.

En los palenques que gobernaba era maestro de la guerra y de la paz, de la justicia y del trabajo. No descuidó el gobierno ni se dejó arrastrar por las propuestas de los gobernantes coloniales que pretendían que dejase las armas contra ellos y las dirigiese contra otros dirigentes cimarrones traicionando los ideales de la lucha cimarrona.

Los propósitos de Benkos no se limitaron a la conquista de la libertad; creyó necesario construir en los palenques una nueva sociedad donde sus hermanos pudieran vivir con tranquilidad, libres de la violencia de los esclavistas. Para facilitar la comunicación entre los cimarrones africanos y los cimarrones criollos, que hablaban lenguas diferentes, la sociedad palenquera creó su propia lengua integrando palabras de idiomas africanos y del español. Orientó la economía de guerra hacia la autosuficiencia, y sus cimarrones aseguraron a sus familias, en los ratos de tregua y paz, una excelente alimentación trabajando la tierra, criando ganado vacuno, cazando animales, explotando la cera y la miel de los panales de abejas. Mientras era terrible con los soldados esclavistas, en el palenque se transformaba en gran padre conciliador pero que severamente solucionaba los conflictos internos, tales como la escasez de mujeres frente al excesivo número de hombres, orientando que fuesen compartidas organizadamente siguiendo estrictas normas.


La juventud palenquera tiene el firme reto de volver a reconquistar y recuperar los territorios del Bajo Palenque que, como el Alto Palenque, fueron reconocidos legalmente por la Corona española y conquistados con sangre por sus antepasados y están invadidos y cercados por los terratenientes «colorados».

El palenque de San Basilio, primer pueblo libre e independiente de la Nueva Granada, es un patrimonio histórico y cultural de la Comunidad Negra Nacional, y debe recibir un tratamiento especial por parte de las instituciones del Estado Colombiano. El Palenque de San Basilio es un patrimonio histórico y cultural nacional.

Casilda Cundumi Dembele. La negra Casilda.

Nació en el Año de (1823) y murió en (1945) en PALMIRA VALLE COLOMBIA tuvo 14 hijos y 58 nietos a los que les heredó su gran legado.

Casilda Cundumi más conocida como la Negra Casilda fue una gran líder Negra que también fue esclava en las plantaciones de caña de azúcar en Palmira en el año de 1840 se fugó a las montañas entre Cerrito y Palmira en el Actual corregimiento de los Ceibos con 45 cimarrones más y se organizaron en un palenque dirigido por ella y desde ese día ella con los demás Negros cimarrones empezaron a promover la fuga de otros esclavos. Aconteció un día Casilda fue Capturada e iba hacer descuartizada para así meterles terror y miedo a los demás cimarrones y no siguieran incitando a los demás esclavos a fugarse, pero ella con sus

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 59 de 66

conocimientos de magia y brujería logro escapar para continuar liberando a su pueblo del yugo esclavista el 21 de mayo de 1851 se firmó la abolición de la esclavitud en Colombia pero lastimosamente esa abolición solo fue por partes porque en algunos lugares del Valle del Cauca, y Cauca los Negros todavía eran perseguidos y esclavizados.

CASILDA, también era muy conocida por sus grandes Conocimientos ancestrales y medicina era una gran enfermera curando con hierbas tenía mucho conocimiento en como curar picaduras de culebras, entre muchas otras cosas más.

Ella fue una mujer con una Sabiduría inmensa, una mujer guerrera que nunca agachó la cabeza, nunca se dejó humillar ni maltratar de ningún blanco, era una mujer esbelta alta y muy hermosa y muy orgullosa de su raza, siempre tuvo ese espíritu libre y guerrero y por eso huyó para liberar a su pueblo cuando apenas tenía 17 años.

Casilda también aprendió a leer y escribir, porque tuvo un romance con un español criollo, el cual también fue padre de sus primeros 5 hijos. Él también fue intermediario para que los negros de las demás haciendas se fugaran. Por ello fue fusilado el 7 de abril de 1857 en la plaza de Bolívar en Palmira Valle, por ayudar a los negros a escapar.

Un día Casilda se encontró a su padre que era Hougan o Sacerdote Vudú, el cual con sus conocimientos ocultos le ayudó para que siguiera con la causa negra, para que al fin su sueño de libertad se hiciera realidad. Un día Casilda se infiltró como esclava en las plantaciones de caña y les dio un polvo tóxico a los esclavos para que cuando terminará su día de trabajo se lo echaran a todo blanco que vieran para así poder escapar y hacer el ejército negro más fuerte. El 14 de febrero 1862 Casilda con 200 Negros cimarrones lograron vencer al ejército Criollo en Palmira Valle. Fue un Día glorioso para todos los Negros Cimarrones que Llevaban más 20 años luchando por su libertad.


Fue la verdadera libertadora de los negros del Valle del Cauca. Casilda murió a la edad de 123 Años en Palmira-Valle, Colombia.

Manuel Quintín Lame

(El Borbollón, Cauca, 1880 - Ortega, Tolima, 1967) Líder indígena colombiano. Pasó su infancia al lado de su gente indígena del pueblo Paez, ayudando a su padre y a sus hermanos mayores en las faenas agrícolas.

En 1901 Manuel Quintín Lame fue cogido en una batida que realizó el ejército gubernamental y trasladado a Panamá, donde prestó el servicio militar durante tres años, época que aprovechó para aprender a leer, escribir y adquirir algunas nociones sobre historia.

Durante los años siguientes, al mismo tiempo que se dedicaba a las faenas agrícolas, participó y organizó la defensa de los derechos de los indígenas paeces y de otras comarcas como Tierradentro y Silvia, en el Departamento del Cauca. Consultó abogados y luego decidió

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 60 de 66

afrontar el asunto por su propia cuenta. Lame compró los libros *El abogado en casa* y el Código Civil, textos que le sirvieron para realizar su objetivo en favor de los indios.

Extendió su acción política a través de la presentación de memoriales y demandas ante las autoridades competentes; de visitas a altos funcionarios del gobierno central; y mediante la presentación de informes al Congreso de la República, en los que expuso la crítica situación de los habitantes de los resguardos indígenas.

Por este motivo fue encarcelado en varias ocasiones, pero ni la violencia, ni la pobreza, ni el soborno o la enfermedad lograron doblegar a Lame. Propuso también la creación de una República Chiquita de Indios que pudiera enfrentarse a la República Grande de los Blancos. Organizó el pueblo de San José de Indias (1922), donde fundó dos escuelas y un pequeño centro administrativo en el que atendía las reclamaciones de los indígenas. Durante esta época alternó las gestiones judiciales en defensa de los indios con la redacción de su libro *En defensa de mi raza* (1971, texto que recoge su pensamiento y experiencias).

Siguió su labor de defensa de los derechos de los indígenas por la vía legal hasta que, en 1938, el gobierno decretó la restitución de los resguardos de Ortega y Chaparral. Sin embargo, se trató de una ilusión pasajera, ya que en 1939 las autoridades municipales se negaron a reconocer la reintegración de los resguardos y además gravaron las propiedades de los indígenas con impuesto catastral.


Lame regresó a Ortega y continuó enviando sus memoriales hasta el momento de su muerte. Aunque la lucha por el respeto de los derechos indígenas no ha concluido, su proyecto sobre la representación de los pueblos indígenas en el Congreso es actualmente un hecho, y cada día encuentran mayor aceptación los esfuerzos de los indígenas por conservar y mantener su identidad cultural.

Manuel Quintín Lame ¹⁷fue además el inspirador del movimiento lamista, que buscó la reivindicación de algunos derechos indígenas que fueron consagrados en la Constitución Política Colombiana de 1991, tales como la posesión de sus territorios, la conservación de su cultura, la educación, la participación en las Cámaras Legislativas y el derecho a ejercer su propio gobierno.

María Cano

María de los Ángeles Cano Márquez (Medellín, Colombia, 12 de agosto de 1887 —26 de abril de 1967) fue la primera mujer líder política en Colombia; dirigió la lucha por los derechos

¹⁷ Si hay internet en alguna de las comunidades donde se implemente la estrategia, se puede mostrar este video cortico (5 minutos y medio) de un joven indígena hablando hoy de la importancia de Quintín Lame para su comunidad. De fondo se ve al artista Antonio Caro, replicando la firma del líder indígena. La obra de Caro consiste en dibujar una y otra vez la firma de Quintín Lame, recordándonos con este gesto la vida y lucha de este líder, poco conocido en el resto del país: https://www.youtube.com/watch?v=7H_-k7EdSlc

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 61 de 66

civiles fundamentales de la población y por los derechos de los trabajadores asalariados; encabezó la convocatoria y agitación de las huelgas obreras, colaboró en la difusión de las ideas socialistas y participó en forma decisiva en la fundación del Partido Socialista Revolucionario (PSR)

En 1926 trabajó en la preparación del III Congreso Nacional Obrero, para lo cual realizó una extensa gira desde Medellín hasta Ibagué, en compañía del dirigente socialista Tomás Uribe Márquez. En Bogotá, el Congreso Obrero, que sesionó del 21 de noviembre al 4 de diciembre, la eligió en su directiva. En ese congreso fue fundado el Partido Socialista Revolucionario (PSR), un partido amplio, de masas.


Durante 1927 y 1928 realizó una intensa actividad propagandística por toda Colombia. Era recibida por multitudes que se agolpaban para saludarla y acompañarla en las manifestaciones. En varias ocasiones fue detenida o fueron duramente reprimidos los manifestantes. Fundó el Socorro Rojo entre los campesinos de Viotá, a quienes apoyó en la lucha por la tierra.

Al regresar a Medellín, en marzo de 1928, participó activamente en las campañas de solidaridad con Nicaragua, entonces invadida por tropas estadounidenses. También hizo parte del Comité de Lucha por los Derechos Civiles contra la llamada "Ley heroica", que suprimía las garantías individuales y autorizaba la represión y persecución de los movimientos sociales.

El 5 de diciembre de 1928, una huelga de los trabajadores de la bananera United Fruit Company fue reprimida violentamente, produciéndose una masacre en Ciénaga, Magdalena. La represión desatada posteriormente llevó a María a prisión. Estos hechos y la recesión de 1930 provocaron la terminación de las labores del Congreso Nacional Obrero y el fraccionamiento del PSR. Las confrontaciones internas en el socialismo y la creación del Partido Comunista Colombiano afectaron duramente a María Cano y a sus compañeros de lucha, entre ellos su primo Tomás Uribe Márquez, pues fueron acusados de putchistas por haber diseñado un plan para la toma del poder en 1928.

María se vinculó entonces como obrera de la Imprenta Departamental de Antioquia, en 1930, y luego pasó a trabajar a la Biblioteca Departamental, donde laboró hasta 1947. En 1934 apoyó activamente la huelga del Ferrocarril de Antioquia. En 1945, el movimiento de mujeres sufragistas le ofreció un homenaje en Medellín; recién derrotado el nazismo, dijo, en ésta que fue su última intervención pública:

Un mundo nuevo surge hoy de la epopeya de la libertad, nutrida con sangre y con llanto y con tortura. Es un deber responder al llamado de la historia. Tenemos que hacer que Colombia responda. Cada vez son más amplios los horizontes de libertad, de justicia y de paz. Hoy como ayer, soy un soldado del mundo.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 62 de 66

Posteriormente se hundió en el más absoluto silencio, mientras en su ciudad natal se cuidaba con rigor a las hijas para que no acabaran convertidas en temidas mariacanos, término acuñado para designar a las jóvenes rebeldes.

Betsabé Espinal (1896 - 1932)

Con tan solo 24 años, esta joven lideró una de las luchas que más recordará el pueblo antioqueño.

Era el día 20 del mes de febrero del año 1920, tal vez un día como cualquier otro, pero no, para ella no lo era; estaba dispuesta a salir a pelear por lo que siempre tuvo derecho y por eso en la Fábrica de Tejidos de Bello Antioquia ese día no se trabajó. Esta fábrica fue fundada en 1902 con maquinaria traída desde Inglaterra, al frente de ella estaba don Emilio Restrepo un accionista adinerado de Medellín que se recuerda llegando a la fábrica en su coche tirado por caballos ingleses.


Betsabé era una humilde campesina de tan solo 24 años, pero eso no le impidió armar una revolución y dejar huella en la historia del país al liderar la huelga que según cuentan, duró 21 días y participaron alrededor de 400 mujeres que eran quienes constituían el mayor porcentaje de trabajadores debido a que no requerían fuerza física ni educación. En Bello las obreras laboraban en precarias condiciones, por eso cansadas de tanto maltrato decidieron protestar contra tantas injusticias; eran víctimas de abuso sexual que cometían los supervisores y mayordomos, se les prohibía usar calzado, entre otras.

Que reclamaban las obreras:

Lo primero que exigieron fue la igualdad de salarios, una obrera ganaba entre \$0.4. y \$1.00 a la semana; los hombres ganaban por el mismo oficio entre \$1.00 y \$2.70 semanal. Existía un sistema de multas que las obligaba a pagar por cualquier contratiempo, por llegar tarde, por hacer un daño accidentalmente, por enfermarse, por distraerse, etc. Se dice que se llegó a multar a las mujeres por negarse a satisfacer los deseos sexuales de algún capataz, pero si cedían ante alguna propuesta eran muy bien recompensadas.

Por eso otro de los reclamos de las obreras, era que no las acosaran más sexualmente deshonrando su dignidad. También pedían que redujeran las horas laborales que eran de seis de la mañana a seis de la tarde con una hora de descanso. Se les prohibía trabajar calzadas y por eso debían ir sin zapatos, a la salida eran estrictamente requisadas para que no se llevaran nada que perteneciera a la fábrica.

Luego de 21 días de huelga don Emilio Restrepo tuvo que ceder ante las obreras cumpliendo con todo lo que ellas exigían, hasta el mismo presidente Carlos E. Restrepo le escribió una carta donde le decía que le parecían muy numerosas las horas de trabajo y muy rígidas las condiciones laborales.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 63 de 66

A las obreras se les aumentó el salario en un 40%, la jornada laboral quedó de 10 horas y más tiempo para descansar, pudieron ir calzadas al trabajo y despidieron a los empleados que abusaban de las empleadas.

Por esta razón, la huelga de las obreras de Bello es recordada por muchos no solo en la historia de Antioquia, sino, en todo el país.

Juan de la Cruz Varela (1902 - 1984)

Nació en 1902 en Boyacá, pero tres años después llegó de la mano de sus padres al territorio donde desarrollaría sus luchas: el Alto de Sumapaz (hoy Cabrera, Cundinamarca). Allí, con 26 años, conoció al político caldense, Erasmo Valencia, quien en 1928 fundó el Partido Agrario Nacional y metió a Varela a trabajar con el campesinado del oriente del Tolima.


En ese entonces las reivindicaciones eran sencillas y los campesinos creían que llevarlas a la realidad era posible por vías políticas; pacíficas. Lo que pretendían era que les titularan el pedazo de tierra que trabajaban, que pudieran sembrar lo que ellos quisieran y dejar de rendirles tributo y pleitesía a señores que jamás veían, pero que eran dueños de sus destinos. Dueños de las tierras que, por su parte, no quisieron cambiar ni las leyes ni la distribución de sus tierras.

En 1949, cuando Erasmo Valencia murió, fue Juan de la Cruz quien tomó la batuta del movimiento campesino. Con el apoyo del Partido Comunista de entonces, el movimiento se alzó en armas y en discursos contra el Gobierno. Se formaron autodefensas campesinas organizadas en la vereda El Roble y Galilea, en Villarrica, y El Palmar en Icononzo; ambos municipios de Tolima.

Juan fue elegido comandante por una asamblea de autodefensas junto con Luis Enrique Hernández, alias 'Solito'; Salomón Cuéllar, alias 'Vencedor'; Rafael Castellano, alias 'Tarzán', originalmente de las autodefensas de Viotá; y Víctor Jiménez, alias 'Roncerías', y Luis Mayusa, alias 'Gavilán', que había sido parte del comando de Chicalá, Tolima, bajo el mando de Isauro Yosa.

Un ataque realizado por el Ejército a El Palmar en diciembre de 1952 generó una marcha de unas 4.000 personas hacia Villarrica. De Villarrica la marcha continuó hacia el alto Sumapaz. Allí los esperaba Varela, quien los reorganizó para atacar el puesto militar de La Concepción, la base militar más importante del Ejército en el Sumapaz.

Esa etapa de violencia terminó con el armisticio firmado en 1953 con el dictador Gustavo Rojas Pinilla. Pero no duró mucho más de un año. En 1955 el general Cuéllar Velandia denunció la "agitación comunista" en los municipios de Ortega y Villarrica. Se declaró zona de operaciones militares el oriente del Tolima e incursionó el Batallón Colombia, recién regresado de luchar contra el comunismo en la guerra de Korea.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 64 de 66

Los enfrentamientos con el Ejército fueron aumentando en número y en fuerza. Varela le escribió una carta al Gobierno denunciando el desplazamiento de más de 2.000 trabajadores, a lo que las instituciones respondieron que si había problemas en la región era porque los comunistas se habían apoderado de la tierra.


Entre el 7 y 10 de junio del 55, Villarrica fue destruida por lo que se conoce como los 'Bombardeos de Sumapaz': 50 bombas de napalm lanzadas por las Fuerzas Aéreas de Colombia. La guerrilla entonces cambió su forma de operar, y comenzó un éxodo de campesinos hacia el Alto de Sumapaz, donde las autodefensas de Varela seguían fuertes.

El 10 de mayo de 1957, tras la salida de Rojas Pinilla del poder, el movimiento liderado por Juan de la Cruz Varela en Sumapaz decidió sentarse a negociar la paz, esta vez sin la entrega de armas, por la sensación de traición que quedó tras la ofensiva militar del 55. En ese momento Varela decidió instalarse en el municipio de Cabrera. Al unirse el Partido Comunista con el Movimiento Revolucionario Liberal (MRL) en 1960, salió elegido como representante a la Cámara por Cundinamarca, reemplazando a Alfonso López Michelsen. Terminó su periodo, y aunque acabó su paso por la vida pública, continuó trabajando con las comunidades del Sumapaz.

Natalia Gaitán Laguado (Bogotá, 1991)

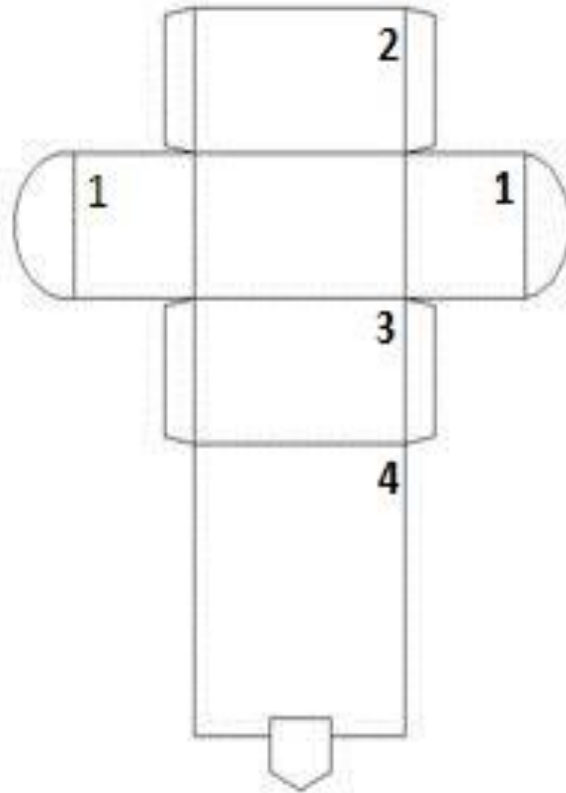
Defensa central con gran lectura de juego, con una gran habilidad, una muy buena pegada con su pierna derecha, entre otras virtudes que tiene como futbolista. Ha sido capitana de la selección Colombia desde que empezó a jugar en ella.

Esta jugadora de fútbol colombiana ha participado en los mundiales sub-17 2008, sub-20 2010, mayores 2011 y Juegos Olímpicos 2012 con la Selección Colombia. Jugadora de University of Toledo, Ohio, USA del 2009 al 2012.

 Unidad para las Víctimas	METODOLOGÍA SIEMBRA	Código: 400,08,20-12
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 01
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS	Fecha: 14/08/2019 Página: 65 de 66

ANEXO 3. MODELO PARA EL BAÚL DE LA DIGNIDAD Y LA MEMORIA

Medidas 20 X 10 X 10 cm. Realice la plantilla en cartón paja o un material resístete que le permita ser copiado por los y las participantes.





Unidad para
las **Víctimas**

METODOLOGÍA SIEMBRA

Código: 400,08,20-12

PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL

Versión: 01

PROCEDIMIENTO ESTRATEGIA FORTALECIENDO CAPACIDADES DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS

Fecha: 14/08/2019

Página: **66** de **66**

7. CONTROL DE CAMBIOS:

Versión	Fecha	Descripción de la modificación
V1	14/08/2019	Creación de metodología.