



Unidad para
las Víctimas

**ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y
ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL
HILANDO**

Código: 400,08,20-8

PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL

Versión: 04

PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN
EMOCIONAL GRUPALES

Fecha: 04/06/2021

Página: **1** de **115**

ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACION INTEGRAL HILANDO



**ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACION
INTEGRAL- HILANDO**



 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 2 de 115

TABLA DE CONTENIDO

3. INTRODUCCIÓN	3
4. OBJETIVOS:.....	4
4.1.OBJETIVO GENERAL:	4
4.2.OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	4
5. DEFINICIONES:	5
5.1.DAÑO, CONCEPTO Y TIPOS DE DAÑO:	5
5.2.MEDIDAS DE REPARACIÓN	6
5.3.ENFOQUE DE CURSO DE VIDA:.....	9
5.4.ENFOQUES DIFERENCIALES Y DE GÉNERO:.....	10
5.5.ENFOQUE COLABORATIVO:.....	11
5.6.ENFOQUE PSICOSOCIAL:	12
6. DESARROLLO DE LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL-HILANDO	13
6.1.ACCIONES EN EL TERRITORIO.....	13
6.2.LA PROGRESIVIDAD DE LOS ENCUENTROS Y SUS MOMENTOS.....	16
6.3.ACCIONES TRASVERSALES EN LA ESTRATEGIA:	18
6.4.PROTOCOLO DE LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL.....	24
6.4.1. Encuentro 1: HILANDO EL CAMINO A LA REPARACIÓNObjetivos:	24
6.4.2. Encuentro 2: "Confianto en mí mismo y en otro".....	38
4.2.3. Encuentro 3: "El espiral de la vida"	47
5.2.4. Encuentro 4: "Simbolizar para acoger el sufrimiento".....	56

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 3 de 115


5.2.5. Encuentro 5: "Reconocerse".....	70
5.2.6. Encuentro 6: "El árbol de la vida".....	80
5.2.7. Encuentro 7: "Horizonte de vida".....	90
5.2.8. Encuentro 8: "Retomando metas".....	95
5.2.9. Encuentro 9: "Acción de Memoria".....	103
6. DOCUMENTOS DE REFERENCIA.....	108
7. ANEXOS.....	108
8. CONTROL DE CAMBIOS.....	109

3. INTRODUCCIÓN

La Estrategia de Recuperación Emocional y Acompañamiento a la Reparación Integral-HILANDO para adultos, hace parte del conjunto de planes, programas y estrategias que contribuyen a la rehabilitación, satisfacción y acciones para las garantías de no repetición, que incorpora principios de educación financiera, como medida de reparación en los términos establecidos en la ley 1448 de 2011 y está construida acogiendo los principios generales adoptados por la Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas.

La Estrategia HILANDO, responde al esfuerzo institucional de la Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas en pro de la reparación con un enfoque integral, dando alcance a las medidas de rehabilitación psicosocial, satisfacción, garantías de no repetición y, un componente de educación financiera que aporte a la adecuada inversión de los recursos, con un enfoque diferencial y de género, permitiendo restablecer la confianza de las víctimas sobrevivientes del conflicto armado hacia el Estado colombiano y así reafirmar el papel central de las víctimas en la reparación.

Este documento presenta el protocolo de la Estrategia HILANDO, la cual es un esfuerzo de integración, a partir de la experiencia a nivel conceptual, técnico y metodológico que recoge los aprendizajes obtenidos con la implementación de las diferentes versiones de la Estrategia de Recuperación Emocional a Nivel Grupal (2012-2018) para adultos, de la Estrategia de Recuperación Emocional y

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 4 de 115

Acompañamiento para la Reparación Integral-EREARI (2017-2018), la Estrategia Convivencia y Paz I, II y III (2017-2019) y la Estrategia de Reparación Integral (2019) así como sus ajustes técnicos y metodológicos a partir de los aportes y sugerencias de las diferentes entidades que las han implementado, la retroalimentación por parte de los Profesionales Psicosociales de la Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas y los aportes de los sobrevivientes que participaron en las diferentes versiones de las Estrategias.


4. OBJETIVOS:

4.1. OBJETIVO GENERAL:

Implementar medidas de reparación integral individual a las víctimas/sobrevivientes del conflicto armado, que les brinden herramientas que apoyen su recuperación emocional, contribuyan a la mitigación del sufrimiento y de los daños ocasionados en las dimensiones psicosociales, morales y políticas, aportando en el curso de vida de los participantes de la Estrategia.

4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Reconocer los daños psicosociales, morales, políticos y económicos sufridos en los/las víctimas/sobrevivientes en el marco del conflicto armado colombiano y su relación con las medidas de reparación integral contempladas en la Ley 1448 de 2011.
- Facilitar herramientas que permitan la mitigación de los daños mediante acciones de carácter simbólico que involucren la voz de las víctimas, y que contribuyan con la dignificación, el reconocimiento de las víctimas y la transformación de imaginarios que justificaron la violencia.
- Facilitar la experiencia emocional de los y las víctimas/sobrevivientes producto de las afectaciones generadas por los hechos de violencia con el fin de simbolizar y permitir su integración a la historia de vida.
- Propiciar un espacio reflexivo frente a la noción de sobreviviente y sujeto de derechos en el marco de acciones del Estado que eviten la revictimización y el surgimiento de nuevas violencias que puedan ser proclives a las violaciones a los Derechos Humanos.
- Facilitar el reconocimiento de los recursos materiales e inmateriales con los cuales actualmente cuentan los y las víctimas/sobrevivientes con el fin de permitir su integración a la historia de vida.
- Validar y facilitar las expresiones del sufrimiento de los y las participantes como expresiones naturales ante eventos anormales producidos en el marco del conflicto

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 5 de 115

armado.


- Construir relaciones entre los miembros del grupo que permitan potenciar recursos de afrontamiento, la capacidad de resistencia y de superación de los hechos de violencia.
- Fortalecer los recursos propios con los que cuenta cada participante para superar su propia situación, a través del reconocimiento y fortalecimiento de las redes de apoyo que en el transitar de su vida le ha ayudado a ser resistentes y resilientes.
- Facilitar herramientas que faciliten el fortalecimiento en hábitos de ahorro e inversión adecuada de los recursos, brindando herramientas básicas de educación financiera que promuevan el empoderamiento y autonomía frente al proyecto de vida.

5. DEFINICIONES:

5.1. DAÑO, CONCEPTO Y TIPOS DE DAÑO:

El daño puede entenderse como las afectaciones causadas en las víctimas del conflicto armado a raíz de las violaciones a los DDHH y las infracciones al DIH ocurridas durante los hechos victimizantes. (UARIV, 2014). El daño "(...) tiene repercusiones en diferentes esferas del individuo [o del colectivo]" (CNMH, 2018, p.20) como lo son la política, psicosocial, moral y económica.

- **Daño político:** afectación a la posibilidad de libre asociación, filiación y representación política de individuos o colectivos. (CNMH, 2018) Además, implica también un impedimento de participación política. (UARIV, 2015).
- **Daño psicosocial:** afectación negativa de la estabilidad, seguridad y capacidad para que las personas puedan decidir e incidir sobre sus vidas individual y colectivamente, de acuerdo con su vocación, sus metas y aspiraciones. (CNMH, 2018).
- **Daño moral:** "puede interpretarse como la lesión que padece la víctima la cual está concebida como el dolor humano o sufrimiento que esta experimenta, y que, dada su naturaleza, corresponde al mundo de la sensibilidad espiritual y mantiene relación directa con la dignidad del ser humano" (CNMH, 2018, p.31) Además de esto, suele ser intangible y afecta el proyecto de vida de las personas (UARIV, 2015).
- **Daño económico:** afectación a los bienes materiales, medios y recursos que le permiten a los individuos y colectivos desarrollar actividades para su manutención.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 6 de 115

De esta forma, como lo menciona Bello (2014), cuando interrogamos por el daño, tendríamos que preguntar de qué manera se alteró y afectó el proyecto de vida de las personas, comunidades y organizaciones; qué menoscabó sus posibilidades de vivir como sujetos libres, dignos, autónomos y con derechos.

5.2. MEDIDAS DE REPARACIÓN

Específicamente el ARTÍCULO 25 de la ley 1448 de 2011, hace referencia a la noción de DERECHO A LA REPARACIÓN INTEGRAL. Las víctimas tienen derecho a ser reparadas de manera adecuada, diferenciada, transformadora y efectiva por el daño que han sufrido como consecuencia de las violaciones de que trata el artículo 3º de la presente Ley. La reparación comprende cinco medidas: restitución, indemnización, rehabilitación, satisfacción y garantías de no repetición. HILANDO es una estrategia psicosocial que implementa las medidas simbólicas que hacen parte de la reparación, siendo estas la medida de rehabilitación psicosocial, la medida de satisfacción desarrolla acciones que aportan a las garantías de no repetición y tiene un componente de educación financiera.


5.2.1. Medida de Rehabilitación psicosocial:

La Ley 1448 de 2011 define en el artículo 9 el carácter transicional de las medidas de reparación integral y la finalidad de "contribuir a que las víctimas sobrelleven su sufrimiento y, en la medida de lo posible, al restablecimiento de los derechos que les han sido vulnerados". De esta forma, la medida de rehabilitación consiste en el conjunto de estrategias, planes, programas y acciones de carácter jurídico, médico, psicológico y social, dirigidos al restablecimiento de las condiciones psicosociales de las víctimas.

La Rehabilitación como medida de reparación consiste en el conjunto de estrategias, planes, programas y acciones de carácter jurídico, médico, psicológico y social, dirigidos al restablecimiento de las condiciones físicas y psicosociales de las víctimas. El Ministerio de Salud y Protección Social es el ente rector para implementar esta medida, la Unidad para las víctimas despliega acciones de orden complementario, en apuesta a fortalecer la integralidad de las medidas de reparación que la entidad tiene como responsabilidad.

Para más información sobre los elementos teóricos y conceptuales, se recomienda leer el Anexo 1: Guía de elementos teóricos y conceptuales de las estrategias de recuperación grupales.

5.2.1.1. La Atención Psicosocial como medida de Rehabilitación

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 7 de 115

La Unidad para las Víctimas y el Ministerio de Salud y Protección Social establecen la atención psicosocial como una medida de rehabilitación dentro del conjunto de medidas que contempla la política pública de reparación integral a las víctimas y definen esta como el conjunto de procesos articulados de servicios que tienen la finalidad de favorecer la recuperación o mitigación de los daños psicosociales generados a las víctimas, sus familias y comunidades, como consecuencia de las graves violaciones a los DDHH y las infracciones al DIH.

Mediante la atención psicosocial se facilitarán estrategias que dignifiquen a las víctimas, respetando el marco social y cultural en el que han construido sus nociones de afectación, sufrimiento, sanación, recuperación, equilibrio y alivio, por lo tanto, la atención psicosocial, no contempla acciones para atender eventos de emergencia o medidas de asistencia y sí el desarrollo de procesos orientados a incorporar el enfoque psicosocial y diferencial en la atención.


5.2.2. Medida de Satisfacción:

Es necesario limitar el alcance del concepto de las medidas de satisfacción, en relación con el daño y la reparación, si no lo hace es posible que se generen falsas expectativas y se dé un alcance muy amplio al concepto de “acciones que proporcionan bienestar y contribuyen a mitigar el dolor de la víctima”.

Es decir que se debe aclarar que las acciones que proporcionan bienestar y contribuyen a mitigar el dolor deben tener relación con el daño ocurrido, para que sea entendido como una medida de satisfacción, debido a que se pueden confundir con necesidades de las víctimas en relación con una vulnerabilidad social.

Las medidas de satisfacción hacen parte de la dimensión simbólica de la reparación, es decir, están dirigidas a aquellos daños que no son reparables de forma material o económica. Dentro de estos se encuentran los daños morales como la estigmatización y el daño al buen nombre; los daños políticos como atentar contra la participación, la oposición, la movilización política o los liderazgos; los daños socioculturales como la pérdida de confianza y el rompimiento del tejido social; y los daños emocionales como el miedo, la culpa, la vergüenza, entre otros.

La mitigación de estos daños se realiza mediante acciones de carácter simbólico que contribuyen con la dignificación y reconocimiento de las víctimas, la difusión de la verdad de los hechos desde el relato de las víctimas y la transformación de imaginarios que justificaron la violencia. Dentro de estas acciones se encuentra la reconstrucción y preservación de la memoria, la recuperación de prácticas socioculturales que se vieron afectadas por el conflicto armado, la resignificación de

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 8 de 115

espacios o lugares, los homenajes y reconocimientos públicos, entre otros¹.

5.2.3. Medida de Garantías de No Repetición:

Las Garantías de No Repetición, buscan contribuir a la consolidación de un futuro compartido distinto al que sustentó la guerra. Por ello, el Decreto reglamentario 1084 de 2015 define estas medidas como una obligación del Estado, en la cual, a través de proyectos y acciones afirmativas de orden político y económico, busca evitar la revictimización y prevenir el surgimiento de nuevas violencias y violaciones a los Derechos Humanos al Derecho Internacional Humanitario.


Estas medidas tienen como centro a las víctimas tanto individuales como colectivas, y están dirigidas a toda la sociedad teniendo en cuenta formas de organización, enfoque diferencial y personas en su diversidad a partir de la transformación de las condiciones que contribuyeron a las violaciones a los Derechos Humanos en el marco de contextos de violencia armada. Cuyo objetivo debe avanzar hacia la generación de cambios estructurales en la sociedad y el Estado, encauzados a través de políticas públicas con vocación de permanencia.

Por otra parte, es importante tener en cuenta que las garantías de no repetición se vinculan con riesgos y mecanismos para disminuir su impacto individual, familiar o comunitario. Asimismo, es una medida tendiente a pensar el futuro, es decir, a consolidar o generar unas condiciones que propicien nuevos relacionamientos entre los ciudadanos basados en la inclusión, el respeto por la diferencia, la democracia, la participación y la resolución pacífica de los conflictos, a partir de una relación de confianza entre el Estado y la ciudadanía.

Según los estándares internacionales, las garantías de no repetición son necesarias para la reparación, sin embargo, trasciende este escenario para afianzarse más allá del proceso de transición de la guerra y se ubica en la construcción de condiciones para la paz y su sostenibilidad. En consecuencia, las acciones que se adelantan en esta materia se encuentran en el ámbito institucional a partir de la articulación de diferentes entidades que implementan de forma conjunta y complementaria planes, programas y proyectos que fortalezcan las dimensiones mencionadas.

Lo anterior, cobra especial importancia en el contexto colombiano con la posibilidad de dar cierre a sesenta años de conflicto armado. Es así como la Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas adelanta diferentes acciones que afiancen las capacidades del Estado para establecer una política de no repetición que se base en responder a las necesidades, contextos y características de los territorios.

¹ Para más información, consulte la Guía de Medidas de Satisfacción elaborada por el Subcomité Técnico de Medidas de Satisfacción del SNARIV.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 9 de 115

Adicionalmente, la reparación y las garantías de no repetición deben contribuir a la consecución de la reconciliación nacional, a partir del desarrollo de un enfoque que tienda a restablecer la confianza entre el Estado, las comunidades y los antagonistas y fortalecer la democracia.


Las características principales de las garantías de no repetición son: de alcance general, es decir, están destinadas tanto para las víctimas como para la sociedad en general bajo dos dimensiones: una reparadora dirigida a evitar la revictimización y una preventiva dirigida a evitar el surgimiento de nuevas violencias, son interdependientes, es decir, que una acción puede desarrollar las dos dimensiones, como puede estar asociada a otras temáticas de las medidas de reparación como lo es la memoria o la pedagogía. Así mismo, son contextuales, es decir que responden al contexto y necesidades de la población de acuerdo con sus características y costumbres. En el marco de la estrategia es importante señalar que las garantías de no repetición en su dimensión reparadora deben obedecer a fortalecer las capacidades de las víctimas para el impulso de condiciones y mecanismos que refuercen entornos protectores (de los NNAJ), la convivencia, la participación y sobre todo contribuyan al fortalecimiento del tejido social del cual hacen parte los sobrevivientes para impulsar el ejercicio de su ciudadanía.

5.3. ENFOQUE DE CURSO DE VIDA:

El curso de vida es el "Conjunto de trayectorias que tiene un individuo y su familia de acuerdo con los roles que desarrolla a lo largo de la vida (...), las cuales están marcadas por transiciones y significativos. Lo anterior está influenciado por las condiciones biológicas, psicológicas, sociales en los entornos que se desenvuelve el individuo a lo largo de la vida, por las expectativas sociales referentes a la edad, por condiciones históricas y culturales específicas, así como por acontecimientos individuales únicos. (Presidencia de la República, 2016).

El segundo eje organizador es el de las transiciones, que marcan cambios de estados, posiciones y situaciones. Estas transiciones no son consideradas como etapas fijas, predecibles, sistemáticas y rígidas, sino que por el contrario el enfoque plantea que: Las transiciones pueden presentarse en cualquier momento sin tener que estar predeterminadas.

El tercer eje organizador asociado a los anteriores es el de sucesos vitales, el cual hace referencia a: Los eventos que provocan fuertes modificaciones que, a su vez, se traducen en virajes en la dirección del curso de vida. Este "cambio de estado",

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 10 de 115

como lo conciben algunos autores, puede surgir de acontecimientos fácilmente identificables, —sean “desfavorecedores”, como la muerte de un familiar muy cercano y significativo, o, todo lo contrario—, o bien puede tratarse de situaciones que se califican como subjetivas. En cualquier caso, se presenta un cambio que implica la discontinuidad en una o más de las trayectorias vitales. (Elder, 1991).


En el enfoque de curso de vida, el desarrollo humano juega un papel muy importante, entendiéndose este como una expansión de la libertad y de la gama de opciones de vida, de sus posibilidades de Ser y Hacer. Para Marcel Valcárcel, el desarrollo humano es concebido como “El proceso mediante el cual se amplían las oportunidades de los individuos, las más importantes de las cuales son una vida prolongada y saludable, el acceso a la educación y el disfrute de un nivel de vida decente. Otras oportunidades incluyen la libertad política, la garantía de los derechos humanos y el respeto a sí mismo” (Valcárcel, 2006). En este sentido, la palabra desarrollo tiene implícito el valor por la vida humana e implica un abordaje integral e integrado para garantizar condiciones dignas y de bienestar. Para lograrlo, es importante construir capacidades humanas, así como también facilitar el reconocimiento de los recursos personales, familiares, sociales y culturales.²

5.4. ENFOQUES DIFERENCIALES Y DE GÉNERO:

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, 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 los enfoques diferenciales y de género en la Estrategia de Recuperación Emocional y acompañamiento a la Reparación Integral- HILANDO 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

² Programa de Atención Psicosocial y Salud integral a Víctimas del Conflicto Armado. Documento Macro. Enfoque de curso de vida. Ministerio de Salud y la Protección Social. 2017.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 11 de 115

sujetos de especial protección constitucional.³ 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 Rrom⁴.

La Estrategia de Recuperación Emocional y acompañamiento a la Reparación Integral- TEJÉDONOS, está diseñada bajo el principio de enfoque diferencial y de género, el cual implica reconocer particularidades en razón del género, edad, identidad de género, orientación sexual, situación de discapacidad, pertenencia étnica, entre otras características, con el fin de que puedan acceder y gozar efectivamente de los derechos, este reconocimiento no necesariamente significa un trato prioritario o diferenciado en toda ocasión, pero sí conlleva a la realización de ajustes y acciones complementarias para que todas las víctimas fortalezcan sus capacidades en igualdad de condiciones y en atención a sus necesidades diferenciales.

5.5. ENFOQUE COLABORATIVO:


Dentro de los aspectos a resaltar del enfoque colaborativo se encuentran los siguientes: el terapeuta participa en las relaciones con las personas que atiende validando sus saberes y experiencias en la conversación, evitando imponer una comprensión superior para así permitir que emerjan las soluciones decididas con mutualidad. Esto implica cambios en las perspectivas profesionales de los terapeutas. La conversación que es “hablar con” apunta hacia la disolución del problema y también a cultivar una nueva perspectiva de la persona con respecto a su capacidad personal y su libertad. Los cambios serán una consecuencia natural de la conversación y de esa nueva percepción de la persona sobre sí mismo, sus capacidades personales y sus recursos. 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 conjunta⁵.

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

³ Artículo 13, ley 1448

⁴ Para más información dirigirse al anexo 2: Documentos complementarios a las Estrategias de Recuperación Emocional Grupales

⁵ Eguiluz, De Lourdes. (2004). “Terapia Familiar”. Editorial Pax México. 15 Ibíd. Pág. 206 y 207.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 12 de 115


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.

Dentro de los aportes fundamentales de este enfoque que aplican para la aproximación psicosocial están los siguientes:

- Los sistemas humanos son sistemas de generación de lenguaje y sentido.
- La realidad y el sentido que le atribuimos a otros y a las experiencias de vida son interaccionales, creados y vivenciados por las personas en una conversación y en acciones con otros y con nosotros.
- El lenguaje es generador, da orden y sentido a nuestra vida y a nuestro mundo.
- El conocimiento es relacional y está incluido en el lenguaje. - Somos seres sociales y como tales nos desarrollamos en relación a través del lenguaje. - La conversación es la actividad central de construcción de cambio en este enfoque, y al mismo tiempo es un acto de reconstrucción del yo porque se alternan los diálogos internos y externos en presencia de un tercero que observa y escucha con atención.

5.6. 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 nosolo se centra en la persona reconociendo el dolor y la fortaleza, el enfoquepsicosocial 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 lecturadiferencial y de contexto. La incorporación del Enfoque Psicosocial en la atención a víctimas, por

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 13 de 115

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.

6. DESARROLLO DE LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL-HILANDO


HILANDO se desarrolla en nueve Encuentros. Los ocho primeros Encuentros tienen una duración de tres horas con una periodicidad semanal que se debe mantener constante en cuanto a los días, las horas y el lugar del encuentro. El encuentro nueve corresponde a la materialización de una iniciativa de memoria construida por los y las participantes y puede extenderse durante media jornada (4 horas) dependiendo de la propuesta construida, no necesariamente se realiza en los horarios y lugar acordados de los anteriores encuentros; igualmente es un espacio de cierre del proceso de atención psicosocial vivido por el grupo en la estrategia.

Cada grupo tendrá un promedio de 15 a 20 personas máximo, esto para garantizar la posibilidad de escucha y participación dentro del grupo, responde también a una acción de cuidado para el grupo y para el profesional psicosocial que lo acompaña. Los grupos funcionan como grupos terapéuticos, por tanto, son cerrados y solo se admiten, de ser necesario, nuevos miembros hasta el segundo encuentro. Una vez realizado el segundo encuentro el grupo terminará con el número de participantes que asistieron al primero y/o al segundo encuentro hasta el final.

El profesional psicosocial debe disponer de al menos una hora antes de cada encuentro para tener todo el material y el espacio preparado para recibir a las y los participantes. También debe disponer de una hora posterior al encuentro para que pueda escuchar a las personas que suelen quedarse por consultas individuales, así como para dejar el espacio y el material listo para la siguiente jornada. Por tal motivo, no se recomienda hacer más de dos encuentros en un solo día. Es importante que el profesional psicosocial acuerde con los y las participantes el horario de los encuentros, comprendiendo sus necesidades de orden logístico, acceso geográfico y disponibilidad de tiempos, sin olvidar el cuidado de su propia persona.

6.1. ACCIONES EN EL TERRITORIO

Pasos previos a la conformación de los grupos.


 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 14 de 115

- Es muy importante que, antes de iniciar con el proceso de atención psicosocial, el profesional psicosocial socialice primero la Estrategia de Recuperación Emocional con la Dirección Territorial de la Unidad para las víctimas⁶, con el fin de compartir y aclarar sus objetivos, alcances, estructura e implementación. En este espacio es clave la participación de los referentes psicosociales que están vinculados directamente con la Unidad para las víctimas.
- El profesional psicosocial debe socializar la Estrategia con las entidades del SNARIV, organizaciones no gubernamentales que realicen atención a víctimas en su territorio y la mesa de participación de víctimas, asegurándose de aclarar muy bien, además de las generalidades, los alcances de esta nueva apuesta en términos de la rehabilitación psicosocial. En lo posible el profesional psicosocial puede preparar un plegable con la información central de la estrategia para entregar a los asistentes a estas reuniones de socialización o enviar vía correo electrónico una presentación de apoyo.
- Finalmente, el profesional psicosocial debe socializar la Estrategia con las víctimas con el fin de conformar los grupos⁷. Si la persona interesada manifiesta que se le dificulta asistir a los encuentros grupales debido a que el horario de los grupos se cruza con los horarios laborales, se le puede informar que desde la Estrategia se cuenta con un Certificado de Asistencia que puede llevar voluntariamente a su empresa o lugar de trabajo. Este formato hace parte de los anexos que integran el paquete de documentos para implementar la estrategia y está disponible también en la intranet de la Unidad para las víctimas.
- Por iniciativa del referente o profesional psicosocial⁸, en los Puntos de atención a víctimas – PAV y en los Centros Regionales de Atención a Víctimas – CRAV se podrá disponer de información relacionada a la Estrategia, podrán ser frases construidas con los y las sobrevivientes que hagan referencia a ¿Cómo invitar a otras personas a participar en la Estrategia?, sin embargo, esto debe ser concertado con los coordinadores de los centros y toda imagen institucional que se vaya a colocar en esta información debe ser avalada por la Oficina Asesora de Comunicaciones previamente.

6 Las Estrategias de Recuperación Emocional Grupal de la Unidad, pueden implementarse a través de varios mecanismos, ya sea con el apoyo de cooperantes, a través de tercerización o de forma directa, en todos los casos siempre se pide que los profesionales encargados de la implementación socialicen esta con la Dirección Territorial.

7 Las Estrategias de Recuperación Emocional Grupal de la Unidad (EREG), pueden implementarse a través de varios mecanismos, ya sea con el apoyo de cooperantes, a través de tercerización o de forma directa, si bien cada mecanismo responde a acuerdos, convenios o formas de contratación particulares para la modalidad, lugar y año de implementación y que se estipulan en los documentos que soportan cada modelo de implementación, en términos generales se pide socializar con las víctimas la Estrategia en un encuentro 0 antes de iniciar esta, sobre todo cuando la convocatoria se realiza a través de búsqueda activa, lo cual no siempre es necesario cuando se convoca a través de bases de contacto ya focalizadas.

8 Dentro de las modalidades de implementación de las EREG se distingue al profesional psicosocial como la personas, trabajador(a) social o psicólogo(a), que acompaña los grupos a través de un cooperante, OGN, Ente Territorial o contrato tercerizado; el referente psicosocial es la persona, trabajador(a) social o psicólogo(a), colaborador directo de la Unidad para las Víctimas y que se encuentra en las Direcciones Territoriales.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 15 de 115

De todas las socializaciones es importante que se haga acta y lista de asistencia considerando la normatividad existente en términos de gestión documental en el marco del Sistema Integrado de Gestión - SIG.

6.1.1. Conformación de los grupos


Para la conformación de los grupos, es muy importante que el profesional psicosocial tenga en cuenta que la participación en la Estrategia es voluntaria; y por ende responde a la decisión de cada persona de hacer parte de la ruta de reparación integral que el Estado tiene la obligación de brindarle. En este sentido, solo pueden asistir personas que estén incluidas en el Registro Único de Víctimas y manifiesten voluntariedad de participar.

Tenga en cuenta:

Recuerde que las personas convocadas al espacio deben estar hacer parte del RUV, el cual debe ser previamente verificado a través de la herramienta MAARIV o Indemniza a partir de las listas tomadas, Anexo: Listado de interesados-V6 o base de datos de focalización recibida.

El profesional psicosocial también debe tener en cuenta algunos **criterios de no ingreso y remisión** a especialista (psicología clínica o médico psiquiatra), a través del Plan de Atención Psicosocial y Salud Integral a Víctimas-PAPSIVI. Tales criterios son:

1. Dificultades en la adaptación y respuesta a la vida familiar, laboral y/o social que requieren atención individual
2. Bajo reconocimiento de los recursos y pérdida del sentido de vida que pueden llevar a la ideación o intento suicida.
3. Situaciones coexistentes al alcoholismo u otras adicciones que puedan dificultar el funcionamiento global de los encuentros grupales, como la negación de su situación, respuestas de rechazo, discriminación y agresividad hacia ciertos grupos, presencia de síndrome de abstinencia (sudoración, temblores, ideas, sensaciones y comportamientos no acordes a la realidad)
4. Trastornos mentales en tratamiento o con activación de síntomas como: Esquizofrenia, Trastorno Afectivo Bipolar, Fobias y Estrés Postraumático, en los que se hacen presentes las ideas no acordes a la realidad, la desorientación, los comportamientos de agresión hacia sí mismo y hacia los demás, el lenguaje incoherente, los cambios emocionales drásticos u otros pensamientos o

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 16 de 115

comportamientos que reflejen respuestas inusuales frente a lo socialmente esperado

Se conformarán los grupos con criterio de inclusión. El ciclo vital, la discapacidad y las orientaciones sexuales no hegemónicas no pueden ser criterios de conformación de grupos, como no lo son la pertenencia étnica o la religión. Los grupos diferenciados por estas características no se constituyen en acciones afirmativas sino en acciones


de exclusión y daño a la población víctima. Sin embargo, si es muy importante que el profesional psicosocial tenga en cuenta los hechos victimizantes que sufrieron los y las personas interesadas en participar, la “lucha” o causa que los(as) une como colectivo o su identidad étnica y cultural, así como las demandas que hagan frente a la conformación de los grupos teniendo en cuenta estas características.

Delitos como el despojo y el desplazamiento forzado tienen características, en los daños que producen, muy diferentes a la tortura o los delitos contra la integridad sexual. Por tanto, no se recomienda formar grupos mixtos que no tengan en cuenta el tipo de daño sufrido, no porque en un hecho sea mayor o menor el sufrimiento, más o menos importante, sino porque al ser la afectación distinta, la forma de llevar el Encuentro también será distinta, puesto que emerge el daño y el sufrimiento desde lugares muy diferentes. Por ejemplo, frente a los casos de desaparición forzada y homicidio, las personas víctimas de desplazamiento forzado suelen compararse constantemente, considerándose afortunadas y sin derecho a sufrir su pérdida. Sin embargo, la mejor guía para la conformación de los grupos siempre la darán los y las participantes.

En resumen, para la conformación de los grupos, el profesional psicosocial debe tener en cuenta que las personas estén incluidas en el RUV, que consientan y deseen recibir la atención y que los hechos victimizantes sean una guía para orientar la conformación de los grupos, especialmente en el caso de los delitos contra la integridad sexual y tortura. No obstante, no se debe olvidar que es el participante quien decide si desea estar solo con personas que comparten su mismo hecho victimizante, características poblacionales identitarias, o no.

6.2. LA PROGRESIVIDAD DE LOS ENCUENTROS Y SUS MOMENTOS

La Estrategia cuenta con un protocolo que debe ser entendido e implementado como un todo progresivo y continuo. Durante cada encuentro, si bien se abordan situaciones emocionales que se resuelven en el mismo Encuentro, este brinda herramientas para trabajar y reflexionar durante la semana, siendo un eslabón más para el siguiente Encuentro. En cada nuevo encuentro se complejizan las metodologías, exigencias y retos que se les invita a asumir a los y las participantes,

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 17 de 115

moviéndose todo el tiempo entre lo individual, lo grupal y lo comunitario.

Cada uno de los encuentros se estructura a partir de los siguientes momentos:

El primer momento es un espacio de *recibimiento y acogida*, donde el profesional debe empezar preparar al grupo para las actividades centrales de la jornada.


Usualmente contemplan una actividad de apertura, un juego colaborativo y/o una actividad de inicio, que guardan una relación directa con el clima emocional que se quiere crear para la jornada con el grupo. Por tanto, no es un espacio menor, que se pueda obviar, reducir o tomar a la ligera, sino que constituye el “caldeamiento” o preparación para la acción que requieren las actividades que continúan.

Un segundo momento lo constituye el *Centro*, donde el/la profesional encontrará las actividades concatenadas entre sí y que desarrollan el objetivo principal del Encuentro, no son intercambiables o priorizables entre ellas, por tanto, es importante que el/la profesional tenga en cuenta los tiempos de desarrollo de cada una y se cuide de “abrir” o suscitar discusiones que no alimentan el objetivo del Encuentro. Igualmente, muchas actividades no requieren la socialización verbal de cada participante para tener el efecto deseado, atendiendo a los tiempos y técnicas utilizadas, muchas actividades “operan” en el acto y la reflexión particular, dado que lo que se busca es que la persona pueda tener un diálogo consigo misma. En estos espacios también se usa una herramienta llamada el “Álbum de la Estrategia” ya que allí las personas pueden plasmar de forma escrita o plástica las emociones y/o reflexiones que le generan los ejercicios vividos.

El tercer momento del Encuentro, lo constituye la construcción de la Iniciativa de Memoria. Este momento se integra con lo construido en el encuentro anterior y el/la profesional debe llevar al grupo por este recorrido y no iniciar nuevamente en cada espacio de cierre una nueva construcción.

El cuarto momento, lo constituye el cierre de la jornada, el cual tiene como objetivo volver al grupo a un estado emocional que le permita continuar con sus labores del día de forma tranquila y serena. En los Encuentros 1, 6 y 9, además, se realiza al final el *Seguimiento al proceso recuperación emocional* a través de la herramienta “Álbum de la Estrategia”. En este espacio el/la profesional recogerá los significados particulares sobre la afectación emocional que generó el conflicto armado y las propias señales que identifique de su proceso de recuperación emocional o mitigación del sufrimiento.

El hilo conductor de los encuentros es el proceso reflexivo que ocurre entre las personas participantes y la calidad de las relaciones de colaboración que se

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 18 de 115

construyen a partir de las actividades propuestas, se espera que, en cada encuentro, aumente la reflexión, la colaboración y se favorezca la recuperación emocional frente a los daños que el conflicto armado generó en las personas.

TENGA EN CUENTA

En algunas modalidades de implementación, la Estrategia incluye un refrigerio. Pero es importante tener claro que 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. Es muy importante que no esté en el grupo personal ajeno a la estrategia y que, si hay un operador logístico, este no interfiera en el compartir o espacios grupales, por tanto, se sugiere hacer del espacio siempre un compartir donde incluso el grupo puede llevar de lo que tiene para dar.

Los 9 encuentros tienen las siguientes herramientas, que son transversales a todo el proceso:


- Álbum de la Estrategia
- Iniciativa de Memoria

6.3. ACCIONES TRASVERSALES EN LA ESTRATEGIA:

Durante los 9 Encuentros de la Estrategia se irán construyendo de manera progresiva, el álbum de la Estrategia y la Iniciativa de Memoria que se implementará en el noveno Encuentro.

“Álbum de la Estrategia” proceso de seguimiento a la recuperación emocional. Durante el proceso de los nueve Encuentros, los y las participantes llevarán un registro de su proceso a través del álbum. Este se entrega en el primer encuentro y se sigue trabajando durante los 9 encuentros siguientes, al final de cada jornada las personas se llevan el álbum a su casa.

A través de este álbum, los participantes tienen la posibilidad de llevar a cabo un proceso reflexivo a nivel individual, en el que podrán identificar por sí mismos, las señales en las que pueden valorar su nivel de afectación emocional causado por los hechos sufridos en el marco del conflicto armado. De la misma forma, podrán atender a sus propios referentes y significados de malestar y a darse cuenta de cómo este

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 19 de 115

malestar está siendo transformado o procesado a lo largo de los encuentros. Es un seguimiento personal que no busca ser lineal o de una sola vía, su intención es permitir dar sentido y dimensión al dolor y a la recuperación. Además, en este espacio, las personas irán plasmando lo significativo de cada Encuentro.


El paso a paso para el manejo del álbum en el primer encuentro es el siguiente:

El objetivo de este álbum es favorecer que las personas puedan organizar en su subjetividad el histórico de su proceso emocional. No necesariamente debe quedar todo escrito, pero sí narrado, dibujado, reflexionado y sobre todo escuchado.

Al final del primer encuentro, se entrega a cada persona un álbum en el que se podrán escribir las cosas que adquieran sentido y que ellos consideren importante registrar, como parte de la memoria de su proceso de recuperación emocional en estos nueve encuentros. El objetivo del álbum, en este momento, es servir como herramienta para que las personas puedan reconocer y señalar los cambios de los que se van dando cuenta del proceso, los aspectos que para ellos son importantes, aquellas palabras que para las personas fueron “significativas” palabras claves que tienen “poder” de sanar, de recuperar, de dar voz y que no quieran ser olvidadas. Es una herramienta para la memoria personal de cada participante, pero no la memoria de los hechos vividos, sino la memoria de cómo esos hechos no lograron acabar con su vida. Se reconoce que esos hechos hicieron mucho daño, pero que cada persona tiene la capacidad de ir resignificando dicho daño y encontrarse con su capacidad de resistencia y las habilidades de afrontamiento que le han permitido seguir adelante con su vida. (Premisas 1 y 2 del enfoque psicosocial)

Luego de que el/la profesional ha entregado el álbum y ha explicado su función y objetivo, invitará a los y las participantes a que en el momento que deseen a lo largo de los nueve encuentros, puedan dotar de sentido este instrumento al nombrarlo. Si le resulta útil al profesional, se pueden hacer las siguientes preguntas para facilitar este momento: ¿qué significa para mí recoger mi experiencia en esta hoja o álbum? Cuando en unos años vuelva a ver este libro o estas hojas, ¿cuál sería el título que me gustaría ver ahí escrito?

Cuando todas las personas hayan iniciado la personalización del álbum, el/la profesional los invitará a que escriban “su propósito en el grupo”. Se puede facilitar esa reflexión a través de la siguiente pregunta: ¿qué es lo mejor de mí, que puedo ofrecerle a este grupo, para que los demás lo puedan usar para reconfortarse? En este espacio del álbum se incluyen también los acuerdos grupales que se construyen

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 20 de 115

en el encuentro 1 y las expectativas de cada participante frente a su proceso en la Estrategia, que se pueden concretar a través de las siguientes preguntas: así como yo puedo aportar lo mejor de mí para favorecer la recuperación de los demás ¿qué espero yo recibir de este grupo? ¿Qué necesito lograr en este proceso, para que al final pueda salir sintiéndome empoderada (o) y diferente a como inicie? ¿Si este proceso para mi fuera *muy, pero muy bueno*, que sería lo que tendría que pasar?

Una vez se haya avanzado en estos aspectos, se procederá a medir el proceso de recuperación emocional, desde la misma valoración de los y las participantes. La noción de recuperación emocional se plantea como los procesos psicosociales que le permiten al sobreviviente narrar los recuerdos significativos de su pasado, nombrar los actos heroicos de su experiencia, mostrar la resignificación emocional y corporal de la afectación psicosocial y restablecer o crear lazos de empatía o solidaridad ciudadana.

El/la profesional psicosocial dirá al grupo: “Para algunas personas víctimas del conflicto armado, recuperarse emocionalmente significa poder “lidiar con la vida” o “encontrar motivos para seguir hacia adelante con la vida”. Para usted, en una frase ¿qué significa recuperarse emocionalmente?, esto puede ser a nivel personal, familiar o comunitario. El profesional psicosocial deberá explicar que la meta de recuperación emocional hace referencia a sus retos, deseos e intereses emocionales, es decir ¿cómo quieren estar y sentirse? y que más adelante habrá oportunidad de reflexionar en torno a sus necesidades materiales y económicas, compartiendo con los participantes la importancia que tienen estos primeros encuentros de la Estrategia de la cual están haciendo parte. Por ejemplo, si la persona dice que su meta es lograr una vivienda digna, el/la profesional puede preguntar ¿y qué necesita, además de cosas materiales, para alcanzar esa vivienda digna? la persona puede decir por ejemplo... “Sanar la frustración y el dolor que me dejó perder mi casa”; el profesional puede decir algo como “¿entonces yo podría pensar que su meta de recuperación emocional sería sanar la frustración y el dolor? o si lo vemos distinto, para nombrarlo con palabras que nos ayuden a ver más posibilidades, podría ser ¿recuperar la fortaleza para no dejarme vencer por la frustración y el dolor? En definitiva, se trata de que el/la profesional les ayude a las personas a redefinir su meta de recuperación emocional, de tal modo que puedan nombrarla como algo que sí puede pasar en el marco de este proceso.



TENGA EN CUENTA: Con la participación en HILANDO, no es necesariamente se logrará el cierre de del proceso de recuperación emocional de las personas participantes. Este puede significar en la vida de las personas solo el principio, un avance o un último paso para sentirse recuperadas emocionalmente, por tanto, se debe hacer esta claridad al grupo y propiciar por metas posibles y reales en este proceso de solo dos meses de atención.


Igualmente, tenga en cuenta que las personas pueden expresar que su deseo o meta es volver a ver a su hijo desaparecido, el profesional debe indicarle a la persona que mientras está en el proceso de búsqueda de su hijo hay cosas que puede ir haciendo para estar mejor emocionalmente, e invitarlo a través de preguntas reflexivas a pensar en sí mismo en relación con otros miembros de su familia o comunidad que lo acompañan, o no, en la búsqueda. Por ejemplo ¿qué necesita fortalecer en usted para ser capaz de seguir en este proceso de búsqueda de su hijo desaparecido? ¿Qué quisiera sanar en usted de lo que le ha dejado la desaparición forzada de su hijo?

Luego de asegurarse que las personas identificaron esta “meta de recuperación emocional”, el profesional psicosocial les dirá que intenten ponerla en una frase. Una vez el grupo haya entendido e identificado (no necesariamente de manera pública) qué sería para ellos la recuperación emocional, les solicitará a las personas que abran el álbum en el encuentro uno y leerá la pregunta referente a la noción de recuperación emocional ya trabajada y se les pedirá que la escriban en el lugar que corresponde (esta forma de trabajo ayudará a que las personas que no saben leer y escribir puedan participar activamente del proceso de identificación de la recuperación emocional, sin estar atareadas tratando de leer o escribir la frase, ya en este punto solo requerirán un apoyo que les transcriba la frase/meta pensada).

Una vez todo el grupo haya identificado qué es la recuperación emocional para cada uno de ellos, se continuará: Si estuviéramos en un camino donde el objetivo o la meta es... (el que cada persona antitífica desde la recuperación emocional, el

ACCIÓN SIN DAÑO:

Debe tenerse en cuenta que en los grupos suelen haber varias personas que no saben leer ni escribir o tienen procesos lentos de lecto-escritura. El/la profesional debe hacer sentir a estas personas tranquilas y seguras, ya que su proceso en la Estrategia no depende de tener o no estas habilidades. El profesional debe prestarse como escribiente e invitar a otras personas del grupo a que lo hagan. Incluso, si nota que algunas personas no están cómodas con la ayuda de un tercero que no sea el facilitador, debe escuchar lo que desearían escribir y plasmar al final del encuentro estas palabras en la cartilla de la persona.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 22 de 115

restablecimiento de su dignidad o la memoria) y ese camino lo recorreremos en 10 pasos, ¿en este momento a cuántos pasos está usted de llegar? El/la profesional psicosocial debe aclarar que entre más alto sea el número (10) mayor es la distancia para lograr cumplir ese objetivo. Así mismo, hay que mencionar que “algunos podemos en este momento considerar que estamos a 10 pasos de lograr nuestro objetivo, otros podremos estar a 6 y otros a 1, lo importante es ser consciente del objetivo que queremos cumplir y cómo queremos llegar a él”.


Esta auto medición del proceso de recuperación emocional se realizará nuevamente al finalizar el encuentro 6 y el encuentro 9, donde se retomará el proceso vivido, una vez finalizada la materialización de iniciativa de memoria. En los otros encuentros se debe usar el álbum como testigo y para dejar memoria del proceso que se vivirá en cada encuentro.

Construcción de la iniciativa de memoria⁹

El acto simbólico de cierre se irá construyendo progresivamente con los sobrevivientes desde el encuentro número dos. Durante este tiempo cada grupo propondrá opciones de actividad de las cuales se elegirá una (1), teniendo en cuenta los siguientes criterios:

- 1) Debe ser aceptada por más del 60% de los integrantes del grupo colaborativo.
- 2) Se deberá costear única y directamente con el presupuesto establecido y la gestión realizada en cabeza del profesional psicosocial a cargo del grupo colaborativo, evitando la implicación de entidades u organizaciones ajenas a la Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas. En caso de ser implementada a través del un convenio o contrato, se deberán usar los recursos destinados para esta en los términos establecidos en el convenio o contrato.
- 3) Debe permitir el cumplimiento de algunos de los objetivos de las medias de satisfacción.
- 4) Debe estar orientada a generar el efecto integrador y reparador que buscan las iniciativas de memoria
- 5) La actividad completa deberá poder realizarse en una tarde o una mañana (Máximo 6 horas).

⁹ Ver documentos complementarios a las Estrategias de Recuperación Emocional

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 23 de 115

6) No debe implicar el desplazamiento intermunicipal del grupo (por disposición de tiempo e inversión económica y de tenerse esta posibilidad es imprescindible contar con los seguros de transporte y demás disposiciones de ley para la movilización de personas).

7) Debe haber confirmación de asistencia de al menos el 60% de los integrantes del grupo.

8) La iniciativa de memoria debe surgir del grupo, no de la necesidad del profesional psicosocial. Sin embargo, es importante que el profesional los oriente sobre la importancia del símbolo y la memoria en el proceso de recuperación.


9) Si la iniciativa de memoria es una bitácora viajera, e este acto de cierre debe incluirse el cierre o terminación de la bitácora viajera, definiendo la forma, el tiempo y el cómo esta será enviada a... otros municipios, la alcaldía, biblioteca, personería, fundación, centro de memoria... donde el grupo lo haya definido y mediante el acto construido para esto.

Durante su planeación es importante tener en cuenta que el Acto Simbólico/iniciativa de memoria es un ritual de consolidación que permite el cierre de la estrategia, a través de símbolos reparadores y transformadores con los cuales los y las sobrevivientes representan los avances de recuperación emocional que han tenido frente al hecho victimizante y su devenir resiliente. Por tanto, el acto simbólico/iniciativa de memoria debe estar articulado con el proceso vivido en la estrategia, no es un encuentro aislado del proceso. Los símbolos deben ser reparadores y transformadores, por lo que deben buscar generar nuevos significados frente al daño generado por el hecho victimizante.

El papel del profesional psicosocial en la construcción e implementación de la iniciativa de memoria es el siguiente:

El profesional psicosocial, a partir de la construcción conjunta del grupo, proyectará el guion metodológico con la propuesta de iniciativa (bitácora, obra de teatro, fogata, intervención de espacios, rituales ancestrales o espirituales, rescate de fiestas, tradiciones y/o conmemoraciones...etc) en el encuentro 6 para ser implementado en el 9 encuentro.

El profesional psicosocial acompañará a los y las sobrevivientes a través de preguntas reflexivas, que permitan identificar en cada acción propuesta un significado claro y compartido de los símbolos y el sentido que le otorgan al proceso de recuperación

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 24 de 115

emocional.

El profesional psicosocial validará la iniciativa de memoria como cierre de la Estrategia, haciendo claridad en que no es el cierre de su proceso de recuperación emocional; se debe reiterar que este proceso continuará ahora en su propio devenir cotidiano, de acuerdo con la experiencia que cada sobreviviente ha tenido frente a su proceso de recuperación emocional.

El profesional psicosocial acompañará la maduración de la emoción, es decir, reconocerá, validará y recogerá las emociones que van surgiendo en cada momento

del acto simbólico/iniciativa de memoria. Con esto, debe comprender que estas emociones surgen porque hacen parte del proceso de recuperación emocional del sobreviviente.

6.4. PROTOCOLO DE LA ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL

A continuación, se presenta el protocolo que deberá adelantarse en cada uno de los encuentros grupales. Deberá considerarse que este proceso ha sido diseñado con el propósito de permitir que las actividades planeadas en sí mismas respondan al proceso previsto para facilitar el proceso de recuperación emocional de las personas. Su implementación debe tener en cuenta la aplicación del guion como está preestablecido.


TENGA EN CUENTA

En el desarrollo de los encuentros grupales es importante validar que las diferentes representaciones de sufrimiento de los y las sobrevivientes son reacciones naturales ante eventos o situaciones adversas como las Graves Violaciones a los Derechos Humanos y las Infracciones al DIH que ocurren en el contexto del conflicto armado. (Premisas del enfoque psicosocial)

6.4.1. Encuentro 1: HILANDO EL CAMINO A LA REPARACIÓN

Objetivos:

1. Encuadrar la estrategia y generalidades del desarrollo de esta, socializando los objetivos y aclarando su alcance y expectativas erróneas frente a esta.
2. Abordar los tipos de daños ocasionados por el conflicto armado y su relación con

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 25 de 115

las medidas de reparación.

3. Reconocer las dimensiones del daño en el marco del conflicto armado (moral, política, económica y psicosocial).
4. Iniciar la construcción de un vínculo de confianza entre los participantes y el/la profesional psicosocial que genere adherencia al proceso.


Actividad	Duración
Momento 1: Bienvenida y Encuadre	30
Momento 2: De los daños hacia la reparación y del sufrimiento a la recuperación	30
Refrigerio: Compartir los alimentos	15
Momento 3: Acuerdos y procesos administrativos	60
Momento 4: Seguimiento emocional y Cierre	30

Momento 1: Bienvenida y Encuadre de la Estrategia

Antes de iniciar con el encuentro, es importante disponer del espacio de tal manera que no se genere una percepción de verticalidad entre los participantes ni entre ellos y el/la profesional psicosocial. Para ello, siempre se deben disponer las sillas en forma circular y el/la profesional psicosocial hará parte de este círculo.

Tenga en cuenta:

1. El/la profesional psicosocial es la persona encargada de facilitar el espacio y es el punto de referencia inicial de los participantes. Por ello, debe ser el/la encargado/a de recibirlos y ayudarlos a ubicarse en el lugar. Su trato debe ser respetuoso y cordial, pero debe tener en cuenta las formas culturales y las formas de relacionarse de cada lugar para evitar molestias con los participantes. Prevea cuáles comportamientos pueden ayudar en el proceso de integración y cuáles no y evite hacer esto último en desarrollo de las actividades; para ello, es importante que tenga un comportamiento genuino y que lea el contexto y la dinámica del grupo en donde está.
2. Puede que lleguen personas con dudas frente a temas que no son objeto de la estrategia, como, por ejemplo: la ruta de atención humanitaria o indemnizaciones. Aclare a los participantes que estos temas no serán abordados durante el desarrollo de la estrategia, no obstante, cuénteles a los participantes sobre los canales dispuestos por la Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas a fin

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 26 de 115

de resolver esas inquietudes. Tenga en cuenta que los encuentros hacen parte de la medida de rehabilitación, satisfacción y garantías de no repetición, y que esta es una oportunidad para aclarar el alcance de estas medidas, así que intente reconducir las preguntas de las víctimas a las actividades que usted va a desarrollar. Por favor no genere falsas expectativas y recuerde siempre que lo importante de la estrategia es

la integralidad de las medidas, en donde hay prioridad en la recuperación emocional de los/las participantes. Recuerde que usted no tiene como saber los detalles de cada caso, pero intente que su respuesta no genere frustración en el participante.

3. Una vez los participantes estén acomodados y usted esté listo para empezar, comience por saludar, explique el motivo de la convocatoria, los tiempos y actividades en los que van a participar durante el encuentro.

El/la profesional psicosocial iniciará mencionando “Buenos días para todas y todos, en nombre de la Unidad para las Víctimas agradecemos que se encuentren hoy acá. El objetivo de este espacio es darles a conocer esta Estrategia HILANDO, ponernos de acuerdo en su participación y por supuesto darle la bienvenida a este nuevo camino a la Reparación. En días pasados me comuniqué telefónicamente con cada uno/a de ustedes para realizar la invitación a este espacio...”.

EJEMPLO: *Mi nombre es Juana Valentina, pero me gusta solo 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 mujeres 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.

“Para nosotros es importante conocerlos y que nos conozcamos entre todos, ¿por esta razón quisiera que nos presentáramos diciendo nuestro nombre o el nombre que nos guste usar, y ¿por qué le pusieron ese nombre? y ¿qué cree que significa su nombre?”

Recuerde hacer el espacio relajado y tranquilo, empezando por su propia presentación y sin

dejar a ninguna persona sin nombrarse y contestarse alguna de las dos preguntas asociadas al nombre (por qué y/o qué cree que significa)

Una vez terminadas las presentaciones, el/la profesional psicosocial mencionará encuadrará la Estrategia como un derecho de las víctimas tan importante como la reparación por vía administrativa, así que es importante desarrollar y validar con los participantes por qué trabajar, abordar, sanar el sufrimiento (no olvidar) es un


 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 27 de 115

derecho fundamental tan importante como los demás derechos económicos y materiales, así mismo no debe olvidar los siguientes mensajes clave:

- Es una Estrategia de Reparación Integral de la Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas.
- Busca dar acceso prioritario a las medidas de rehabilitación, satisfacción y garantías de no repetición como derechos de las víctimas.
- Su participación es voluntaria.
- Es una estrategia en la que los participantes son los actores principales.
- Es un proceso y por lo tanto es importante asistir a todos los encuentros.

El/la profesional psicosocial mencionará que la rehabilitación, las medidas de satisfacción y las garantías de no repetición son tres de las medidas de reparación que harán parte de la Estrategia. Puede guiar la actividad compartiendo con el grupo algunas claridades respecto a:

- Son 9 encuentros;
- Cada encuentro tiene una duración aproximada de 3 horas;
- Cada grupo es conformado por máximo 20 personas;
- Es un grupo cerrado, que se termina de conformar en el 2 encuentro, después de eso, ya no pueden ingresar personas nuevas.
- Las personas que pueden participar en esta Estrategia han sido focalizadas, llamadas e invitadas a participar directamente desde la Unidad para las víctimas, sin embargo, pueden invitarse nuevas personas a participar de la misma en el mismo grupo o en otros grupos que se conformen, es su derecho.
- Es un proceso voluntario, nadie está obligado a participar ni en todos los encuentros ni en todas las actividades dentro de ellos. Sin embargo, es importante explicar la Estrategia como un proceso que se afecta si no se vivencia todo.
- 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”.
- Se espera llegar un ambiente que permita un diálogo de intimidad, privacidad y confidencialidad que permite compartir lo que se siente y piensa.
- Se basa en el respeto por las posiciones y experiencias de vida de sí mismo y de los otros/as.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 28 de 115

- Nada de lo que pase en el grupo puede ser juzgado, señalado, criticado o rechazado.
- El grupo es un sistema que se autorregula y se comporta de acuerdo con sus valores, intenciones, deseos y esperanzas; se retroalimenta de manera que es capaz de sostener, sanar, colaborar, construir y contener.
- Es un espacio donde lo más importante es escuchar, validar y compartir.
- Los encuentros grupales son un espacio construido por todas las personas presentes, no dependen exclusivamente de usted como profesional psicosocial, de tal forma, que todas las participantes se involucran y colaboran desde su propia experiencia y voluntad.


Momento 2: De los daños hacia la reparación y del sufrimiento a la recuperación.

El/la profesional psicosocial comenzará mencionando que todos los participantes de la Estrategia de Reparación Integral para adultos, de una u otra forma, sufrieron en el marco del conflicto armado, que esos hechos nunca debieron haber ocurrido, sin importar que hayan sido hace veinte, diez, siete o cinco años, que para algunos pudieron ser varios hechos en el marco del conflicto y que eso que ocurrió pudo dejar afectaciones o daños. Sin embargo, a veces nos es difícil entender que fue lo que pasó y cómo los afectó. Para esto, el/la profesional psicosocial expondrá un caso a los participantes y los invitara a que identifiquen y reconozcan los daños que ellos consideran que ha sufrido la persona del caso. La idea es que el/la profesional psicosocial le lea (idealmente que lo cuente de memoria como una historia fluida) a los y las sobrevivientes el testimonio, con el fin de ver de qué manera los participantes entienden la noción de daño.

Caso¹⁰:

María es una mujer que ha quedado viuda que se hace cargo de sus seis hijos. Al preguntarle qué hace para ganarse la vida ella respondió: "Hace dos años, llegó al pueblo un grupo armado y perdí a mi esposo, él era un líder de la zona, yo creo que por eso lo mataron, yo pensé que era el fin del mundo para mí y mis hijos. Nosotros dependíamos completamente de él para el sustento de nuestras necesidades básicas y la vida fue muy difícil durante unos meses. Me tocó salir con mis hijos a otro pueblo, lo dejamos todo, la finca, los cultivos, el ganado, solo nos llevamos algunas cosas de ropa. Cuando llegamos la gente nos miraba raro, sentimos que eso afectó nuestro

¹⁰ En los anexos se disponen de más versiones de casos en relación con otros hechos victimizantes para que el psicosocial pueda usar uno que haga eco en el grupo, ya que conoce previamente los hechos de los que han sido víctimas los y las participantes. Igualmente, podrá utilizar otra historia si considera que los/las participantes requieren de otro caso para reconocer los daños ocasionados en el conflicto armado colombiano. Por lo que se recomienda llevar varias opciones planeadas/estudiadas, ya que en este punto de conocimiento del grupo puede cambiar su percepción de este y utilizar otra versión de historia diferente a la planeada inicialmente

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 29 de 115

buen nombre, como si hubiéramos hecho algo. Así que empecé a cargar agua para abastecer los restaurantes del pueblo, cargaba 20 bidones de 20 litros de agua cada uno al día. Ese trabajo físicamente es pesado y me permitía ganar para poder comprarle comida a mi familia”.

Una vez terminada la lectura, el/la profesional psicosocial colocará una cartelera donde estarán los títulos: daño psicosocial, daño político, daño moral y daño económico.

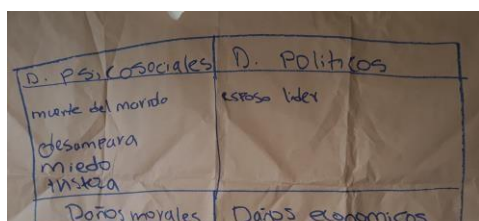
Daño psicosocial	Daño político
Daño moral	Daño económico

El/la profesional psicosocial le pedirá a los/las participantes que mencionen cuales daños creen que se encuentran en la historia de María y qué tipo de daño creen que es y los escribirá en la cartelera, explicando cada uno de los daños. Con ayuda de las siguientes definiciones, ira acompañando al grupo a que logre identificar los diferentes tipos de daño y por tanto, sus diferencias.




Recuerde:

El daño puede entenderse como las afectaciones causadas en las víctimas del conflicto armado a raíz de las violaciones a los DDHH y las infracciones al DIH ocurridas durante los hechos victimizantes. (UARIV, 2014). El daño "(...) tiene repercusiones en diferentes esferas del individuo [o del colectivo]" (CNMH, 2018, p.20) como lo son la política, psicosocial, moral y económica.



Daño político: afectación a la posibilidad de libre asociación, filiación y representación política de

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 30 de 115

individuos o colectivos. (CNMH, 2018) Además, implica también un impedimento de participación política. (UARIV, 2015).

Daño psicosocial: afectación negativa de la estabilidad, seguridad y capacidad para que las personas puedan decidir e incidir sobre sus vidas individual y colectivamente, de acuerdo con su vocación, sus metas y aspiraciones. (CNMH, 2018).

Daño moral: “puede interpretarse como la lesión que padece la víctima la cual está concebida como el dolor humano o sufrimiento que esta experimenta, y que, dada su naturaleza, corresponde al mundo de la sensibilidad espiritual y mantiene relación directa con la dignidad del ser humano” (CNMH, 2018, p.31) Además de esto, suele ser intangible y afecta el proyecto de vida de las personas (UARIV, 2015).


Daño económico: afectación a los bienes materiales, medios y recursos que le permiten a los individuos y colectivos desarrollar actividades para su manutención.

Riesgo e impactos desproporcionados:

Para jóvenes: en términos de desprotección frente a los diversos riesgos y peligros que amenazan directamente sus derechos en las esferas del maltrato, la violencia especialmente sexual, la explotación, la trata, la utilización en comercios ilícitos, el control social por los actores armados ilegales y la presencia de pandillas y grupos delincuenciales en sus lugares de asentamiento.

Para Mujeres: Violencia sexual o abuso sexual, explotación y esclavización para ejercer labores domésticas, reclutamiento forzado de hijos e hijas, persecución y asesinato por las estrategias de control coercitivo del comportamiento público y privado, despojo de tierras y de su patrimonio con mayor facilidad, y los riesgos derivados de su pertenencia a organizaciones sociales, comunitarias o políticas o de sus labores de liderazgo y promoción de los derechos humanos.

Para Personas Mayores: la posibilidad de ingresos se ve obstaculizada por las fracturas generadas por consecuencia de los hechos victimizantes a los que se ven expuestos, debido a son marginados de los espacios para impulsar proyectos productivos o emprendimientos, quedando expuestas a mayor riesgo de la pérdida de autonomía e independencia.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 31 de 115

Para Personas con Discapacidad: el riesgo que, por su extrema vulnerabilidad, puedan ser objeto de ejecuciones extrajudiciales para ser presentados como bajas de actores de grupos armados ilegales, discriminación y exclusión de los servicios de atención al desplazamiento, por barreras de acceso al entorno físico y al transporte, incremento de la discapacidad y/o se adquiriera una nueva discapacidad, por hechos asociados al conflicto.

Para Personas con Orientaciones Sexuales e Identidades de Genero no Hegemónicas: Discriminación sistémica del entorno la cual se traduce en crímenes de odio y violencia por prejuicio de las personas que los rodean, y esta se agrava con la violencia del conflicto armado, las cuales tienen por objeto, subordinar, normalizar, “corregir”, aleccionar o ejemplarizar, humillar y en todo caso, segregar a las personas de los sectores sociales LGBTI.

Para finalizar este momento, el/la profesional psicosocial les preguntará a las personas como se sintieron identificando los daños. Posteriormente, a través de la


dinámica de tingo, tingo, tango se realizarán algunas preguntas (cada vez que se diga tango, se hará una pregunta y luego si se desea se le preguntará al resto del grupo y se seguirá con la dinámica), no existen respuestas correctas o incorrectas, solo se desea llegar por consenso a varios conceptos que son importantes y se les preguntará:

1. ¿Cómo creen ellos y ellas como personas que vivieron hechos victimizante y sobrevivieron, que puede ser reparada la persona del testimonio?
2. ¿Qué podría hacer la sociedad civil para contribuir a la reparación de estos sobrevivientes?
3. ¿Qué podría hacer ella misma?

Recoja las opiniones de los participantes validándolas y posteriormente pregunte:

4. ¿Qué han escuchado ustedes acerca de la medida de rehabilitación? ¿Qué acciones conocen de rehabilitación?
5. ¿Para qué creen que sirve la rehabilitación?

Recoja nuevamente las opiniones validándolas y pidiendo al grupo, que piense ahora en la rehabilitación psicosocial, en su importancia para la vida posible, el lugar que tiene como derecho de las víctimas y cómo hace parte de las acciones de las cuales están invitados a ser parte.

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 32 de 115

6. ¿Han escuchado hablar sobre reconstruir memoria? ¿Qué creen que es eso?
7. De los daños que han sufrido las víctimas en el conflicto armado, ¿cuáles creen que no podrían ser reparables de forma material o económica?

Recoja nuevamente las opiniones validándolas y enlistando las acciones que efectivamente sean nombradas por el grupo y pueda ser interpretadas como medidas de satisfacción. Introduzca de manera sencilla, pero precisa, el concepto de medida de satisfacción y señale su importancia para la vida posible, el lugar que tiene como derecho de las víctimas y cómo hace parte de las acciones de las cuales están invitados a ser parte.

8. ¿Qué cree que se debería hacer para que los hechos de violencia no se repitieran?
9. Cómo ciudadanos, ¿qué acciones podemos desarrollar en nuestra comunidad que aporten a la no repetición de la violencia y a la reconciliación?

Recoja nuevamente las opiniones del grupo e introduzca el concepto de garantías de no repetición, pregunte al grupo luego ¿Para ustedes qué son las Garantías de no Repetición? Y concadene las tres medidas como parte de un todo que se concadena con sentido e impacto para la vida diaria de las personas, como parte de los derechos de las víctimas que ayudan a seguir adelante de una mejor manera para la vida emocional, social y comunitaria de las personas.


10. ¿Alguna vez han intentado ahorrar?
11. ¿Consideran importante ahorrar? ¿Por qué?

Recoja nuevamente las opiniones del grupo e introduzca el concepto de educación financiera, pregunte al grupo luego ¿Para ustedes qué es la educación financiera? Y concadene este concepto como parte de un todo con sentido e impacto para la vida diaria de las personas, como parte de los derechos de las víctimas que ayudan a seguir adelante de una mejor manera para la vida emocional, social y comunitaria de las personas.

Tenga en cuenta:

Para ayudar en la explicación, puede facilitar la actividad con ejemplos como los siguientes:

Rehabilitación: "A mí me quitaron parte de mi familia y han pasado muchos años en

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 33 de 115


los cuales puedo recordarlos y no sentirme tan triste, los recuerdo y eso me da más ganas de salir adelante”

Satisfacción y garantías de no repetición: “yo tuve que irme del pueblo porque la gente decía que yo era un guerrillero, me dio miedo y sentí que mi honra estaba herida, ahora necesito que me reconozcan que eso no es cierto pero que además generen acciones para que eso no le pase a nadie más en todo el pueblo.”

Educación Financiera: “me di cuenta de que es posible ahorrar, así sea con lo más mínimo... y con eso ir construyendo metas que me ayuden a estar mejor, como un negocio o una compra importante”

Una vez se aclaren estos puntos, el/la referente preguntará por el sufrimiento que estos daños conllevan, el dolor con el que se vive por la pérdida material, la pérdida del arraigo, el entre dicho del buen nombre y la pérdida del ser querido. Recogiendo las opiniones e intervenciones, enlazará estas a los objetivos de las medidas de reparación simbólica, mitigar el sufrimiento causado y el aporte que haría la participación en la Estrategia a la mitigación de este sufrimiento el aporte a la recuperación emocional de los y las colombianas a la que tienen derecho. “Porque sanar, tener una vida sin tanto dolor con herramientas que nos permitan seguir adelante y volver a ser felices, es un derecho que nos quitó el conflicto y que se debe recuperar”

Después de recoger estas intervenciones, se le dirá a los/las sobrevivientes que, así como ellos y ellas han reconocido aquellas herramientas que pueden contribuir a la reparación de las personas de los relatos, el Estado posee herramientas propias para reparar a las víctimas como las de las historias y como ellos y ellas. Acto seguido, el/la profesional psicosocial expone al grupo las medidas de reparación contempladas en la ley 1448 conectándolo con los daños previamente identificados.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 34 de 115



Nota:


Es importante que el/la profesional psicosocial permita aclarar la relación entre los diferentes tipos de daño y las medidas de reparación integral para que los/las

sobrevivientes comprendan la relación que tiene cada una de ellas y su reparación integral. Es decir, que los participantes comprendan la relación entre los daños y las medidas a las cuales tiene derecho como víctimas del conflicto armado colombiano.

Para recoger este momento del diálogo haga un ejercicio en el que los participantes identifiquen los mitos y las realidades sobre los objetivos y alcances de estas medidas, teniendo en cuenta la explicación que acaba de dar.

Tenga en cuenta:

Es fundamental estar abierto/a a escuchar todo lo que las personas necesiten y quieran decir frente a todas estas preguntas, sin la pretensión de resolver, aconsejar o encaminar las expresiones y opiniones de las participantes. Su postura ha de ser dialógica, lo cual implica aceptar lo que las personas manifiestan como parte de la conversación, incluso si lo que dicen no tiene que ver con el encuentro o si se trata de un malestar asociado a incumplimientos históricos o permanentes del Estado. Su responsabilidad es abrir y sostener el espacio de diálogo para que las personas puedan vivir la experiencia de una conversación abierta, en la que es posible la

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 35 de 115

expresión libre.

Es previsible que durante el encuentro se generen debates y opiniones encontradas entre los participantes, lo que puede generar situaciones difíciles de manejar. Si esto sucede, no pierda la calma, escuche y valide el malestar y los sufrimientos de las participantes. Su objetivo es lograr que la estrategia quede clara para que estas discusiones no afecten el desarrollo de los siguientes encuentros.


En este espacio, lo más importante es lograr que el grupo se dé cuenta e identifique de forma autónoma la importancia de las medidas de reparación simbólica, sin demeritar o negar el derecho a las otras medidas, esta es una oferta que se debe tomar además o mientras llegan las otras. De tal forma que los y las participantes tengan claridad sobre el espacio y tranquilidad sobre el alcance de este de manera honesta y real.

Compartir los Alimentos:

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. Se debe cuidar que el operador no realice acciones con daño en la entrega de los refrigerios y que estos se puedan compartir como grupo.

Momento 3: Acuerdos y procesos administrativos

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 36 de 115

Cuando se haya cerrado el trabajo anterior, llegando al objetivo propuesto, se propone a cada participante escoger una cinta o tira de color hecha en papel iris y que la coloquen, como una forma plasmar su compromiso para con él o ella y para con el grupo al participar en la Estrategia, en un pliego de papel *kruff*. Como una forma de motivar el trabajo en grupo, se les sugiere que se pongan de acuerdo en si las cintas tendrán una forma u orden específico, de tal manera que conformen una figura, o si las van a pegar indiferentemente en el papel. Cuando todos tengan su cinta pegada u organizada de la forma acordada, cada participante dirá su compromiso en voz alta: *Yo me comprometo a llegar puntual...* luego, el referente psicosocial podrá proponer otros elementos que sean importantes para participar en los Encuentros, dando ideas de algunos que pueden faltar e invitando al grupo a validar, o no, su importancia y 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

NOTA: Se sugiere que el profesional tome nota de los acuerdos, ya que estos no quedan escritos y puede ser importante que los repase al inicio de cada jornada

Hay muchas formas creativas de organizar las cintas-compromisos, lo importante es que cada participante incluya la suya (amarilla y verde o los colores utilizados) que se nombre y simbolice el compromiso adquirido y que su representación sea una acción conjunta, plástica y construido entre todos y todas.

Nota: Este momento le permitirá conocer más al grupo, sus habilidades y fortalezas, formas de participación e integración e incluso sus capacidades lecto-escritoras sin llegar a señalar o poner en evidencia a nadie.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 37 de 115



El/la profesional psicosocial continuará el encuentro mencionando que se diligenciará el listado de asistencia (Anexo: Formato de seguimiento y asistencia a encuentros), que es un documento que refleja que se realizó la convocatoria y es un proceso administrativo interno. Aclare que en ningún momento la firma del listado será usado para otros fines diferentes a la evidencia ante los órganos de control de la actividad desarrollada. Igualmente se debe explicar el sentido de cada casilla y el porqué de cada pregunta (Como Hilando no contempla el almuerzo, la casilla correspondiente debe estar pre diligenciada con la palabra NO)


Se debe socializar y aclarar el contenido del formato de consentimiento informado y rotarlo para que lo firmen los y las participantes. (Anexo del procedimiento), recuerde que las personas están obligadas a consentir los términos del consentimiento y que el consentimiento para la participación en HILANDO lo dan con la firma de la asistencia, este es un consentimiento para grabar, tomar fotografías y/o usar material de los encuentros para fines propios de la Unidad.

Finalmente, se le debe informar al grupo que desde Bogotá estarán pendientes del grupo, por lo que es posible que tengan una visita de otro psicosocial que apoyará previo aviso a todos y todas algunas actividades y que también podrán recibir llamadas validando su satisfacción con la Estrategia.

Momento 4 Cierre:

En el cierre del encuentro se aborda el trabajo con el álbum de la Estrategia, siguiendo las indicaciones dadas para este proceso transversal.

Una vez abordado el encuentro 1 en el álbum, para el cierre del encuentro se sugiere realizar un círculo con el grupo, donde se repase brevemente las acciones realizadas en la jornada y cada persona pueda decir en una palabra qué se lleva del espacio y lo vivido durante el encuentro.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 38 de 115

Recuerde: La participación de las víctimas en la estrategia es voluntaria, en ningún momento está ligada la participación a la entrega de la indemnización por vía administrativa, los grupos deben ser máximo de 20 personas, la periodicidad semanal y sólo se permite el ingreso de nuevas personas al grupo en el encuentro 2.

6.4.2. Encuentro 2: “Confianza en mí mismo y en otro”

Objetivos:

- Fortalecer el vínculo de confianza entre los participantes y el/la profesional psicosocial para generar adherencia al proceso.
- Brindar a los y las sobrevivientes participantes, herramientas psicosociales de contención emocional y regulación física.
- Abordar la memoria como parte del proceso de recuperación emocional y mitigación de los daños.


Actividad	Duración
Momento 1: Bienvenida y acogida	30
Momento 2: Aspectos administrativos	20
Momento 3: Autorregulación física y contención emocional	20
Refrigerio	15
Momento 4: Hilando la memoria ¿qué recuerdo?	50
Momento 5: Construcción de la iniciativa de memoria	30
Momento 5: Cierre	15

Momento 1: Bienvenida y acogida

Antes de iniciar con el encuentro 1, es importante disponer del espacio de tal manera que no se genere una percepción de verticalidad entre los participantes ni entre ellos y el/la profesional psicosocial. Para ello, siempre se deben disponer las sillas en forma circular y el/la profesional psicosocial hará parte de este círculo.

No olvide las recomendaciones del encuentro 1 en cuanto a que usted es la persona encargada de facilitar el espacio y es el punto de referencia inicial de los participantes;

Si llegan participantes nuevos, es importante que estos se presenten al grupo y puedan escuchar de parte de todas las generalidades de lo trabajado en el encuentro anterior.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 39 de 115

JUEGO DE TARJETAS:

Se distribuye a cada participante una tarjeta, un marcador y una cinta. El profesional psicosocial solicita a todos que coloquen su nombre en forma vertical, en el margen izquierdo de la tarjeta. Se indica que busquen para 3 letras del nombre, 3 fortalezas que tienen como persona y que éstas deben ser escritas en la tarjeta a continuación de la letra elegida como en un acróstico (ver ejemplo). Luego se les pide que se coloquen la tarjeta de forma visible para todos.

Ejemplo:

Amigable

N

Amable

Después de esto, se les invita a que cada participante se presente en primera persona con sus cualidades. Terminada la dinámica, es importante recoger con el grupo cómo se sintieron al realizar el ejercicio, si conocían estas y otras cualidades, evidenciado en todas las otras características como fortalezas y habilidades que no alcanza a cubrir su nombre, se invita al grupo a pegar o transcribir en el álbum su tarjeta, junto con las otras cualidades que una compañera o compañero haya enunciado y que él o ella también reconocen en ellos.


Esta actividad debe poder involucrar a las personas que no tienen habilidades de lecto-escritura, en cuyo caso, el psicosocial será el escribiente únicamente.

Momento 2: Aspectos administrativos

El/la profesional psicosocial mencionará que es necesario en cada encuentro firmar el listado de asistencia, recordando que las firmas serán sólo utilizadas para esos fines (Anexo: Asistencia y seguimiento a encuentros y Anexo: Un consentimiento

Informado Adultos para las personas nuevas, se recomienda no usar el mismo del encuentro 1) y son procesos de carácter administrativo requeridos para dar soporte documental al grupo que ha constituido.

Se diligencia el listado de asistencia (se recomienda llevar pre diligenciado los aspectos repetitivos de la lista y que no varían) explicando a las personas que se debe dejar un registro de la asistencia que tendrá un carácter de confidencialidad, y explicándoles que es posible que en algún momento puedan recibir llamadas dentro del proceso para verificar la información y la asistencia a sus encuentros, así como

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 40 de 115

su nivel de percepción del proceso realizado.

De igual forma se les mencionará a las personas que de necesitar alguna oficialización de su participación en el proceso podrá solicitar al profesional el Certificado de Asistencia a los Encuentros (para permisos laborales), Anexo: Certificado de asistencia, con la finalidad de facilitar la asistencia efectiva a los encuentros. Pero recuerde que la Estrategia no es un taller o proceso formal o informar de capacitación o formación, por esto no se entrega un certificado de haber culminado el mismo.

Nota: Si durante los encuentros el/la profesional psicosocial detecta que alguna persona participante del proceso requiere de atención complementaria (ya sea en la línea de atención psicosocial o de atención integral en salud¹¹) podrá realizar, previa autorización de la víctima, la remisión respectiva de manera directa ante el ente competente (Ministerio de Salud y Protección Social o su red local, ya sea PAPSIVI o la Secretaría de Salud, con copia al enlace de víctimas municipal, una copia para la víctima remitida y una tercera copia para cargue de soporte al aplicativo MAARIV) a través del Anexo: Formato de remisión de casos al PAPSIVI.

Momento 3: Autorregulación Física y Emocional¹²:

El/la profesional psicosocial articulará las ideas alrededor de las habilidades, cualidades y fortalezas que salieron a la luz con el ejercicio de las tarjetas, con la importancia de aprender otras habilidades para poder manejar mejor las diferentes situaciones del día a día que nos pueden desbordar emocionalmente y causar,

¹¹ https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/Victimas_PAPSIVI.aspx


¹² Nota para los y las profesionales psicosociales: Pueden ver el siguiente video de respiración como ejercicio de contención emocional <https://www.youtube.com/watch?v=PUeoOGeClmc&t=11>

incluso, afectaciones físicas. Dirá, entonces, a los y las participantes: “Les voy a mostrar una respiración distinta a la que usualmente hacemos. Aprendimos a respirar llenando los pulmones de aire y contrayendo el estómago. Esta respiración se llama “abdominal” porque consiste en llenar de aire el estómago al inspirar y exhalar contrayendo el estómago”.

El/la profesional psicosocial les pide a los participantes que lleven su mano al estómago ubicándola debajo del ombligo y les dice que realizarán un ensayo para

¹¹ https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/Victimas_PAPSIVI.aspx

¹² Nota para los y las profesionales psicosociales: Pueden ver el siguiente video de respiración como ejercicio de contención emocional <https://www.youtube.com/watch?v=PUeoOGeClmc&t=11>

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	<p>ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO</p>	<p>Código: 400,08,20-8</p>
	<p>PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL</p>	<p>Versión: 04</p>
	<p>PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES</p>	<p>Fecha: 04/06/2021 Página: 41 de 115</p>

aprenderla.



aire suavemente”.

Posteriormente, se les indicará: “Inhalen por la nariz llevando el aire al estómago, dejando que se infle como un globo y sintiendo cómo su mano se levanta con el movimiento del aire en el estómago. Allí, sostenga la respiración un segundo y sienta su ombligo lejos de la columna vertebral. Ahora, va a exhalar por la nariz o por la boca, como le sea más cómodo, llevando el ombligo hacia dentro, como si quisiera pegarlo contra la columna, dejando salir el

Se proseguirá con: “realizaremos esta respiración primero tres veces para acostumbrar al grupo, hasta que los participantes sientan que el aire entra y sale por las fosas nasales armónicamente guiado por el movimiento del estómago.

La instrucción que deben seguir es: inspiramos hasta inflar el abdomen, sostener el aire y soltarlo suave y lentamente.


El/la profesional psicosocial va haciendo el ejercicio de respiración de manera audible para que los participantes lo puedan seguir.

Tras los tres ensayos, el/la profesional psicosocial dirá: “continúen respirando así y ahora piensen en lo que su familia se alegraría que sanaran en este proceso”.

El grupo realizará el ejercicio de nuevo durante otras tres veces o hasta que el/la profesional psicosocial reconozca que el ritmo de la respiración en cada uno de los participantes es ahora más pausado y profundo.

Algunas claves para orientar el ejercicio:


- Pedir a los participantes que se pongan de pie.
- Usar las ideas del video sugerido para compartir con las personas los beneficios que trae al cuerpo emocional la realización de este ejercicio; usar un lenguaje simple y

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 42 de 115

mostrar con el propio cuerpo el movimiento de este tipo de respiración.

- Hacer referencia a cada parte del cuerpo involucrada en el proceso de respiración y ayudarles a las personas a identificar cómo pasa el aire por cada lugar. Para esto, el profesional puede decir: "sienta cómo entra el aire por su nariz, cómo pasa por las fosas nasales, baja por la garganta, llega al abdomen y se exhala de forma consciente pasando por cada una de las partes"
- Hay que apuntar que la respiración es un ancla, que permite centrar la mente y el cuerpo en el aquí, en el ahora y en el nosotros.
- Resaltar que lo primero que se afecta en momentos de angustia o tensión es la respiración, debido a que es lo primero que descuidamos. (Ejemplo, cuando nos da un picotón en el estómago, afectamos la respiración o cuando nos van a aplicar una inyección, contenemos la respiración). Debe afirmar que el utilizar la respiración como un mecanismo de defensa es bastante perjudicial, pues esto hace que el cuerpo se contraiga y su nivel de oxígeno sea mínimo. Esto, entonces, hace que la tensión y el dolor aumenten.

Nota: Es importante que las personas vean los ejercicios de respiración como algo cercano y replicable en momentos de desborde emocional, por eso es importante que comparta las consecuencias de una mala respiración y los momentos en que pueden usar está en su vida diaria y en la Estrategia para poder regularse, tener un control, físico y emocionalmente, indiferentemente de las noticias y situaciones que se afrontan.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 43 de 115

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

Espacio para Compartir de los alimentos

Momento 4: Hilando la memoria ¿Qué recuerdo?

Para dar paso al siguiente ejercicio el/la profesional psicosocial realizará la siguiente reflexión: "¿Ustedes han escuchado qué es el 9 de abril?, recogiendo las respuestas del grupo aclara el sentido y significado de esta fecha y continuará: ¿qué pasaría si esta fecha no existiera? ¿Si no se hubiese reconocido esta fecha y no se recordará lo que significa?" Recogiendo las opiniones, el/la referente continuará: lo que podría

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	<p>ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO</p>	<p>Código: 400,08,20-8</p>
	<p>PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL</p>	<p>Versión: 04</p>
	<p>PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES</p>	<p>Fecha: 04/06/2021 Página: 44 de 115</p>

pasar en unos años es que nadie se acordara del conflicto en Colombia y sus nietos o los nietos de otras víctimas no sabrían lo que vivieron sus abuelos y abuelas, ¿están de acuerdo?

“Para seguir encontrándole un sentido a hacer memoria, les propongo que hagamos un ejercicio de historia”.

Posteriormente, pida a las personas del grupo que durante dos minutos piensen en 5 características que recuerdan de la vida y obra de Simón Bolívar. Una vez, las personas tengan las características identificadas, pida que, de manera voluntaria, expongan lo que recuerdan de Simón Bolívar. No se requiere que todas las personas participen, pero promueva la participación del grupo, valide naturalmente como conocimiento las rimas y coplas propias de la infancia en relación con Simón Bolívar y con todo lo dicho, reconstruya una biografía de Simón Bolívar para que el grupo la valide. (Pida a las personas que no usen celulares para hacer esta actividad e invítelas al reto de hacer memoria, siendo válido el poco o gran conocimiento de todas las personas)

Ejemplo:


- Libertador de 5 naciones
- Primer presidente de la nueva granada
- Nació en Caracas y murió en Colombia
- Héroe

Luego pida al grupo que piense en 5 características que recuerden de la vida y obra de Benkos Biohó (Se pronuncia Biojó). Para esto de un tiempo máximo de cinco minutos, no es necesario profundizar.

El resultado esperado es que las personas no conozcan o conozcan poco de Benkos Biohó. Si alguna persona conoce la historia de Benkos¹³, permita que ella la socialice, de lo contrario cuente usted la historia.

Para realizar esta actividad, y de acuerdo con el contexto en el que se desarrolle, el/la referente psicosocial, puede seleccionar otros personajes diferentes a Benkos, ya que para un grupo mayoritario de mujeres tendrá más sentido preguntar por Casilda, María Cano o Betsabét Espinal o en el caso de población obrera, se puede

¹³ Se recomienda que el psicosocial memorice la historia y la relate de manera fluida y clara, enfatizando en los logros del libertador Benkos y sus asanas en beneficio de la población afrodescendiente del país y ejemplo para la liberación del resto de Latinoamérica. Dar contexto sobre el por qué entonces, en San Basilio Palenque la Estatua del parque principal es la de Benkos y no la de Simón Bolívar, así como en Pasto y la relación de este con la navidad negra, enriquecerá el interés y objetivo de la actividad.

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 45 de 115

recurrir a la historia de otros hombres que han ayudado a hacer historia en el país.

El éxito de esta actividad depende de lograr en la segunda parte del ejercicio que los personajes sean completamente desconocidos para la mayoría de 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.

Después de socializar las biografías del personaje o personajes seleccionados se reflexionará y dinamizará la conversación en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Benkos Bioho (María Cano, Betsabet, Casilda...) son importantes para la historia de Colombia?
- ¿Por qué creen que son importantes?
- ¿Por qué sabemos más de Simón Bolívar que de Benkos?
- ¿Por qué es importante la memoria? ¿Qué podemos hacer para preservar la memoria?


Una vez el grupo haya realizado su reflexión, complementa con lo siguiente:

“La memoria es una herramienta para sanar, para conmemorar y hacer homenaje a las víctimas, para recordar de una forma diferente, para transformar los imaginarios que permitieron o justificaron los hechos de violencia y para exigir verdad y justicia”.

Continuando: “Les voy a contar una historia más. ¿Ustedes han escuchado de las Mujeres Bordadoras de Esperanza de Bojayá? (Si los participantes no conocen la historia, realice un breve contexto: el 2 de mayo del 2002, durante un enfrentamiento entre la antigua guerrilla de las FARC y las Autodefensas, los habitantes del corregimiento de Bojayá en Chocó se refugiaron en la iglesia del pueblo, donde posteriormente cayó un cilindro bomba causando una masacre que afectó a toda la comunidad).

Esta es la historia de estas mujeres (proceda a leer el siguiente texto que debe haber impreso previamente. Hágalo de una forma pausada y solemne): “Al final de la década de 1990, cuando la situación de conflicto y el miedo se agudizaron, las mujeres con el apoyo de la iglesia recobraron y promovieron actividades que la

contundencia de la guerra parecía arrebatar. Después de la masacre del 2 de mayo, el grupo fue sostén moral para que las mujeres se desahogaran y pudieran «despejar la mente». La posibilidad de conversar sobre los que ya no estaban o sobre la pérdida de sus familiares, el dolor y el vacío profundo que generó la masacre las condujo a la elaboración y bordado de un telón en memoria y dignificación de las víctimas, de

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 46 de 115

cinco metros de largo por cuatro de ancho, con los nombres de las víctimas, y al lado de cada uno se incluyen figuras representativas del territorio del Atrato: peces, botes y flores. La realización duró cerca de tres meses, cada mujer bordó un nombre y al final entre todas unieron uno a uno los retazos sobre un fondo que protege y asegura todas las tiras. ... ¡El día del acabado final fue muy bonito! Hubo fotos, abrazos y aplausos... fue un momento muy especial, como de poder hacer algo bonito, de sus propias manos, para ellos... sus muertos...”

Este texto fue tomado del Informe del Centro Nacional de Memoria Histórica “Bojayá la guerra sin límites” (<http://www.centrodememoriahistorica.gov.co/2014-01-29-15-08-26/bojaya-la-guerra-sin-limites>) y da cuenta del impacto que han tenido los ejercicios de memoria que han desarrollado las comunidades, las organizaciones y en general las víctimas, para alzar la voz, para contar la verdad, como una forma de resiliencia y también como una forma de resistencia.


Ahora, continúe con la siguiente reflexión, de acuerdo con el caso de las mujeres bordadoras de esperanza: “ahora sabemos más de ellas o sabemos que existen porque han dejado una memoria, con una canción, con un baile, una obra teatral, con un tejido, entre otros, que realizaron a través del trabajo conjunto y comunitario, como parte de lo vivido y de lo que hicieron más allá de los hechos de dolor. Quiero hacer una invitación para que dejemos también una memoria de este grupo, porque recordar puede ser muy doloroso, pero también recordar también es posible para sanar”

Valide con el grupo: ¿es posible que la memoria de las víctimas, su dignificación, su voz ayude a sanar algunas heridas o a mitigar algo el sufrimiento? La idea es que lo intentemos todos juntos”

Recuerde que el principio de la recuperación emocional que incorpora HILANDO, no se basa en la incorporación del olvido a la vida, esto no es posible en realidad, sino la incorporación del sufrimiento a la vida.

Momento 5: Construcción de la Iniciativa de Memoria

El/la profesional psicosocial contará con un conjunto de 5 (cinco) imágenes impresas por ambas caras, que corresponderán a 5 ejemplos de iniciativas de memoria. Cada imagen mostrará un momento del proceso o del resultado final de la iniciativa. Esta imagen se entregará en digital y debe ser impresa en tamaño carta, en formato horizontal. Se imprimirán 5 copias de cada imagen, para un total de 25 en total. Estas hojas deben ser insertadas cada una en un sobre plástico para documentos, o en caso de no encontrarse, en fundas de polipropileno de apertura superior, tamaño carta,

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	<p>ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO</p>	<p>Código: 400,08,20-8</p>
	<p>PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL</p>	<p>Versión: 04</p>
	<p>PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES</p>	<p>Fecha: 04/06/2021 Página: 47 de 115</p>

formato vertical, del mayor grosor posible.

El/la profesional psicosocial continuará la actividad dando una imagen a cada uno de los integrantes del grupo. Como hay al menos 5 copias de cada imagen, varias personas del grupo tendrán la misma. El diálogo se inicia pidiendo que levanten la mano quienes tengan la imagen X. El/la profesional psicosocial preguntará: ¿que vemos en esta primera imagen? Mientras las personas que tienen esta primera imagen van hablando, se pide a uno o dos miembros del grupo que tengan esta imagen que la hagan circular entre las demás personas. Una vez se escuchen todas las opiniones del grupo, el/la profesional psicosocial contará sobre qué se trata esa imagen, cuál es su contexto. Y así sucesivamente con las otras 4 imágenes.

Una vez se han comentado todas las imágenes correspondientes a acciones de memoria, el/la profesional psicosocial preguntará al grupo: ¿qué piensan de estas acciones?, ¿cuál les gustó más?, ¿por qué?, ¿alguna de estas acciones le ha hecho pensar en su comunidad?

Para finalizar pida a los participantes que para el siguiente encuentro piensen en ideas para construir una acción de memoria en el grupo, para ello es importante tener claro cuál es esa memoria que quisieran contar y de qué forma la quisieran contar. ¿Para qué se usará la memoria, para sanar, para que no se olvide, para dignificar?


Momento 6: Cierre

Se invitará al grupo a utilizar el álbum de la Estrategia. Y el encuentro se cerrará con un abrazo colectivo donde se realicen algunas respiraciones en medio de las cuales el psicosocial realizará señalamientos en relación con las fortalezas y características del grupo, la dignidad, la memoria y la sanación, de forma que sienta al grupo armonizado y en equilibrio. A este abrazo grupal y respiraciones se puede

incluir un balanceo que *arrulle* los pensamientos y emociones del grupo y que van a ir aflorando con los señalamientos del psicosocial.

NOTA: El referente psicosocial recordará el día y hora del siguiente encuentro y además de recordar al grupo la “tarea” de pensar en una iniciativa de memoria, les pedirá que en el siguiente encuentro lleven alguna planta a la que le reconozcan poderes medicinales como el ajo, la hierbabuena, el orégano, la menta, manzanilla, eucalipto, jengibre, ortiga, caléndula...etc.)

4.2.3. Encuentro 3: “El espiral de la vida”

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 48 de 115

Objetivo:

Reconocer los mecanismos de afrontamiento que han tenido los y las víctimas durante el transcurso de su vida, de esta forma que contribuya a la construcción identitaria como sobrevivientes y la reconstrucción o fortalecimiento de otras identidades más allá del ser víctimas.

Actividad	Duración
Momento 1: Bienvenida y acogida	20
Momento 2: Aspectos administrativos	10
Refrigerio	15
Momento 3: Espiral de la vida	80
Momento 4: Cierre – La pomada del alivio y construcción de la iniciativa de memoria	40

Momento 1: Bienvenida y Acogida

Alguien que me quiere mucho - 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 permitirle hacer parte del espacio, su puntualidad y asistencia y tomará la lista de 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:

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 49 de 115

- “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 las quiere mucho, amiga, amigo, hijo, padre, madre, hermano, tía, cuñada, vecino...una persona que saben que pesar de todo, las quiere mucho. 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 sepreocupa 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 una estaba ubicada 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 con: ¿cómo se sintieron escuchando lo que su ser querido dice de ustedes? y cerrando alrededor de la importancia de cada uno como únicos para ellas mismas y para los otros.


Momento 2: Aspectos administrativos

Se realizará el diligenciamiento del listado de asistencia recordando que hace parte del proceso de estar aquí compartiendo y viviendo juntos esta experiencia.

Compartir de los alimentos.

Momento 3: Espiral de la vida

El/la profesional psicosocial entregará a cada participante dos metros de lana y en

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 50 de 115

medio del salón de forma accesible, el/la profesional psicosocial coloca los papeles en forma de piedras y flores de diferentes tamaños (debe calcular al menos 10 piedras y 10 flores por cada participante) si en el entorno del lugar del encuentro puede recoger flores y piedras naturales también puede pedirle al grupo que entre todos traigan unas. Luego, el/la profesional psicosocial explicará que la lana se usará para representar la vida de cada persona y les pedirá que peguen en el piso la lana por sus extremos, siendo una punta de la lana (centro) un momento de su infancia que recuerden y la otra punta su futuro. Se sugiere que esta figura sea en forma de espiral para representar que la vida es cíclica y no lineal.

El/la profesional psicosocial pregunta al grupo qué creen que son las flores y por qué hay tamaños y colores diferentes. Recoge las respuestas del grupo, con las mismas palabras de quienes hablaron, avalando así la palabra de quien ha participado. Añade que el significado de las flores y las piedras será usado de acuerdo con la experiencia particular de cada uno, aclara que las flores no necesariamente representan todo lo bueno que le ha ocurrido en la vida, ni las piedras lo malo. Tanto las piedras como las flores están allí para representar todo aquello que les ha dado alegría como dolor, valor para seguir hacia adelante y a su vez, para representar todo aquello que ha sido difícil de asimilar. Así es que, incluso los tamaños pueden ser usados para mostrar el significado particular que cada uno les da a los acontecimientos de su propia historia.

NOTA: Se puede profundizar un poco en la metáfora de la espiral y la vida en relación con 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 en contraposición a la construcción lineal de picos y ascensos que se ha popularizado sobre la vida.

El/la profesional psicosocial indicará, al grupo que piensen en algún momento significativo y escojan la piedra, flor u otro símbolo hecho en papel, con el que identificarán en el espiral de la vida cada hecho significativo.



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/la profesional psicosocial debe pasar por todas las personas y apoyar la representación de estos momentos significativos. Luego, el/la profesional psicosocial 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, en la vejez. Puede tomar ejemplo de eventos generales, como el matrimonio o las separaciones, los nacimientos y las muertes. Siempre tratando de llevar a las y los participantes a la identificación de los diferentes momentos y episodios que han marcado la vida y han generado aprendizajes significativos que nos han permitido ser quienes somos. Esos momentos pueden estar acompañados de múltiples emociones entre esos dolores y alegrías. Es posible que las personas también identifiquen situaciones significativas en la que estos dos y 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.

El/la profesional psicosocial deberá ser cuidadoso para evitar el impulso de inducir algún momento de la vida como "positivo" o "negativo" pues son las personas 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 los símbolos de flores, piedras u otros.

El/la profesional psicosocial deberá cuidar que cuando las personas estén en el presente, hayan ocupado cerca de un metro de la lana e introducirá la pregunta por un hecho del pasado, diciendo: "si miraran en la espiral del pasado, ¿a qué hechos

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 52 de 115


les darían un nuevo tamaño de piedra o flor?, ¿Qué cosas ya no duelen tanto como en el momento en que ocurrieron? o ¿qué cosas ya no dan tanta alegría como antes? ¿O tanta rabia? ¿O tanta frustración? ¿Desesperanza? y para profundizar la reflexión sobre los hechos del pasado, el profesional puede pedirles que mirando a la espiral del pasado escojan uno de los momentos significativos y se pregunten ¿qué les enseñó esa experiencia? y luego de escuchar los aprendizajes, pregunte ¿qué símbolo les gustaría darles a esos aprendizajes que transformaron la persona que ustedes eran antes de eso que les pasó? y lo ubican en su espiral. Ahora, mirándolas todas, ¿hay alguna otra que merecería que le cambiaran el símbolo porque fue una experiencia que les transformó y enseñó algo valioso para sus vidas?, ¿qué cosas que antes eran flores, o piedras, al verlas hoy desde la distancia del presente, puedendecir que ya no son eso sino otro símbolo?

Cuando, el/la profesional psicosocial vea que las personas hacen el ejercicio, continuará con las indicaciones hacia el futuro: “¿Qué cosas creen que pasarán de ahora en adelante en sus vidas, qué piedras y flores podrán encontrar? El/la profesional psicosocial esperará a que todos realicen el ejercicio con al menos tres proyecciones más de vida, para luego pedirles que observen la manera en que el espiral de la vida continua, se mueve y cambia, porque esta no acaba aún y ellos podrán seguir construyendo en medio de las dificultades y las alegrías la vida que deseen, ya que ellos son dueños de la forma en que afrontaran lo que viene en sus vidas.



Al final, el/la profesional psicosocial invita a las personas, que lo deseen, a contar cómo se sintieron realizando esta actividad. Validando el proceso que las y los participantes describen de acuerdo con los significados que las piedras y las flores les permitieron ir deconstruyendo. Es importante que el/la profesional psicosocial se enfoque en resaltar, aquello que aparece en las narraciones de las personas como experiencias de valor que les ayudaron a seguir adelante, en todas las situaciones, no solo en el hecho victimizante, pero cuidándose de no olvidar indagar por la sensación final, al observar ¿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?

El/la profesional psicosocial recoge las respuestas del grupo, con las mismas palabras

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 53 de 115

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 como éstas. Si las personas han representado hechos de violencia, en general, el profesional debe señalar que eso que les sucedió no debió haber ocurrido jamás.

Para finalizar esta actividad el/la profesional psicosocial preguntará a los participantes ¿Qué quieren hacer con su espiral de la vida?, debe permitir que las respuestas sean espontáneas y realmente genuinas (habrá personas que no quieren volver a ver su espiral y dejarlo tirado en el salón, otras que lo quieren llevar para sus casas, otras que quieren recoger su espiral rápidamente para hacer un cierre de su espiral). Luego de permitir estas respuestas, genera la reflexión sobre ¿Cómo quieren recoger los materiales de la espiral?, ¿Quieren primero recoger sus flores o


Tenga en cuenta: Es muy importante que el/la profesional psicosocial esté atento 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.

sus piedras? ¿Quieren recoger todo de una vez? Se invita al grupo a que escojan algunos símbolos para pegar en el álbum para recordar el Espiral y su significado.



Momento 4 Cierre - Construcción de la iniciativa de memoria- La pomada del alivio

Se invita al grupo a socializar sus ideas sobre lo que podría ser la iniciativa de memoria que ellos construirían, dando aún más ejemplos de iniciativas posibles y reales, pero siempre en relación con lo que significaría para ellos esta acción, como personas y como grupo. Se debe promover un diálogo abierto alrededor del sentido de las medidas propuestas y empezar a perfilar las alternativas más significativas, pero dejando abierta la posibilidad de pensar más a medida que el grupo avanza. El grupo debe saber que se retomará esta construcción en el quinto encuentro, para

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 54 de 115

que media que viven más cosas juntos, puedan pensar en la iniciativa de memoria y su objetivo


La pomada del alivio

Para esta actividad el profesional psicosocial introducirá la siguiente reflexión: “a los seres humanos nos atraviesa lo simbólico, esto quiere decir que somos seres de rituales, de costumbres, que nos conectamos a través de la historia de nuestros ancestros y de nuestra herencia social y cultural, en nuestra vida cotidiana cuando sentimos dolores físicos solemos recurrir a medicinas para aliviar dichos dolores, en algunos casos recurrimos a medicinas naturales que nos ayuden a minimizar los síntomas, cuando tenemos algún malestar o un dolor emocional solemos pensar que el tiempo es el único que cura, y pensamos que no existe una medicina que nos ayude a aliviar dicho dolor emocional, pero también recurrimos a los recursos que tenemos en nuestro entorno para curarnos, lo que nos han enseñado los abuelos y abuelas sabias de nuestras comunidades, de nuestros propios padres y otras personas que nos dan ejemplo y guía. Les voy a contar la historia de un grupo de mujeres valientes y luchadoras que al igual que muchas otras han sufrido el horror de la guerra, desarrollaron una fórmula magistral para aliviar esos dolores emocionales que tuvieron a raíz de todo lo que vivieron, utilizaron ingredientes que

cada una de ellas aportó, ingredientes que solo tenían ellas y que los podían encontrar buscando dentro de su alma y sus corazones, aportaron sus fortalezas, sus sueños, sus habilidades. Se pusieron todos los ingredientes en un recipiente y así construyeron su fórmula magistral una pomada que les aliviaba el dolor del alma. ¿Recuerdan ustedes también cuando pequeños; nuestros padres, cuidadores o vecinas recomendaban pomadas, ungüentos, cremas y otras para poder sanar las heridas o dolores que teníamos?” se deja un espacio para que con palabras de las participantes se dé lugar al conocimiento y experiencia que se tiene al respecto.

El profesional psicosocial continuará con la reflexión: “recuerdan que en nuestro anterior planteamos que debían traer algunas plantas que los han curado o sanado en algún momento de sus vidas, pues hoy vamos a utilizar ese recurso de la tierra, es así como la propuesta para esta actividad es que entre todos de manera colectiva podamos construir nuestra propia pomada, una pomada que nos alivie esos dolores que nos han acompañado hasta ahora, ¿qué les parece? (permitir que el grupo conteste).

Nota: El/la profesional psicosocial deberá llevar un variado número de plantas tradicionalmente reconocidas como medicinales por si algunas personas olvidan llevar esta. Preguntando por si reconocen la planta y sus aportes a la salud las entregará a los participantes.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 55 de 115

El/la profesional psicosocial invitará a cada participante que diga qué planta trajo y los beneficios que tiene para la salud o la enfermedad colocando ésta en un recipiente ubicado en el centro del círculo. Cuando todos hayan puesto la planta, el/laprofesional psicosocial mezclará todo con un poco de aceite de almendreras, creandoun unguento para este grupo.


Tenga en cuenta: En este punto el profesional psicosocial deberá introducir la reflexión sobre las prácticas tradicionales que se tienen en Colombia y posibilitar que si alguna persona no comparte esta mirada puede acompañar el ejercicio, pero no necesariamente participar de él, si tiene alguna creencia religiosa debe ser respetada y hacer sentir a la persona y al grupo que se es respetada. Aunque se debe hacer el esfuerzo por convocar en la actividad a todo el grupo y su conexión con las plantas y “remedios caseros” que todos usamos, sin que si sienta como una trasgresión religiosa o cultural o una invitación a una práctica religiosa o cultural ajena.

De igual forma se debe promover que si hay personas en el grupo que tienen conocimiento de plantas puedan participar más activamente del ejercicio, recoger las prácticas tradicionales de los territorios es un recurso valioso y da más potencia a la actividad.

Se continua con la construcción de la pomada del alivio colectivamente y se le pide a cada participante que diga unas palabras que quiera poner en el unguento y que genere bienestar y cuidado a quienes las oigan, por ejemplo, “que este unguento este lleno de amor para todos”.

Se prosigue con la aplicación real de la pomada del alivio, se pide a los participantes que se giren a la derecha quedando en pareja con la persona que tienen al lado, todos deben quedar con pareja si el grupo es impar el psicosocial completará los dúos. Cada persona tomará del recipiente un poco de aceite aromatizado con las plantas que tiene y tomando las manos de su pareja le dirá: Yo te aplico esta pomada del alivio para tus dolores físicos y emocionales porque yo creo en ti (o usted, según el uso de la región), luego se cambia el rol y se sugiere dar las gracias a la persona que da el aceite y las palabras. Aunque el contacto físico es poco y no se trata de llenarse de aceite, se dispondrán de paños húmedos o servilletas para retirar el exceso de aceite de quien quiera hacerlo.

Nota: El contacto con las manos del otro y el masaje con la pomada del alivio responderá a la dinámica del grupo y sus características. Por ejemplo, en el caso de solo mujeres se puede promover un masaje un poco más prolongado y cuidadoso, en los grupos de hombres o mixtos el contacto podrá ser solo esparcir

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 56 de 115

superficialmente en las palmas el aceite, lo importante es el poder simbólico de la actividad. También se puede promover que luego de recibir la pomada y las palabras, cada persona se dé un masaje con este, repitiendo: yo creo en mí.

Para finalizar la actividad se continua con música de fondo, se les pide a los asistentes que caminen en el espacio y cuando el/la profesional psicosocial lo indique deben parar, identificando la persona con la que hayan quedado al frente o cerca, la deben tomar de las manos o mirar, diciendo las siguientes palabras: espero que la pomada del alivio sea para ti un símbolo de fortaleza y fuerza para continuar tu camino. Se finaliza el momento y el encuentro llamando a un abrazo colectivo donde se agradece al grupo por estar presente y diciéndoles: gracias por existir. También se invita a los participantes que quieran a decir una frase corta de agradecimiento para el grupo.

5.2.4. Encuentro 4: "Simbolizar para acoger el sufrimiento"

Objetivo:


Validar la experiencia emocional de los y las sobrevivientes como expresiones naturales ante eventos extremos producidos en el marco del conflicto armado.

Facilitar la experiencia emocional de los y las víctimas/sobrevivientes producto de las afectaciones generadas por los hechos de violencia con el fin de simbolizar y permitir su integración a la historia de vida.

Validar el sufrimiento en el reconocimiento del sentido de resistencia que han tenido los y las sobrevivientes y afianzar los recursos con los que ha contado antes y después del hecho victimizante.

Actividad	Duración
Momento 1: Bienvenida y acogida	10 Min
Momento 2: Aspectos administrativos	10 Min
Refrigerio	15 Min
Momento 3: Relajación progresiva y Visualización	20 Min
Momento 4: Simbolizar para acoger el sufrimiento	40 Min
Momento 5: Cierre – Mi lugar seguro	10 Min

Momento 1: Bienvenida y acogida

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 57 de 115

Se les dará la bienvenida a las personas y se les agradecerá por su asistencia. Luego el/la profesional psicosocial reconocerá al grupo las características que haya podido observar respecto a este grupo particular. El profesional psicosocial dirá que, a partir del próximo encuentro, en lugar de que él/ella reconozca lo que ve en el grupo, le va a preguntar a algunos de los participantes y ellos serán los encargados de dar la bienvenida y hacer el reconocimiento inicial.

Luego se introducirá el encuentro preguntando por las actividades de la semana, con preguntas como: ¿cómo les fue esta semana? y ¿han notado si a partir de lo que han vivido en los encuentros anteriores, les ha sido posible hacer algo distinto es su cotidianidad?


También puede preguntar por posibles diálogos al interior de las familias a partir del proceso desarrollado la semana anterior y la lista de recursos construida o no.

Momento 2: Aspectos administrativos

Recuerde que es muy importante diligenciar el listado de asistencia.

Momento 3: Relajación progresiva y Visualización: Reconocimiento y transformación

Para el inicio del ejercicio el/la profesional psicosocial pedirá a los y las participantes que se ubiquen en una posición cómoda (puede ser en una colchoneta o en la silla del espacio grupal), si están en una colchoneta, deben acostarse boca arriba, con los brazos extendidos cómodamente a los lados, las palmas de la mano deben estar orientadas hacia arriba, las piernas estiradas, con los pies ligeramente abiertos, con una disposición para relajarse (no recomendable para mujeres víctimas de violencia sexual); si están sentados en la silla, deben poner la planta de los pies sobre el piso, las manos sobre los muslos de las piernas, y con las palmas de las manos hacia abajo, se le pedirá que cierren lentamente los ojos, o si eso es incómodo, pueden mantener los ojos abiertos mirando hacia un punto en el horizonte, como se sientan más cómodos y seguros. Se les invitará a sentir la respiración, sintiendo como entra y sale el aire por las fosas nasales, reconociendo cómo se encuentra el ritmo de su respiración, si está lenta o acelerada.

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	<p>ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO</p>	<p>Código: 400,08,20-8</p>
	<p>PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL</p>	<p>Versión: 04</p>
	<p>PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES</p>	<p>Fecha: 04/06/2021 Página: 58 de 115</p>




Es importante que el/la profesional psicosocial invite a los participantes a tomar conciencia de su postura corporal...a percibir como se encuentra el cuerpo...a percibir conscientementecómo es el lugar en que se encuentran. a identificar todos los sonidos que pueda haber en el ambiente. Llevándolos a reconocer que el ruido está fuera de sí mismos, y que ahora adentro solo hay silencio, tranquilidad, mientras siguen el movimiento y el sonido de su propia respiración.

El/la profesional psicosocial les dirá durante el desarrollo: “A partir de este instante van a tomar conciencia de su respiración...van a observar cómo respiran, va a tomar conciencia de que algo respira en ustedes”

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

“Después de hacer todo este recorrido por el cuerpo, vamos a detenernos en aquellos lugares de nuestro cuerpo, donde se ha almacenado la tensión acumulada por tantas cosas que hemos vivido, por lo que pasamos en el conflicto, ¿en qué lugar del cuerpo está instalado ese dolor, ese sufrimiento? vamos a sentir y a escuchar como nuestro cuerpo nos cuenta ¿dónde ha guardado ese dolor durante estos años?, ¿es en el estómago? ¿Lo hemos guardado en la cabeza? ¿Lo hemos guardado en el corazón? ¿En el cuello y la espalda? cada uno va escuchando y reconociendo las partes de su cuerpo que le hablan de los dolores del conflicto que quedaron instalados y acumulados.

Luego vamos a imaginar que pintamos de color rojo las partes de nuestro cuerpo que han guardado ese sufrimiento. Vamos a volver a hacer todo el recorrido de los pies a la cabeza pintando de ese color las partes de nuestro cuerpo, siguiendo con nuestra respiración lenta, pausada, profunda...recorremos la cabeza...el cuello...los

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 59 de 115

hombros...los brazos...el tronco...la cadera las piernas.

Ahora cada vez que tomemos aire vamos a imaginamos que el aire es de color violeta brillante y luminoso (recordamos a los participantes el color morado intenso que hay en algunas flores, o les pedimos visualizar un color rosado suave y luminoso si les parece más cómodo, también imaginar el aire de un color azul suave funciona, sobre todo en las regiones donde el color violeta/morado es símbolo de la muerte)”


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

“Mientras respiramos más nos relajamos.....nos relajamos..... estamos relajados, con cada respiración más y más relajados más y más descansados”.

“Al mismo tiempo que observamos nuestra respiración tomamos conciencia y nos damos cuenta de nuestro cuerpo, y volvemos a hacer el recorrido de los pies a la cabeza reconociendo como se ha transformado la sensación de tensión o dolor en cada parte con el color violeta”.

“Tomamos conciencia de este estado de relajación, de liberación, de haber soltado esos dolores acumulados y notamos como nuestro cuerpo se siente aquí y ahora, descansando relajado, muy relajado. Observamos este estado de conciencia, tranquilos, en calma, en que nuestro pensamiento, nuestro cuerpo y nuestras emociones están en paz, en armonía. Recordamos que podemos volver a él cuando lo deseemos; podemos volver a un estado de conciencia tranquilo y en calma cuantas veces lo necesitemos al recordar este momento”.

“Ahora que nos sentimos tranquilos, regresamos a este lugar, tomando conciencia del contacto de nuestro cuerpo con la ropa, con la silla donde estamos sentados o el piso dónde estamos acostados, movemos lentamente los dedos de las manos, pies,

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 60 de 115

para regresar aquí y ahora. Tomamos conciencia de este estado y notamos como nuestro cuerpo se siente aquí y ahora... seguimos respirando y poco a poco vamos abriendo los ojos de forma que nos demos cuenta de que en el aquí y ahora somos conscientes que tenemos control sobre nuestro cuerpo y nuestras emociones”.

“Cuando sentimos que es adecuado abrir los ojos, podemos hacerlo, y lentamente movemos nuestro cuerpo y nos ubicamos en el círculo, en silencio y con la calma que hemos logrado”.

Cuando todo el grupo esté listo, valide cómo se sintieron y si les fue fácil o difícil lograr la relajación, invitándolos a revivir cada vez que lo necesiten esta *limpieza y transformación*.

Momento 4: Simbolizar para acoger el sufrimiento


Para iniciar la actividad el/la profesional psicosocial le dirá al grupo: “sabemos que todos tenemos algo en común y es que vivimos eventos que nos cambiaron la vida, vivimos violencias que nos marcaron y dejaron huellas en nuestras vidas, situaciones que afectaron nuestro proyecto de vida, que afectaron nuestra situación económica, emocional, familiar y comunitaria y que esto que sucedió no debió haber sucedido jamás. En este momento los invitamos a seguir sanando y curando las heridas que esto nos ha dejado, cada herida es única, y particular, es la propia herida, la propia huella, el propio dolor, por eso es importante que cada uno durante este ejercicio se tome el tiempo para poder identificarla y sanar”

Seguramente después de todo lo que hemos vivido y hecho para seguir adelante con la vida, hay dolores y heridas que ya hemos sido capaces de curar, de sanar, pero tal vez hay otras que aún están ahí haciendo daño. Quizás hace un momento se dieron cuenta que aún persiste en el cuerpo, en el corazón o el pensamiento algún punto que se encuentra pintado de rojo y que puede representar una tensión o dolor que la luz violeta no haya podido limpiar, un color rojo que no se deje pintar por la tranquilidad y que aún está presente en su vida”

¿Por qué creen que aún se mantienen rojos estos puntos en su vida? ¿creen que otras personas también tienen estos puntos rojos que no se han podido transformar? Entre

cada intervención se deben hacer pausas para esperar reacciones de los y las participantes, pero sin abrir el diálogo.

“No se trata de olvidar ni de que no nos duela, porque la violencia que vivieron no se

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 61 de 115

puede ni se debe olvidar, ni tampoco dejará de doler, pero puede que ese dolor se transforme en un dolor que le dé fuerza, valía, capacidad y no en un dolor que le limite en su vida. Puede integrar este dolor a su experiencia de vida de una forma menos dolorosa, menos limitante”.

El/la profesional psicosocial irá entregando a cada participante un círculo de papel en blanco y dispondrá para todos materiales para dibujar, colorear, cortar y pegar.


Luego, continuará con la indicación: “Después de sacar la tensión del cuerpo, van a pensar en el sufrimiento que les causaron los eventos de violencia Piense ¿qué fue lo que esos hechos generaron en ustedes?, ¿en su vida?, ¿en su familia?, ¿en sus sueños? ¿Qué cambió en ustedes?, ¿qué es lo que todavía hace daño? si eso que todavía hace daño se pudiera ver a través de un color, ¿qué color tendría? (se permite un espacio para que las personas puedan pensar en estas preguntas) ¿de qué tamaño es? ¿Qué forma tiene ese dolor que todavía hace daño? ¿A qué se parece?

Luego se invita a los y las participantes a que tomen el color que podría tener su sufrimiento, aclarando que este color no existe, que solo ellos saben cómo es, pero que quizás se parezca a alguno de los que están dispuestos en el centro. Una vez todos tenga un color, los invita a dibujar el sufrimiento, ese sufrimiento que ha estado quizás callado por muchos años.

Nota: Usualmente el color negro, el gris, y rojo, son los colores más usados para simbolizar el sufrimiento, se debe tener esto en cuenta para disponer de al menos tres colores de cada color de la gama disponible.

El/la profesional psicosocial puede seguir acompañando el dibujo acercándose a cada participante y ayudándolo a identificar esos sentimientos o ese sentimiento que no tiene nombre, pero que le genera malestar a partir de pequeños diálogos sobre lo que la persona está dibujando (Rayando, garrapiñando. A veces es un punto, una línea, figuras inconexas, líneas tenues porque apenas si se puede sostener el color o marcas muy profundas, siempre se está representando, siempre se está diciendo algo).

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

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 62 de 115


sufrimiento con varias figuras, o con un símbolo, “quizás muchos han tenido que contar su historia muchas veces, la historia de los hechos, pero la historia de su sufrimiento puede no haber sido suficientemente contada, ni suficientemente escuchada”.

En aquellos casos en que alguna persona no quiera dibujar, trazar o pegar en el papel, no porque se considere sin habilidades artísticas (lo que también es una demanda muy común), sino porque considera que el símbolo no le va a permitir realizar esta representación o por que presenta algún tipo de discapacidad, el/la profesional psicosocial podrá acercarse y a través de la conversación y facilitar que la persona pueda reconocer lo que todavía le hace daño y reconocer ese daño como sería, si en vez de representarlo en un dibujo se representa a través la palabra o un objeto. Sin embargo, ya que la fuerza de este ejercicio está en brindar otras vías de representación que no sean la palabra y que logren liberar el sentimiento acumulado, se recomienda mucho poder llevar al grupo a la representación a través de un elemento plástico y que no se caiga en retórica o explicación de lo vivido o lo dibujado, ya que vuelve a colocar el sufrimiento en el plano cognitivo/racional.

En algunos grupos se puede presentar que haya personas que decidan (o no puedan, no por tener alguna discapacidad, sino por tener una acumulación de sufrimiento tan grande que no logra aún pasar por la representación de ningún tipo, sigue siendo “nudo en la garganta”) no hacer dibujos, ni letras, ni rayones, ni ninguna otra representación gráfica de su sufrimiento, si esto sucede, el/la profesional psicosocial debe saber que también es válido que el círculo de papel quede en blanco, “una hoja en blanco también es una representación del sufrimiento” el hecho de que la persona no dibuje, no quiere decir que no esté participando y realizando un proceso de diálogo interno sobre lo que está pensando y sintiendo mientras está en este encuentro.

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

Al finalizar el dibujo y con el fin de que la representación del sufrimiento pueda ser narrado, el/la profesional psicosocial invitará a las personas a organizarse por parejas, y les pedirá que compartan su dibujo (incluyendo de forma natural a quien “no dibujo”) puede pedirles que conversen sobre las siguientes preguntas:

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 63 de 115

¿Qué quieren compartir de lo que significa su dibujo?: Cada persona cuenta y la otra debe escuchar hasta el final y luego intercambian.

¿Si ese dibujo que realizaron pudiera hablar qué diría? /O ¿si esa hoja en blanco pudiera hablar qué diría? Cada persona cuenta y la otra debe escuchar hasta el final y luego intercambian.

¿Qué diría ese dibujo, del sufrimiento que se ha generado en sus vidas a nivel emocional? Cada persona cuenta y la otra debe escuchar hasta el final y luego intercambian.

¿Qué diría ese dibujo, del sufrimiento que se ha generado en sus vidas (a nivel familiar, comunitario, económico...)? Cada persona cuenta y la otra debe escuchar hasta el final y luego intercambian.

¿Qué emociones surgieron mientras realizaban el dibujo, o ahora que lo comparten? Cada persona debe escuchar por turnos a la pareja.

¿Al compartir el dibujo se dan cuenta de lo que han sido capaces de hacer para sobreponerse al sufrimiento?


- Si le pudieran agregar algo al dibujo después de ver cómo han logrado sobreponerse, ¿qué le agregaría? (los que quieran pueden agregar a su dibujo esta nueva representación)

“Luego de escuchar a su compañero o compañera y de ver el dibujo que realizó, por favor regáله un nombre a esta obra de arte, pero no le escriba sobre el dibujo, solo piense el mejor nombre y dígame: tu cuadro, debería llamarse “XXX”.

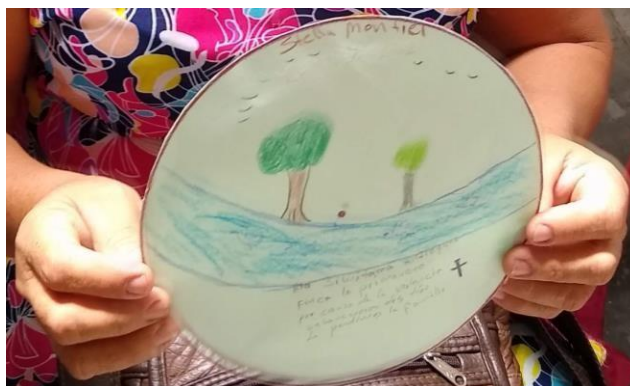
“Por favor, escuche el nombre que le han regalado a su cuadro, si le parece que es el adecuado, escríbalo en su dibujo, pregunte, si quiere, el porqué de ese nombre y si le parece déjelo o construya un nombre para su dibujo, un nombre a partir de todo lo que ha dicho y del nombre que le regalaron a su obra de arte”.

Luego el/la profesional psicosocial pedirá a las personas que se den las gracias y vuelven al círculo reflexivo.

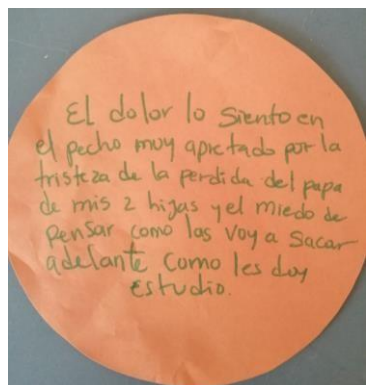
A manera de plenaria el/la profesional psicosocial promoverá un primer diálogo grupal a partir de algunas de las siguientes preguntas:

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 64 de 115


- ¿Qué nuevas ideas surgieron mientras realizaron el dibujo?; o al conversar con su pareja ¿de qué se dieron cuenta?
- ¿Qué sienten al escuchar las vivencias de lo que otras personas están compartiendo?
- ¿Qué elementos comunes podemos encontrar al escucharnos?
- ¿Qué afectaciones fueron similares entre nosotros?



Nota: Recuerde que este dibujo/trazo/rayón es una forma de representación del daño que ha dejado el conflicto armado en la vida de las personas, en este sentido, el dibujo plasmado representa las afectaciones que ha dejado el hecho de violencia en las vidas de las personas, en cómo perciben el daño y pueden narrarlo a través de esta representación. La responsabilidad del/la profesional psicosocial durante este diálogo es favorecer la reflexión sobre el dibujo realizado, manteniendo el diálogo de los y las participantes de manera que puedan poner en palabras o si no lo quieren compartir, en pensamientos, las ideas que surgen sobre la elaboración de la experiencia. Es importante que el/la profesional psicosocial favorezca que el grupo reconozca la diferencia de ideas, opiniones, valide y contenga las emociones. También es fundamental que no se centre la planaria en repetir lo conversado en las parejas o en el actor armado.



Es frecuente que después de hacer el dibujo y al momento de pasar a compartirlo,

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 65 de 115

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


EJERCICIO LIBERACIÓN DE LA VOZ:

“Vamos a parar un momento para tomar aire, pongámonos de pie, por favor y vamos a inspirar a llenar nuestro cuerpo de aire y soltamos. Ahora, vamos a tomar aire, inspira, lo sostenemos y vamos a soltarlo diciendo “AAAAA”, más duro, repitamos y soltamos con un “AAAA” y con el cuerpo” Se hace un par de veces, e inspira y suelta haciendo audible la letra “OOOOOOO y luego “UUUUUUU”. No se tienen que hacer todas las vocales sino el número de veces que se requiera para que el equilibrio emocional del grupo se restablezca. Si el profesional lo apropia podrá llevar al grupo a realmente liberar su voz a través de la intensidad, duración y fuerza del grito que termina produciéndose. No importa que no lo logren todos, tampoco se debe motivar a hacerlo, el referente psicosocial presta su respiración, cuerpo y voz al grupo que se unirá al ejercicio o se verá reflejado en él.

Si el ejercicio se implementó para apoyar a alguien que no lograba hablar, después de este, el/la profesional psicosocial volverá a la persona que estaba intentando hablar y le preguntará si quiere continuar o si prefiere que continúe otra persona y ella o el retomar la palabra más adelante o invitará al grupo a seguir con el trabajo que estaban realizado en el momento en que fue necesario liberar la voz.

Cuando el/la profesional psicosocial considere que los y las participantes han podido ser escuchados suficientemente sobre el sufrimiento, debe introducir preguntas sobre lo que han hecho las personas participantes para estar mejor frente a ese sufrimiento. Sin abrir más lo que ya se cerró en el trabajo de parejas, pero sin caer en el “positivismo per sé” se trata de escuchar y validar.

Es importante al final dar un espacio para que el/la profesional psicosocial pueda decir algo inspirado en lo que escuchó de la experiencia del participante. Para ello, considere la siguiente idea: “hoy hemos representado el daño que los hechos victimizantes han dejado en nuestra vida a través de un dibujo, y aunque sabemos que ese daño es mucho más complejo, este es un paso que nos permite ponernos de frente al dolor, mirarlo, reconocerlo, acogerlo y cuando estemos listos soltarlo”.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 66 de 115

Recuerde que los efectos del conflicto armado en la vida de las personas son respuestas normales frente a situaciones anormales. (Este encuentro vivencia de manera clara y directa las premisas del enfoque psicosocial 1, 2, 3, 4, 5 y 6)

Nota: En el siguiente encuentro siguiente, el dibujo realizado será una herramienta de trabajo fundamental, así que se recomienda que los/as profesionales psicosociales

guarden este y así evitar que a los participantes se les quede en casa o se les dañe. Es muy importante, por tanto, que estos dibujos sean guardados con mucho cuidado por el referente, que estén completos y que no se vayan a dañar.


Momento 5 Cierre - Mi lugar seguro:

Mencione que una vez que sea a aprendido a tener conciencia de la respiración, se pueden hacer muchos ejercicios cortos que nos pueden ayudar en la vida cotidiana a regularnos emocionalmente; por ejemplo, “antes de dormir, en los pocos momentos de privacidad que podamos tener, podemos visualizar-imaginar un lugar que al sacarnos por unos minutos de nuestro entorno nos ayude a retomar la tranquilidad que podemos requerir en algunos momentos de nuestra vida. ¿Cómo es esto posible? Permitan que lo vivamos hoy, aquí y ahora”

Inicie poniendo la música dispuesta para la visualización, luego dé la siguiente instrucción: “pongámonos en posición cómoda sentados o acostados en el suelo. Cerremos los ojos y respiremos profundamente, acordémonos de la respiración anterior. Dejemos todas las preocupaciones del día y sintámonos presentes en el momento... Vamos a permitirnos sentir la conexión con la tierra... imaginemos que la energía del mundo corre a través de nuestros pies y alrededor de nuestro cuerpo entero...”

“Comenzaremos una excursión con nuestros cuerpos, dejando ir cualquier tensión y relajando cada parte completamente. Vamos a conectarnos con los dedos de los pies, los pies y los tobillos. Estiremos, flexionemos y comuniquémonos con cualquier tensión que estemos sintiendo en ellos. Respiremos profundamente y mientras exhalamos soltemos toda la tensión de los dedos de los pies y tobillos. Vamos a sentir una profunda paz y tranquilidad en todo nuestro ser”.

“Respiremos profundamente de nuevo e imaginemos que la energía de la tierra se mueve por nuestras piernas y la pelvis. Vamos a conectarnos con las piernas, rodillas, muslos y pelvis. Estiremos y flexionemos estas partes de nuestro cuerpo

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 67 de 115


comunicándonos con toda la tensión que podemos sentir en ellas. Respiremos profundamente y mientras exhalamos, relajémonos completamente, sacando toda la tensión de las piernas (muy relajadas), las rodillas y muslos (muy relajados y suaves), la pelvis y los órganos internos (muy relajados y suaves). Sentimos profunda paz y tranquilidad en todas las partes de nuestro ser”.

“Respiramos profundamente otra vez e imaginamos que la energía de la tierra corre por el tronco del cuerpo, moviéndose por el estómago y pecho, subiendo en círculos por la espalda y la espina dorsal hacia los hombros. Conectamos con esas partes de nuestro cuerpo y observamos cualquier tensión que podamos sentir ahí. Estiramos y doblamos el abdomen, estómago y pecho. Estiramos y doblamos los músculos de la espalda y hombros. Respiramos profundamente y al exhalar soltamos toda la tensión del abdomen y del estómago (bien relajados), el pecho (bien relajado), la espalda, columna vertebral y hombros (muy suaves y relajados). Sentimos una paz y una tranquilidad profunda en todas las partes de nuestro ser2.

“Respiramos profundamente de nuevo y ahora imaginamos que la energía de la tierra sube por los brazos, codos, antebrazos, manos y dedos. Nos conectamos con los brazos y manos y estiramos y doblamos esas partes de cuerpo para ponernos en contacto con cualquier tensión que podamos sentir ahí. Respiramos profundamente y al exhalar, soltamos toda tensión en los brazos, codos, antebrazos (bien suaves y relajados), las muñecas, las manos, las palmas de las manos y los dedos (bien suaves y relajados). Sentimos profunda paz y tranquilidad en todas las partes de nuestro ser”.

Respiramos profundamente otra vez e imaginamos ahora que la energía de la tierra sube hacia el cuello y la cabeza. Examinamos el cuello y la cabeza y nos comunicamos con cualquier tensión que podemos sentir ahí. Suavemente doblamos los músculos del cuello. Abrimos la boca grande en un bostezo flexionando la lengua y la quijada, dejando ir toda tensión y los sentimientos que haya atrapados ahí. Hacemos una mueca y flexionamos todos los músculos de las mejillas, la frente y alrededor de los ojos. Respiramos profundamente y al exhalar, soltamos toda tensión del cuello (bien suave y relajado), la lengua, quijada y mejillas (bien relajadas), la frente, ojos, oídos y cuero cabelludo (bien suave y relajado). Sentimos profunda paz y tranquilidad en todas las partes de nuestro ser”.

“Ahora examinamos nuestro cuerpo y si todavía existe algún lugar donde estemos sintiendo la más mínima tensión, regresamos a esa parte del cuerpo para doblarla y ponerla tensa, aumentando la tensión que ya experimentamos ahí. Respiremos profundamente y ahora soltamos completamente. En todas las partes del cuerpo

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	<p>ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO</p>	<p>Código: 400,08,20-8</p>
	<p>PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL</p>	<p>Versión: 04</p>
	<p>PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES</p>	<p>Fecha: 04/06/2021 Página: 68 de 115</p>

sentimos una profunda paz, calma y tranquilidad”.

“Respiramos profundamente e imaginamos que empezamos un viaje a un lugar muy especial en el centro de nuestra alma, corazón, mente...Este es nuestro refugio


interior, nuestro espacio seguro y sagrado donde solo nosotros podemos entrar... Tomamos tiempo para explorar este lugar y descubrir nuestro refugio especial... ¿Cómo es nuestro refugio? quizás es un jardín, lleno de flores y bellos árboles. Tal vez nuestro refugio se encuentra en las montañas cerca de un lago o en una pradera con el cielo claro y con nubes flotantes”.

“Ahora decidimos adónde ir para estar en un nuestro lugar seguro y sagrado. Tomamos algún tiempo para explorar y crear este lugar, llenándolo de todo lo que le apoye y nutra. ¿Hay colores, sonidos, olores, texturas de las que estés consciente ahora? ¿Cómo te sientes en ese lugar? ¿Qué te parece? Toma algunos minutos y disfruta de tu lugar especial. Siéntese bien seguro, confiado y tranquilo... llénate de una paz enorme y un profundo sentido de seguridad... Toma tiempo para abrirte a recibir lo que puedas necesitar en ese momento... toma más tiempo para disfrutar de tu refugio de paz. Tal vez quieras buscar a tu alrededor una imagen que puedas traer de regreso contigo como recuerdo de tu refugio. Y cuando te sientas listo despídete de tu espacio seguro, sabiendo que puedes regresar cuando te guste...”

TENGA EN CUENTA: La construcción del lugar seguro se posiciona en algo nuevo basado en un ideal de tranquilidad que no es tangible, de forma que, al momento de dar ejemplos frente a las características del lugar seguro, evite mencionar referencias pasadas que se puedan relacionar con vivencias y hechos de violencia. (Ejemplo: Lugares concretos como capillas, la casa de nuestra infancia, fincas, colegios, etc)

También es importante tener en cuenta que algunas personas tendrán que construir de cero este lugar seguro, ya que los hechos sufridos les pueden haber arrebatado esta capacidad de sentirse seguro ya que por sobrevivencia siempre hay que estar alerta, desconfiando... esto no está mal, es lo real en la vida de las personas, así que debemos llevarlos de la mano para construir estelugar en el mundo interior de las personas”

“Y ahora comencemos a regresar a nuestro cuerpo, respirando profundamente y tocándonos los pies y los dedos. Tal vez quieras estirar y doblar los pies y dedos para sentir una conexión con el cuerpo. Yo contare de 5 a 1 y con cada número ustedes se sentirán más y más presentes en su cuerpo, en este lugar. Cinco... respiremos profundamente. Estiremos y doblemos las piernas, sintiendo la energía que corre de lleno alrededor del cuerpo... Cuatro... estiremos y doblemos el tronco de nuestro cuerpo, vamos a sentirnos completamente vivo en la pelvis, el abdomen, el pecho y los hombros... Tres estiremos y doblemos los brazos y manos sintiendo que la energía corre por completo por nuestros brazos... suavemente estiremos y doblemos el cuello y los músculos faciales, sintiéndonos

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 69 de 115

vivos y relajados en la cabeza. Uno... respiremos profundamente y cuando estemos listos vamos a abrir los ojos, sintiéndonos muy en paz y con tranquilidad en todo nuestro ser. En silencio tomemos algunos momentos para reflexionar sobre la visita que hicimos al refugio de nuestra alma”.

Luego el/la profesional psicosocial pedirá a todo el grupo que se siente en círculo dialogando en torno al siguiente guion conversacional:

- ¿Cómo se sienten luego del ejercicio?
- ¿Qué les hace pensar este ejercicio?

Tenga en cuenta: Permita que las personas realicen el ejercicio de la manera más cómoda, si las personas no quieren cerrar los ojos, recuerde no forzarlas a hacerlo, el/la profesional psicosocial debe estar tranquilo, seguro del ejercicio, confiando en el poder de la visualización y de la capacidad de cada persona de conectarse con la tranquilidad interior.

Esto es un abrazo:


Para cerrar el encuentro, el/la profesional psicosocial les pedirá a los participantes que se pongan de pie y realizará la dinámica de recogimiento: Esto es un abrazo: (Si el tiempo lo permite, en sus dos versiones, dirigida y libre, o según la característica del grupo, se escoge una versión de las dos). En ambos casos se sugiere que inicie el/la referente psicosocial dando el ejemplo de cómo hacer la dinámica e interviniendo cada vez que vea que el grupo de pierde.

Versión 1

Todos los participantes se ponen de pie formando un círculo. Por orden y de uno en uno, cada uno de los integrantes del grupo le dice a la persona que está de pie a su derecha y en voz alta: “¿SABES LO QUE ES UN ABRAZO?”. La persona que está a la derecha de quién realiza la pregunta contesta: “NO, NO LO SÉ”. Entonces se le preguntara: ¿QUIERES QUE TE ENSEÑE? a lo que el interlocutor contestara: SÍ y se dan un abrazo, luego se vuelve a preguntar: ¿ENTENDISTE? y el interlocutor volverá a contestar: “NO LO HE ENTENDIDO, ME DAS OTRO”. Entonces se vuelven a dar otro abrazo. La persona que le han abrazado, gira a su derecha y realiza la misma pregunta a su compañero de la derecha, realizando la misma operación que habían realizado anteriormente con él/ella. Así sucesivamente hasta que todos los integrantes del grupo hayan sido abrazados y hayan abrazado.

Versión 2

Todas las personas se ponen de pie y empiezan a caminar libremente por el espacio,

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 70 de 115

una vez reciban la indicación del profesional psicosocial deben buscar una pareja.

Una persona va a ser A y la otra B; el profesional psicosocial inicia diciendo: todas las personas A van a decirle a su pareja en voz alta: "¿SABES LO QUE ES UN ABRAZO?". Después, el profesional psicosocial dice en voz alta: todas las personas B van a contestar: "NO, NO LO SÉ". La idea es que ambas personas se den un abrazo. Luego, el profesional que la persona B diga: "NO LO HE ENTENDIDO, ¿ME DAS OTRO?". Entonces se vuelven a dar otro abrazo. Posterior a esto, se hace cambio de parejas y cambio de roles, de manera que se genera una dinámica en la que todos se pueden abrazar con todos, pero de manera libre sin que tengan que hacerlo con la persona que tengan a su lado en el círculo inicial. Se debe repetir 3 o 4 veces más y el/la profesional psicosocial debe estar atento participando para brindar abrazos a aquellas personas que no son escogidas como pareja.

Al final, en el grupo compartirá:

¿Cómo nos hemos sentido al recibir el abrazo de otras personas del grupo?

¿Qué personas de la familia, amigos o conocidos necesitan un abrazo?

Nota: Teniendo en cuenta el efecto potente que tiene el ejercicio del abrazo en la dinámica del grupo, se sugiere que éste sea utilizado en otros encuentros en los que también puede tener un efecto contenedor. Pero no antes de este encuentro, ya que el grupo debe pasar primero por la cercanía del abrazo grupal y la pomada del alivio.

5.2.5. Encuentro 5: "Reconocerse"

Facilitar el reconocimiento de los recursos materiales e inmateriales con los cuales actualmente cuentan los y las víctimas/sobrevivientes con el fin de permitir su integración a la historia de vida.

Brindar herramientas que faciliten en los y las víctimas/sobrevivientes la noción de sobreviviente y sujeto de derechos permitiéndole reconocerse más allá del hecho victimizante vivido.

Fortalecer los recursos personales que les han permitido a los y las participantes sobreponerse a los efectos de los hechos victimizantes, a las adversidades vividas, a la situación de vulnerabilidad o precariedad.

Visibilizar y reconocer los motivos, relaciones, creencias, emociones y acciones que les han permitido continuar con su vida.



Actividad	Duración
Momento 1: Bienvenida	10 min
Momento 2: Aspectos administrativos	10 min
Momento 3: Identificando mis emociones	10 min
Momento 4: Hilando, paso a paso, un mándala para la vida.	60 min
Momento 5: Acto de Sobrevivencia	30 min
Momento 6: Diálogo abierto: víctima, sobreviviente, ciudadano.	50 min
Momento 7: Cierre	10 min

Momento 1: Bienvenida:


Se les dará la bienvenida a las personas y se les agradecerá por su asistencia. Se hará un pequeño resumen de lo vivido en los anteriores encuentros (con el apoyo de los integrantes del grupo), se preguntará a los participantes ¿recuerdan lo que hemos vividos las anteriores veces que nos hemos visto, qué recuerdan?, luego de los relatos de los participante, el profesional psicosocial reencuadrará los encuentros para plantear que han pasado por distintas vivencias que los conectan con sus fortalezas y dolores y que la propuesta de este encuentro es continuar reflexionando sobre las distintas dimensiones que tenemos como seres humanos.

Momento 2: Aspectos administrativos:

Se realizará el diligenciamiento del listado de asistencia recordando que hace parte del proceso de estar aquí compartiendo y viviendo juntos esta experiencia.

Momento 3: Identificando mis emociones

El/la profesional psicosocial invita al grupo a caminar por el espacio con música de fondo, mencionando a los participantes que traten de ir muy despacio y no en círculo, sino buscando nuevos caminos en el salón, ya que este caminar es como si estuviera pasando el tiempo y así como pasa el tiempo, pasan por la vida de todos y todas, diferentes emociones. De manera tranquila y pausada les pide que caminen aún más

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 72 de 115

despacio y que en cada paso se dejen inundar por las emociones que les genera la música...luego el/la profesional psicosocial debe llevar a caminar muy rápido, y les pide que se queden como estatuas. Con el cambio de música volverá a pedir que sigan caminando nuevamente muy despacio, ¿Qué emoción les llega?... se debe preparar tres secciones de música diferente con unos segundos de caminar rápido y de estatuas intermedios.


Se debe indicar a los participantes que piensen en cómo los hace sentir la música que va sonando, que piensen en que partes de su cuerpo se activan y que lo relacionen con una emoción. Los participantes que deseen moverse al ritmo de la música lo podrán hacer, aquellos que deseen estar en un solo lugar o que tienen alguna incapacidad para caminar pueden cerrar los ojos en el puesto y pensar en las emociones que le genera la música. Para ello, el/la profesional psicosocial debe utilizar preguntas reflexivas en el momento en que la música está sonando relacionadas con la conexión que pueden experimentar los participantes entre la música y las emocionales que siente su cuerpo.

Para concluir la actividad, el/la profesional psicosocial empleará los últimos minutos del reencuadre para comentar la experiencia, preguntando a los participantes si les ha sido fácil realizar el ejercicio, cuál de las emociones experimentadas, si creen que tiene mayor intensidad, porqué creen que experimentan estas emociones y en qué otras ocasiones han tenido la facilidad de experimentar estas situaciones. Pueden también preguntar cómo se siente su cuerpo cuando están tristes o felices o con rabia.

Finalmente, el/la profesional psicosocial reflexionará con los participantes sobre la importancia que tiene ser capaces de identificar las propias emociones y las de las personas que nos rodean, explicando que esto constituye uno de los elementos clave para conocernos mejor y para mejorar las relaciones que mantenemos con las personas que nos importan. Ponerle nombre a lo que sentimos es el primer paso para comprenderlo y, por último, conocer nuestras reacciones físicas como, por ejemplo: aumento de palpitaciones, sudoración, falta de energía, falta de concentración, etc.

Así mismo, reconocer nuestras emociones nos permite asociar diferentes hechos de la vida a la emoción que posiblemente ha estado sin representar, nos ayuda a diferenciar el contexto en el que surge cada emoción y finalmente nos permite darle una magnitud diferente a cada emoción en relación a los hechos que la generan, también encontramos que podemos tener y vivir con varias emociones en diferentes nivel y momentos de nuestra vida; finalmente, el ejercicio nos puede mostrar que en

un mismo contexto, las personas reaccionan de diferentes formas y magnitud de la emoción.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 73 de 115

Momento 4: Hilando, paso a paso, un Mándala para la vida

Para esta actividad el profesional psicosocial introducirá la siguiente reflexión: “recuerdan que hemos vivido momentos como el de nuestro anterior encuentro, en el que pusimos nuestros dolores, los plasmamos en una hoja, los reconocimos y le dimos un lugar, ahora queremos seguir reflexionando sobre la conexión de esos dolores con otros, para esto la idea es organizarnos en 3 subgrupos de 6 o 7 personas, en círculo y que nos ubiquemos alrededor de la silueta del mándala cuidando que las parejas con las que trabajamos el ejercicio de acoger el dolor, en el encuentro pasado quedemos juntas. Después cada uno tomará su dibujo y lo pegará en los círculos pequeños de cada silueta del mándala.

Nota: La silueta del mándala deberá contar con el número de círculos internos correspondiente a los participantes del grupo. Ejemplo: Si el grupo es de 6 personas, el mándala deberá contar con 6 círculos y así sucesivamente.


Una vez ubicados los participantes mencionará: “Ya hemos identificado y simbolizado de manera individual los daños a nivel emocional, familiar y económico, los dolores, las tristezas y otros sentimientos que nos han dejado ciertos momentos de sufrimiento en la vida. También ya hemos podido compartir nuestra historia con un compañero(a). Ahora, en el espacio que ha quedado entre mi círculo y el de mi compañero vamos a construir entre los dos un solo dibujo que recoja y represente también en qué nos hemos identificado con el compañero, no solo desde el dolor sino también en las formas como hemos logrado afrontar el sufrimiento”.

El/la profesional psicosocial les dará un tiempo de 10 minutos para que las parejas intervengan el espacio con el dibujo en parejas.

Al terminar esta intervención el/la profesional psicosocial les pedirá a los participantes que ahora se giren hacia su derecha quedando con otro compañero que tienen del otro lado y que igualmente realicen el ejercicio que hicieron con su pareja inicial y entre los dos construyan en el espacio en blanco que les queda. Así el participante pasará por todo el mándala hasta quedar de nuevo con su pareja inicial completando el anillo del mándala.

El profesional psicosocial hará una reflexión de la construcción colectiva del grupo, resaltando como podemos descentralizarnos de nuestro dolor y reconocer otros aspectos en otros comunes y distintos que nos enriquece, continuara haciendo la

siguiente pregunta a los participantes: ¿Cuáles son aquellas cosas (materiales, emocionales, personales, sociales) que el conflicto no logro quitarnos? Posteriormente el grupo representará lo dialogado a través de un dibujo, símbolo,

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 74 de 115

palabras, etc., productos que se plasmaran en el centro del mándala.


Finalmente, el/la profesional psicosocial generará una reflexión colectiva sobre lo trabajado hasta el momento. Se finalizará socializando cada uno de los mándalas construidos por los subgrupos en un círculo reflexivo de cierre.



Momento 5: Acto de Sobrevivencia

Para el inicio de este ejercicio el/la profesional psicosocial va a realizar el siguiente encuadre: “Todas las personas que están participando en este grupo han tenido que vivir eventos y hechos que han transformado su vida. Hechos que han tenido efectos en cómo son ahora, en lo que han sentido y vivido, en cómo cambió su familia, actividades, amistades y forma de ver el mundo. Sin embargo, a pesar de estos eventos, hoy siguen luchando día a día de diferentes maneras para vivir, son sobrevivientes y lo han sido desde mucho tiempo atrás”. Quiero pedirles que, por un momento, pensemos ¿A qué sobrevivieron?, ¿cómo sobrevivieron?, ¿Qué es para ustedes ser sobrevivientes?, ¿Hay alguna otra palabra que describa cómo han logrado mantenerse a pesar de las dificultades? ¿Cuál sería?” y se recoge de manera muy corta las reflexiones de cada participante para darle más tiempo a la vivencia corporal.

Posteriormente El/la profesional psicosocial hará la siguiente reflexión “Como hemos identificado desde la palabra lo que significa ser sobreviviente ahora vamos a pensar de manera individual en un acto o varios actos de sobrevivencia que recuerden de su vida, un acto que les haya permitido enfrentar momentos difíciles. Se dará de 5 a 10

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 75 de 115

minutos para hacer esta reflexión. Luego se darán las siguientes instrucciones:

Todos los participantes se ponen de pie en círculo mirando hacia afuera de manera que las espaldas quedan orientadas hacia el interior del círculo. Una vez quedan en círculo, se les pide que con los ojos cerrados transformen el cuerpo y adopten una postura determinada que simbolice el acto o actos de sobrevivencia que recordaron. Cuando todo el grupo tiene segura su imagen, se giran con los ojos cerrados y quedan frente al grupo en círculo; abren los ojos, se dejan ver la postura que tenían y miran a los demás, observando las diferencias y similitudes con el resto del grupo.

A partir de esta observación, se les indicará que se junten con una o dos personas más con las que sientan que se identifica su imagen corporal. La idea es formar grupos de imágenes ligeramente similares a partir de su propia identificación. Estos grupos se llamarán familias de imágenes.


A cada familia de imágenes se les pedirá que conformen una sola escultura o imagen que los agrupe y represente a todos/as en sus actos de sobrevivencia. Lo que sienten y quieren que se sepa de ellos al sobrevivir a lo que han sobrevivido a pesar de todo. Los grupos tendrán un momento para organizarse y ensayar la nueva imagen, que claramente debe incluir las posturas/posiciones iniciales una vez estén listos, el/la profesional psicosocial pedirá a todos que se sienten y formen una especie de teatro (a un lado el "público" y a otro "los actores") explicando que ahora pasaran por familias de imágenes o grupos a mostrar su escultura de sobrevivencia y que los demás observaran y podrán acercarse, como en un museo a apreciar esta obra.

Nota: Es útil usar elementos que relajen al grupo como indicar que se abrirá un museo de los sobrevivientes, donde los artistas son los mismos protagonistas... de forma que el grupo pueda disfrutar del juego de rol de una manera mas tranquila. Es muy importante decirles a todos que, para entrar al museo, por ejemplo, deben seguir las normas de todos estos espacios, no tocar ni invadir el espacio de la obra y no expresarse en forma negativa sobre la misma y sobre todo decirles a todos que van a observar las esculturas de todos, de la misma forma en que quisieran ser observados ellos.

Una vez se tenga a un grupo como primer voluntario, se abre el museo y se comienza a indagar con el grupo qué observan, qué cualidades ven. Iniciarán su reflexión desde

lo obvio; cómo está su cuerpo, su rostro, su figura y finalmente, su símbolo, lo que quiere transmitir.

Se repetirá el ejercicio con cada una de las familias de figuras. Cuando todas las familias hayan pasado por la experiencia, se les pide que vuelvan al círculo y todos sacudan el cuerpo, "sacudiento" la escultura que representaron.

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 76 de 115

Luego, el/la referente preguntará a los participantes:

¿Qué pudieron observar en las representaciones?

¿Estos actos de sobrevivencia cómo se pueden conectar con sus vidas actuales?

Momento 6 Ciudadanía Plena

Diálogo abierto sobre el tránsito por la identidad de Víctima, Sobreviviente y Ciudadano (60 minutos)

El profesional psicosocial planteará la siguiente pregunta orientadora:




¿cuáles serían las diferencias para mi vida, al reconocermé y ser reconocido por el Estado y todas las personas en Colombia, como víctima, sobreviviente y ciudadano? Les pide que piensen en sus respuestas, que luego se podrán exponer para todos y todas si lo quieren. Se debe hacer el énfasis para asegurarse que las preguntas generen la reflexión en todos los participantes “¿Qué significa para mi vida que yo me reconozca como víctima, pero que el país también lo haga?, “¿Qué significa para mi vida que yo me reconozca como sobreviviente, pero que el país también

lo haga?, “¿Qué significa para mi vida que yo me reconozca como ciudadano(a), pero que el país también lo haga?,

El profesional psicosocial le entrega tres siluetas en cartulina de un rostro humano a cada participante (aunque como recurso pedagógico son máscaras, se sugiere no manejar este término ya que se puede confundir con una representación de falsedad que puede tener el uso de máscaras) y material como colores, marcadores, granos (lentejas, frijoles...) material de reciclaje, revistas, pegante, papel iris, *foami*, silicona y tijeras. La idea es brindar muchos y variados elementos que sirvan para intervenir estos rostros.

Cada rostro representa una cara de la identidad: víctima, sobreviviente y ciudadano

Cada persona tendrá tres rostros y en grupos de a tres (se recomienda agrupaciones impares siempre) conversarán sobre cómo sería para ellos la identidad que representa ser víctima del conflicto; cómo sería para cada uno de ellos, la identidad que representa el ser sobreviviente del conflicto, y cómo sería la identidad que representa el ser ciudadanos y ciudadanas colombianas. Cuando el/la psicosocial contemple que la discusión empieza a fluir, les pedirá a las personas construyan con

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 77 de 115

símbolos estas identidades y su significado para cada uno de ellos, en cada uno de los rostros. Qué colores usar para una, qué figuras y expresión ponerle a cada una, cada elemento y su sentido y significado serán temas importantes para definir en cada identidad.


El/la profesional psicosocial deberá pasar por los grupos para validar, apoyar y propiciar las representaciones que deben estar conectadas con la pregunta orientadora, lo cual no es un ejercicio fácil, porque es una postura desde lo que soy y me asumo y no desde lo que me deben dar o reconocer.

Al finalizar este ejercicio cada persona tendrá tres rostros/identidades diferentes: víctima, sobreviviente y ciudadano.

Para iniciar el diálogo, se mezclan y crean nuevos tríos e internamente eligen desde qué identidad quiere hablar cada uno, motivando a que en cada grupo sea escogida una identidad diferente, sin embargo, no es una condición obligatoria, ya que, si alguien quiere hablar, es porque lo necesita. Cuando una persona elige hablar, por ejemplo, con rostro de su ser como víctima del conflicto, debe colocarse este rostro sobre su cara (es ideal que pueda tomar una foto con el celular para que se pueda ver y reconocer) y los demás miembros del grupo la entrevistan utilizando el siguiente guion que entregará a cada grupo impreso en letra grande y asegurándose que al menos uno de los miembros lo pueda leer:

- ¿Persona Víctima del conflicto, En qué momento apareciste en la vida de XXX?
- ¿Persona Víctima del conflicto, Para qué le has servido?
- ¿Persona Víctima del conflicto, Qué consigues hacer cuando estas presentes en sus relaciones familiares?
- ¿Persona Víctima del conflicto, Qué consigues hacer cuando estas presentes en sus relaciones sociales, comunitarias?
- ¿Persona Víctima del conflicto, Qué se limita o se borra en XXX cuando tu estas presentes?
- ¿Persona Víctima del conflicto, Por qué eres importante para su vida?
- ¿Persona Víctima del conflicto, Qué pasaría en la vida de XXX, si un día ya no estas más?
- ¿Persona Víctima del conflicto, Cómo es que consigues estar presente en la vida de XXX?
- ¿Persona Víctima del conflicto, En qué contextos y en qué relaciones es importante que XXX te dé lugar?
- ¿Persona Víctima del conflicto, En qué contextos y en qué relaciones sería mejor que no aparecieras más?

Después de esto, cuando la persona se quita el rostro de la identidad de víctima, es

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 78 de 115

fundamental que sus dos compañeros del grupo favorezcan un desprendimiento de lo sucedido a través de un espacio para expresar:

- ¿Cómo te sentiste asumiendo este papel?
- ¿De qué te diste cuenta?
- ¿Qué le quieres decir a tu identidad de víctima?

NOTA: El/la referente psicosocial puede hacer la primera entrevista a una identidad X (idealmente la que se haya dado cuenta que no fue la más escogida, en caso de que no logre que en cada grupo haya una identidad distinta o la que note como la más polémica) con un voluntario y luego permitir que los tríos continúen, acompañando y guiando a cada grupo al menos en una de sus entrevistas. La actividad, aunque genera introspección profunda y tiene un sentido transformador, no debe causar tensión en los participantes cuando tienen el rol de “entrevistadores” (premisa del enfoque psicosocial 3)


Después de esto otra persona del grupo deberá elegir una de sus identidades y van a realizar el mismo proceso hasta que las tres identidades (en total 3 identidades y entrevistas por grupo) sean entrevistadas:

“una persona del grupo se pone la identidad de sobreviviente del conflicto y las demás la entrevistan utilizando el mismo guion:

- ¿Sobreviviente del conflicto, En qué momento apareciste en la vida de XXX?
- ¿Sobreviviente del conflicto, Para que le has servido?
- ¿Sobreviviente del conflicto, Qué consigues hacer XXX cuando estas presentes en nuestras relaciones?
- ¿Sobreviviente del conflicto, Qué se limita o se borra en XXX cuando tu estas presentes?
- ¿Sobreviviente del conflicto, Por qué eres importante para su vida?
- ¿Sobreviviente del conflicto, Qué pasaría en su vida, si un día ya no estas más?
- ¿Sobreviviente del conflicto, Cómo es que consigues estar presente nuestra vida?
- ¿Sobreviviente del conflicto, En qué contextos y en qué relaciones es importante que te demos un lugar?
- ¿Sobreviviente del conflicto, En qué contextos y en qué relaciones sería mejor que no aparecieras más?

Después de esto, cuando la persona se quita la máscara de la identidad de sobreviviente, es fundamental que sus dos compañeros del grupo favorezcan un desprendimiento de lo sucedido a través de un espacio para expresar:

- ¿Cómo te sentiste asumiendo este papel?
- ¿De qué te diste cuenta?

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	<p>ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO</p>	<p>Código: 400,08,20-8</p>
	<p>PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL</p>	<p>Versión: 04</p>
	<p>PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES</p>	<p>Fecha: 04/06/2021 Página: 79 de 115</p>

- ¿Qué le quieres decir a tu identidad de sobreviviente?

Por último, se realiza lo mismo, con la identidad de ciudadano:

“otra persona del grupo se la pone y las demás la entrevistan utilizando el mismo guion:

- ¿Señor Ciudadano, En qué momento apareciste en la vida de XXX?
- ¿Señor Ciudadano, Para que le has servido?
- ¿Señor Ciudadano, Qué consigues hacer XXX cuando estas presentes en nuestras relaciones?
- ¿Señor Ciudadano, Qué se limita o se borra en XXX cuando tu estas presente?
- ¿Señor Ciudadano, Por qué es importante para su vida?
- ¿Señor Ciudadano, Qué pasaría en la vida de XXX, si un día ya no estas más?
- ¿Señor Ciudadano, Cómo es que consigues estar presente la vida de XXX?
- ¿Señor Ciudadano, En qué contextos y en qué relaciones es importante que te demos un lugar?
- ¿En qué contextos y en qué relaciones sería mejor que no aparecieras más?

Después de esto, cuando la persona se quita la máscara de la identidad de ciudadano, es fundamental que sus dos compañeros del grupo favorezcan un desprendimiento de lo sucedido a través de un espacio para expresar:


- ¿Cómo te sentiste asumiendo este papel?
- ¿De qué te diste cuenta?
- ¿Qué le quieres decir a tu identidad de ciudadano?

Para recoger, se les pide a las personas que ubiquen todos los rostros de la identidad de víctima en un lugar dentro del círculo, otro lugar para todos los rostros de sobrevivencia, y otro para todas los rostros de ciudadanía, las personas forman un

círculo alrededor de esto para continuar el diálogo, ahora de manera colectiva:

El profesional psicosocial puede abrir la conversación diciendo; después de lo que acabamos de vivenciar, quisiera que pensáramos y compartiéramos: *¿cuáles serían las diferencias para mi vida, al reconocermelo como víctima?* se hace una ronda de conversación sobre esto, y luego se da paso a: *¿cuáles serían las diferencias para mi vida, al reconocermelo como sobreviviente?* se hace una ronda de conversación sobre esto, y luego se da paso a *¿cuáles serían las diferencias para mi vida, al reconocermelo como ciudadano?* por último se indaga cómo se *sienten* ahora después de esta reflexión *¿sienten* algo nuevo o distinto para ustedes?

Para cerrar el/la referente debe hacer señalamientos sobre la noción de ciudadanía, incluyendo estas líneas generales:

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 80 de 115

- Conocer los derechos formalmente vigentes (leyes, convenciones, normas institucionales, etc.).
- Conocer los recursos disponibles para su exigibilidad.
- Apropiarse de los derechos que tengo como persona.
- Reconocer al otro como sujeto de derechos.
- Ejercer los derechos.
- Reconocerse como sujeto capaz de resignificar los derechos vigentes y participar por la conquista de nuevos derechos.

Por último, es importante que las y los participantes, asocien que cada una de las personas desde el momento en que nacen tiene unos derechos que deben ser garantizados y respetados, y el conocer esos derechos y exigir que se cumplan hacen parte de ser ciudadanos.

Por último, se le pide al grupo que decidan que quieren hacer con las máscaras ¿cada uno se las quiere llevar? ¿incluirlas en el álbum? ¿Quieren usarlas quizás en la iniciativa de memoria? Invite al grupo a que retome las ideas (con su ayuda) sobre las iniciativas planteadas y si esta debiese evidenciar o mostrar a ellos, sus familias o comunidad estas diferentes identidades y otras más que tenemos todos y todas las colombianas.

Recoja las ideas tratando de incluirlas en las iniciativas que han surgido como ideas para que el grupo pueda ir eligiendo o diseñando la acción que más los representaría y deje como “tarea” para el siguiente encuentro, llevar en el álbum el rostro de una identidad más de todas las que se tienen en la vida (ser madre, esposa, cantante, conductor...) y de las que se sientan orgullosos(as)


Cierre

El encuentro se cierra en un círculo reflexivo donde se harán rondas de respiración y estiramiento, invitando rápidamente a los participantes a proponer un estiramiento, para que todos lo repitan: “Juan, cuando estas cansado cómo te estiras.”

5.2.6. Encuentro 6: “El árbol de la vida”

Objetivos:

Fortalecer los recursos propios, reconocer y visibilizar las redes de apoyo con los que cuenta y ha contado cada participante para superar su propia situación.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 81 de 115

Actividad	Duración
Momento 1: Bienvenida	15 min
Momento 3: El árbol de la vida	75 min
Momento 3: Acciones de memoria y dignidad	75 min
Cierre	15 min

Momento 1: Bienvenida:

Actividad 1: Bienvenida

Se les dará la bienvenida a las personas y se les agradecerá por su asistencia. Con el apoyo de los integrantes del grupo, se hará un pequeño resumen de lo vivido en el encuentro anterior. Luego, podrán socializar los que deseen la identidad que trabajaron en su álbum durante la semana, haciendo señalamientos alrededor de los múltiples roles y lugares en los que podemos desarrollarnos plenamente: "nunca somos una única persona, siempre seremos seres humanos dignos con derechos y ciudadanos, pero también somos víctimas, sobrevivientes, líderes, cuidadores, jardineros, cantantes, madres, padres, pareja..."

Actividad 2: Aspectos administrativos:

Recuerde diligenciar el listado de asistencia.


Momento 2: El Árbol de la Vida:

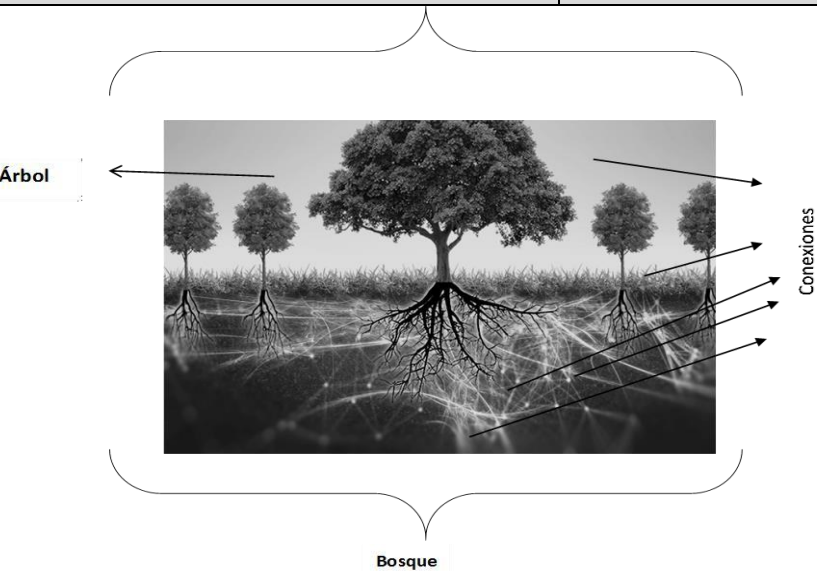
Es un ejercicio que fue creado a partir del enfoque narrativo colectivo para trabajar población vulnerable, que provee caminos para que puedan compartir sus habilidades, destrezas, esperanzas y sueños. Es una metodología desarrollada por Ncazelo Ncube (en Sudáfrica) y David Denborough (del Dulwich Centre, Australia).

Este ejercicio se ha adaptado del ejercicio original, para abarcar otros componentes tales como los contextos significativos de las personas y las redes.

El Árbol de la Vida o El Árbol de mi Vida¹⁴ consta de cuatro partes:

Componentes del Ejercicio:	
Parte 1	Parte 2
Árbol de la vida <input type="checkbox"/> (Individual)	Bosque <input type="checkbox"/> (Grupal)
Versión anterior: Árbol de mi vida	Agrupación de árboles (Perspectiva)
Parte 3	Parte 4


 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 82 de 115

Dificultades que han enfrentado los árboles Recursos para afrontarlas	Conexiones y redes de los árboles (Lo que no se ve, pero nos une)
Foco: Personal	Foco: Social
	

- Significado general de los componentes del árbol:

¹⁴ Árbol de mi vida es un ejercicio que ha sido implementado en la Estrategia de Recuperación Emocional Grupal EREG, del Equipo Psicosocial de la Unidad para las Víctimas desde el año 2014, con grupos de víctimas.

Partes del árbol	Significado
Raíces	Simbolizan a nuestros ancestros, el origen e historia familiar (de dónde venimos); aspectos valorados y sabiduría de nuestro origen: nuestros ancestros, nuestro país de origen, nuestra gente, nuestra familia, nuestras tradiciones.
Tierra	Representa el presente; nuestra vida, intereses y pasatiempos cotidianos: las actividades en las que estamos involucrados y de las que nos nutrimos. Las prácticas culturales y ceremonias familiares
Tronco	El tronco corresponde a nuestras habilidades, destrezas, creencias y valores, que han guiado nuestra vida.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 83 de 115

Ramas	Se refieren a las esperanzas, sueños, propósitos y deseos que tenemos para nuestra propia vida (Se relacionan con las dimensiones integrales del se: Físico, mental, emocional, social, familiar, económico, espiritual, etc.)
Hojas	Representan las personas significativas (vivas o muertas; pueden ser mascotas, personajes ficticios, grupos, organizaciones, etc.). ¿Qué es lo que hizo que estas personas fueran especiales para nosotros?
Frutos	Corresponden a los regalos que hemos recibido durante nuestra vida (pueden ser materiales o no; pueden ser valores o algo que se aprecia).
Flores (o Pájaros)	Representan la contribución que hemos hecho o quisiéramos hacer a la vida de las otras personas/ nuestra comunidad/ nuestro planeta. ¿Cuál ha sido nuestra contribución a las personas que nos rodean? ¿Cuáles son los legados que queremos dejar a los demás?
Bosque	Concepto de grupo o comunidad Importante lo que el bosque necesita para vivir y regularse y garantizar la vida del ecosistema: Agua, luz, nutrientes (macro micronutrientes), vegetación secundaria (musgo, plantas, etc.).
Conexiones	Soporte y nutrición en red o comunidad. Lo que necesitan para vivir y lo que les garantizan a los seres vivos

Instrucciones Ejercicio:

- **Parte 1:**

Las personas dibujan su propio árbol de la vida, en el que identifican sus destrezas y habilidades, esperanzas y sueños, personas significativas. Cada parte del árbol simboliza aspectos particulares de sus vidas y su comunidad. Se inicia contextualizando que se va a hacer un ejercicio que se llama "el árbol de mi vida". Se resalta que este ejercicio me permite identificar las personas que han sido valiosas para la vida de cada uno, y los aprendizajes y aportes que esas personas han dejado.

NOTA: Para la creación del árbol de la vida, el/la profesional psicosocial pondrá a disposición de las y los participantes elementos como colores, crayolas, marcadores, escarchas, revistas, tijeras y pegamento. En general, materiales que estimulen la creatividad. Deberán realizar los árboles en cartulinas de 1/8 para cada participante. Se requerirán lanas para conectar los árboles entre sí.

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	<p>ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO</p>	<p>Código: 400,08,20-8</p>
	<p>PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL</p>	<p>Versión: 04</p>
	<p>PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES</p>	<p>Fecha: 04/06/2021 Página: 84 de 115</p>

- Pasos para realizar el dibujo del árbol:


1. El primer paso es invitar a las personas que piensen en un árbol que les guste. Una vez tengan la imagen de ese árbol, se les pedirá que lo dibujen en un pliego de papel bond.
2. El segundo paso es pedirles a los y las participantes que piensen en las personas que han sido importantes a lo largo de sus vidas y lo que significan para ellos y ellas. El/ la profesional psicosocial puede darles una hoja blanca para que hagan una lista de las personas significativas y al frente de cada persona escriban una o dos palabras que recogen aquello que ha recibido de esta persona. (Ejemplo: Mamá - seguridad; Hijo- amor). Es importante que el/la profesional psicosocial no de ejemplos, pero que se asegure que las personas entiendan la instrucción.

Luego, les entrega a cada sobreviviente papeles de colores (al menos 10), pidiéndoles que le den a cada papel la forma de la hoja del árbol que están construyendo. Una vez han recortado suficientes papeles de colores con forma de hojas de árbol, se les pide que escriban por un lado el nombre de la persona y por el otro aquello que la persona le ha aportado a su vida.

3. El tercer paso, es ubicar a las personas /hojas del árbol, en las ramas del árbol. En aquellos casos en los que alguna persona que fue significativa actualmente está fallecida o desaparecida, se le pedirá a la persona que la incluya en su árbol, si quiere

hacerlo de alguna manera diferente puede usar otro tipo o color de hoja e igual señalar qué le ha aportado esa persona a su vida. Posteriormente, se va a identificar a las personas que son importantes porque brindan apoyo en la vida cotidiana. Puede pasar que sean las mismas personas que están en las hojas del árbol o sean distintas. Igualmente, deben ubicar estas personas en hojas de un color diferente a las anteriores y si es la misma persona, al lado de la hoja que ya está, van a pegar otra con la función de apoyo que cumple según las siguientes preguntas:

- Cuando actualmente tiene un logro ¿A quién busca para contarle este logro?
- ¿A quién acude cuando quiere tener un tiempo de esparcimiento?
- ¿Cuándo está triste o tiene algún problema ¿A quién le cuenta esto que está sintiendo?
- ¿Cuándo tiene problemas de salud, ¿a dónde va y quién le acompaña?
- ¿Cuándo requiere exigir sus derechos ¿a dónde va y quien le acompaña?
- ¿Cuándo quiere sentirse segura/ro a dónde va y qué hace?
- Cuando tiene un inconveniente con su comunidad ¿A dónde acude?
- ¿Quién es la persona con quién más comparte y conversa sobre los asuntos cotidianos de la vida?

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 85 de 115

- En el tronco del árbol, podrán incluir aquello que les da fortaleza, pueden ser personas, pero también creencias, ideas y valores.
- En las raíces del árbol se representa aquello de dónde se viene: los ancestros, los valores importantes de la vida familiar o comunitaria que dan sostén y no dejan caer.
- En las flores, se representarán aprendizajes importantes en la vida que han sido parte de lo compartido en algunas de las relaciones que se han mencionado.
- En las ramas podrán incluir frutos, (mangos, guayabas, duraznos, cocos cualquier fruta que sea significativa para cada persona). Los frutos representan los logros, triunfos y sueños, propósitos del proyecto de vida.


Como una forma de recoger la actividad desarrollada, el/la profesional psicosocial dialogará en torno a lo siguiente:

- ¿Cómo se sienten al darse cuenta de todo aquello que estas personas les han aportado a sus vidas?
- ¿Qué les gustaría hacer para cuidar lo que han recibido de ellas y ellos y continuar recibiendo su apoyo?
- ¿Qué le apporto yo a la vida de cada una de estas personas?
- ¿De qué manera usted y yo, que estamos compartiendo nuestros árboles de la vida, podríamos ser un apoyo la una para la otra, el uno para el otro?
- ¿Cómo cree que de hoy en adelante algunas de estas personas lo podrían acompañar más en la vida?
- ¿Qué espacios estaría dispuesto o necesitaría abrir para que esto sea posible?



- **Parte 2:**

Corresponde al bosque de la vida y éste se forma juntando los árboles de cada participante, formando un gran bosque y apreciando las diferencias y semejanzas de los diferentes árboles.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 86 de 115

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

Una vez observados, les dirá que imaginen que esos árboles son ellos mismos en el grupo y en su comunidad, así que les pedirá que juntos se pongan de acuerdo para reacomodar en una pared todos los árboles como si fueran un solo bosque, pensando que son ellos mismos en relación con este grupo. Al final todos los árboles deben quedar en una pared, como un todo, representando el bosque. El/la profesional psicosocial les pedirá que acomoden sus sillas frente a este gran mural y que lo observen en silencio inicialmente.

Luego de unos minutos en silencio, observado el bosque de la vida, el/la profesional psicosocial podrá preguntar:


- ¿Qué nos gusta de este bosque de la vida?
- ¿Qué nos hace sentir el hacer parte de este bosque de la vida?



• **Parte 3:**

Con el bosque en frente de los y las participantes se les pide que se subdividan en pequeños grupos y dialoguen acerca de las dificultades que han enfrentado estos árboles, que en términos de los bosques son las tormentas, los temblores y terremotos, las inundaciones y demás fenómenos de la naturaleza que han amenazado su supervivencia, y como estas experiencias se parecen a las propias de sus vidas, y que han afectado su estabilidad.

Hay que recordar que este apartado se refiere a “cuando llega la tormenta, o cualquier experiencia que no se puede controlar”, en la que se identifican las dificultades que han enfrentado las personas y las formas en las que han respondido a ellas.

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	<p>ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO</p>	<p>Código: 400,08,20-8</p>
	<p>PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL</p>	<p>Versión: 04</p>
	<p>PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES</p>	<p>Fecha: 04/06/2021 Página: 87 de 115</p>

En un primer momento se conversa sobre las dificultades que enfrentan los árboles cuando llega la tormenta y posteriormente se identifican los momentos difíciles que pueden experimentar las personas y las comunidades o si se prefiere los árboles y los bosques, y como han logrado mantenerse unidos a pesar de las tormentas o dificultades.

Se recogen los comentarios de los subgrupos en una cartelera, para ser utilizados en la parte 4 del ejercicio.

- **Parte 4:**

Una vez tengan todas esas experiencias movilizadoras; se les pide que realicen una reflexión acerca de los recursos que han tenido esos árboles y ellos mismos para salir adelante. El/la profesional psicosocial también podrá preguntar:

- ¿Qué podemos hacer y que hemos hecho para sobrevivir a una tormenta?
- ¿Cómo podemos preservar y proteger nuestro bosque de la vida y nuestros árboles de vida?
- ¿Quiénes hemos descubierto que nos ayudan?
- ¿Qué celebraciones nos unen?


Esta parte de la actividad se puede hacer de tres formas:

1. Dividir al grupo en 8 subgrupos y asignar a cada subgrupo un color de círculos, para que trabajen sobre esa categoría, con el cuadro que se encuentra más abajo.
2. Dar a cada subgrupo un juego con los 8 colores y que cada uno diligencie uno diligencie una serie completa. (Aquí pueden conformarse de 4 a 5 subgrupos, dependiendo del número de personas)
3. Subdividir los grupos y darles de a 2 colores por grupo, para definir los recursos de la red.

Se entregarán a los y las participantes pequeños círculos de cartulina, de colores, para que coloquen los recursos y aspectos generales con los que cuentan los árboles y el bosque para sobrevivir a las tormentas y mantenerse vivo y fuerte (árboles y bosque). Estos círculos deben tener perforaciones en cuatro partes.

Es importante llevar a pensar que los recursos que deben escribir son todos aquellos apoyos personales, familiares, comunitarios, sociales y estatales que les permiten mantenerse vivos y sobreviviendo, y que puedan ser pegados alrededor del bosque de árboles para mostrar que cuentan con recursos internos, externos (familia, amigos, la comunidad, el estado), como grupo para cuidarse entre sí, y para ser cuidado por otros.

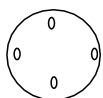
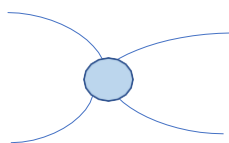
Una vez que han colocado todos esos recursos con los que cuentan los árboles, cada

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 88 de 115

subgrupo pondrá las cuatro lanas, para que posteriormente se construya la red. Esta se denominará **“la red invisible...la red de la vida”**, y el grupo se colocará alrededor del bosque, y uno a uno pasará al frente y hará un enlace y regresará a ocupar su lugar, una vez que todos pasen, se tomarán de gancho alrededor de su bosque, y observarán en silencio el bosque construido por todos (se les pide que saquen conclusiones en silencio). Luego se les pide que realicen una inspiración profunda y que en silencio vuelvan a su lugar.

Por último, dialogarán sobre los todos los aspectos y lazos que unen a los árboles y les dan elementos que los conectan y les permiten vivir y protegerse, aunque ellos no se den cuenta y que les dan soporte y apoyo en todos los momentos de la vida.

Elementos para construir la Red:

Conexiones invisibles	Modelos	Significado
Círculos azules		Las celebraciones colombianas
Círculos beige		Los recursos del Estado y de las instituciones
Círculos rosados		Los recursos familiares
Círculos verdes		Los recursos de la comunidad
Círculos naranjas		Los recursos personales
Círculos rojos suaves		Los derechos que se deben conservar
<p>Nota: Estos círculos se pegarán en diferentes puntos del cielo, del subsuelo (o la capa de tierra profunda, entre las raíces, en el Aire, en el agua). Luego con lanas, unirán esos elementos que dan apoyo a los árboles y que les permiten vivir, se unirán con hilos que conformarán la red.</p>		




Es importante que el grupo pueda tener un "parte" o "réplica" de su árbol en el álbum de la Estrategia, además, en este encuentro se vuelve a auto medir el proceso de recuperación emocional, como se hizo en el primer encuentro. Es importante retomar, las indicaciones y reflexiones dadas en ese momento.



La noción de recuperación emocional se plantea como "los procesos psicosociales que le permiten al sobreviviente narrar los recuerdos significativos de su pasado, nombrar los actos heroicos de su experiencia, mostrar la resignificación emocional y corporal de la afectación psicosocial y restablecer o crear lazos de empatía o solidaridad ciudadana".

Para esto, el/la profesional psicosocial les solicitará a las personas que abran el álbum en el encuentro seis y leerá la pregunta referente a la noción de recuperación emocional: Para algunas personas víctimas del conflicto armado, recuperarse emocionalmente significa poder "lidiar con la vida". Para usted, en una frase ¿qué significa recuperarse emocionalmente?, esto puede ser a nivel personal, familiar o comunitario. Se dará un tiempo prudente para que los participantes respondan la pregunta y luego se proseguirá con la siguiente: Si estuviéramos en un camino donde

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 90 de 115

el objetivo es...(el objetivo se podría plantear desde la recuperación emocional, el restablecimiento de su dignidad y ejercicios de memoria); por último, y ese camino lo recorreremos en 10 pasos, ¿en este momento a cuántos pasos está usted de llegar si compara este camino con lo pensaba y sentía en el encuentro 1?. El/la profesional psicosocial debe aclarar que entre más alto sea el número (10) mayor es la distancia para lograr cumplir ese objetivo. Así mismo, hay que mencionar que “algunos pueden este momento considerar que están a 10 pasos de lograr ese objetivo, otros pueden estar a 6 y otros a 1, lo importante es ser consciente del objetivo que quieren cumplir y cómo quieren llegar a él”.

Nota: Si la persona manifiesta sentirse más lejos, en comparación con lo que sentía el primer día, es importante no ver esto como un “retroceso” sino los sentimientos naturales/normales por los que se atraviesa cuando nos damos la oportunidad de abordar y trabajar nuestro sufrimiento para sanarlo. Las personas deben saber que es normal y que pasará, el que tengan nuevamente sueños relacionados con los hechos victimizantes y presenten mayores momentos de reflexión asociados a la tristeza y el dolor y que estos son los mecanismos para poder asimilarlos y seguir adelante, no se van a volver a sentir así.


Momento 3: Acciones de memoria y dignidad

Una vez agotada la reflexión sobre el árbol de la vida y el bosque de la vida, se retomarán las conversaciones sobre la iniciativa de memoria, pero en este encuentro es importante que el grupo defina la iniciativa, incluyendo, qué, por qué, cómo (paso a paso) cuándo, dónde, con qué y con quienes. Con este avance, el referente psicosocial construirá el guion metodológico que enviará esa semana para revisión y fortalecimiento del enlace nacional que tenga como apoyo. El Enlace nacional, enviará retroalimentación la siguiente semana (encuentro 8) y la materialización de esta será a los 15 días (encuentro 9)

5.2.7. Encuentro 7: “Horizonte de vida”

Objetivo:

Actividad	Duración
Momento 1: Bienvenida	20 min
Momento 2: Aspectos administrativos	10 min
Momento 3: Hilando mi pasado, presente y futuro	60 min
Momento 4: Construcción de acción de memoria	60 min
Cierre	10 min

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 91 de 115

Momento 1: Bienvenida y Acogida

Se da la bienvenida al grupo y se le agradece su puntualidad, luego se insta a la siguiente pregunta:

¿Cuáles son los hilos que se han tejido hasta ahora entre nosotros y cómo eso ha atravesado y podría atravesar todas nuestras relaciones?

“Para ampliar nuestro conocimiento del grupo, cada uno va a pensar en *¿qué es lo que hemos construido juntos hasta ahora?* y una vez tengan esta idea en la cabeza, tomará un ovillo de lana y lanzándolo a un participante le dirá *qué ha visto en ella como un aporte para el grupo* luego esa persona que recibe el ovillo le lanza la lana a otra, resaltando también una de sus cualidades. La lana se seguirá lanzando en forma de red o telaraña, sucesivamente hasta que todos hayan sido reconocidos”

Luego, para devolver la lana, se le pide que al lanzarla de regreso cuenten *¿cómo esto que hemos construido juntos ha tenido algún efecto en mi familia, o en mis vecinos, o en mi pareja, o en alguna de mis relaciones significativas?*

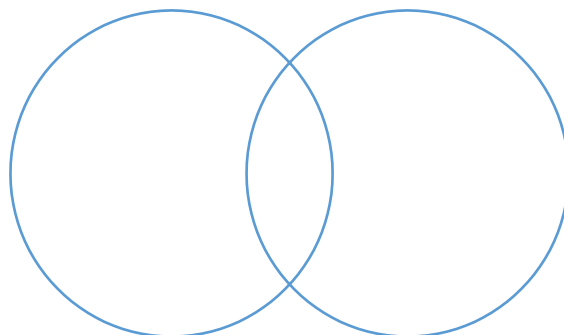
Este momento de la presentación, puede ser más largo que el tiempo utilizando en las anteriores, por lo tanto, se sugiere que realicen esta actividad sentados, constituye un acto de reconocimiento y de fortalecimiento de los vínculos y la confianza en el grupo, por lo tanto, es importante darle tiempo suficiente a este momento.


Momento 2: Aspectos Administrativos

Recuerde que es muy importante diligenciar el listado de asistencia.

Momento 3: Hilando mi pasado, presente y futuro

Perspectiva de vida: Cada participante, con ayuda de un molde, dibujará sobre un octavo de cartulina 2 círculos tal y como lo muestra la siguiente figura:



 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 92 de 115

El círculo izquierdo hace referencia a los logros y proyectos contruidos y no contruidos por los participantes, el centro es el lugar en donde la persona se encuentra en la vida, y el círculo derecho hace referencia a aquellas metas, objetivos y sueños por lograr. (Nociones de pasado – presente y futuro)

Para el desarrollo del ejercicio, se le pedirá a cada participante que realice un dibujo de sí mismo en el centro de los dos círculos. Este dibujo puede ser también un símbolo o una escena que represente cómo se ve, en este momento, de su vida en todas sus dimensiones (Pero se debe pensar igualmente en todas las dimensiones del ser humano, a nivel personal, familiar, social, emocional, espiritual, material y económico, por ejemplo).


Luego se les pedirá que escriban o dibujen en el círculo izquierdo aquellos proyectos y objetivos logrados en el pasado y los no realizados, ya sea porque dejaron de ser importantes, cambiaron los proyectos o no se lograron a pesar de intentarlo.

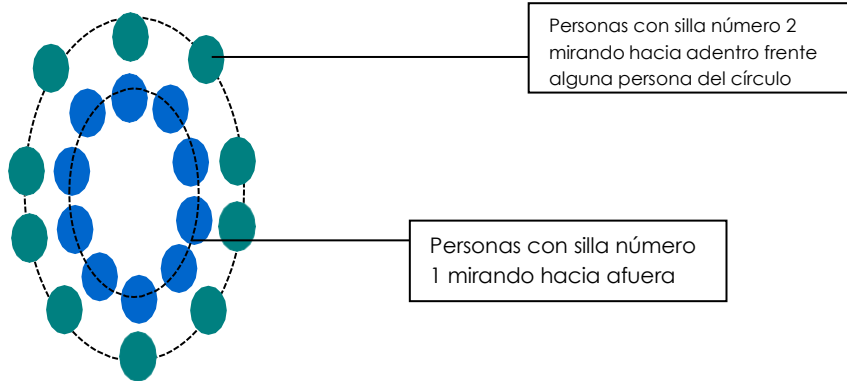
Posteriormente, se les solicitará que en el círculo derecho escriban o representen a través de un dibujo lo que para ellos es el horizonte de vida, es decir, aquello que quieren y desean lograr. Un nuevo proyecto o un proyecto que aún se desea cumplir.

Nota: Es importante que tanto de los logros alcanzados como los sueños por lograr sean pensados y proyectados teniendo en cuenta los aspectos personales, familiares, sociales, laborales, emocionales, materiales, de salud, educación, y demás, llevando a los sobrevivientes a pensar en los diferentes roles que asumen y pueden asumir en la vida.

Círculos Concéntricos:

Una vez todos tengan sus tejidos, el/la psicossocial le dirá al grupo que se ponga de pie en un círculo grande, el profesional dirá: “vamos a numerarnos del 1 al 2” hecho esto indicará: “todas las personas con el número 1 pasarán al centro con su silla formando un círculo” Luego se les indicará que ubiquen sus sillas en un círculo que mire hacia afuera, Una vez esté conformado el círculo interior, el profesional indicará a las personas con el número 2 (que es la otra mitad) que se sienten con sus sillas, justo al frente de alguien del círculo que acaban de formar sus compañeros y compañeras.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 93 de 115




TENGA EN CUENTA: En este ejercicio, las personas del círculo de afuera deben moverse hacia su derecha, de una silla a otra varias veces, tenga en cuenta la disposición de las personas para moverse y luego de tener armados los dos círculos con las personas sentadas, pregúntele a las personas mayores y con alguna discapacidad física que limite sus movimientos si está bien para ellos tener que moverse varias veces de silla. No suponga que por ser una persona mayor no puede o desea moverse, igualmente con las personas con discapacidad física.

Este ejercicio busca producir diálogos entre los y las participantes asociados a la construcción de las narrativas sobre algunas condiciones emergentes a partir de los hechos de vida asociados a ciclos, planes, metas y proyectos. Para la realización de este ejercicio se tendrán en cuenta los siguientes puntos:

Vamos a pedirles los participantes que saluden al compañero o compañera que tiene al frente, cuénteles cómo ha sido conocerlo(a) y participar en este grupo hasta ahora. Al finalizar esta parte del ejercicio, el profesional les pedirá a las personas que están en las sillas de afuera (número 2) que roten hacia la silla de su derecha, ayudando a quienes se confundan en la rotación.

En este momento se les pedirá a las personas que están en las sillas de afuera que le cuenten a la persona que tienen al frente "quiénes son": la instrucción dada por el profesional puede ser: "cuénteles, por favor a la persona que tiene al frente ¿quién es usted? Estando atento a que todas las personas hagan el ejercicio dirá: "bueno, ahora los de las sillas de adentro, pregúntenle ¿qué más es?" "Si ya le dijo que es María, pregúntele, ¿además de María qué más es?". Atento/a siempre a las dinámicas de lo que va ocurriendo con las respuestas entre participantes, el profesional seguirá indicando: "Si ya le dijo que era María y era madre de 2 niños, pregúntele ¿y qué

 <p>Unidad para las Víctimas</p>	<p>ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO</p>	<p>Código: 400,08,20-8</p>
	<p>PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL</p>	<p>Versión: 04</p>
	<p>PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES</p>	<p>Fecha: 04/06/2021 Página: 94 de 115</p>

más es? El profesional podrá seguir con esta rutina una o dos veces más, hasta que se asegure que el grupo entiende la dinámica y puede dar la instrucción general de la siguiente manera: "Los que están en las sillas de adentro, no dejen de preguntar al otro ¿y qué más es?, al menos 5 veces, hasta que se dé cuenta de todas las muchas cosas que es además de ser María, una persona trabajadora y madre. Por ejemplo, la dinámica funcionaría de la siguiente manera:

Persona 1: Yo soy.... María

Persona 2: ¿y qué más es? Persona 1: madre de dos niños Persona 2: ¿y qué más es?

Persona 1: esposa...hija, hermana, jardinera, trabajadora, honesta...sobreviviente, ciudadana.

Luego el profesional les pedirá a las personas que roten a la silla de la derecha, ayudando a quienes se confundan en la rotación.

Se les pedirá que repitan el ejercicio, pero ahora contarán quiénes son, las personas del interior del círculo y las de afuera preguntarán ¿y qué más son?


Luego el profesional les pedirá a las personas que roten a silla de la derecha, ayudando a quienes se confundan en la rotación.

Ahora, el profesional le pedirá a los y las participantes que se cuenten sobre el ejercicio de perspectiva de vida que acaban de realizar, abordando el pasado, el presente y el futuro. Pueden contar lo que quieran, como quieran y deteniéndose en los puntos que crean fundamentales, es un diálogo donde quien escucha puede preguntar y opinar. Empieza la persona que está afuera y una vez terminado el tema, deben rotar a la silla de la derecha y escuchar a la persona dl círculo interior.

NOTA: El acento de esta ronda está en lo que la persona ha hecho, hace y hará para salir adelante a nivel emocional, familiar, social, material, económico, espiritual... para salir adelante.

Para finalizar, se les pedirá que junto con la nueva persona que tienen al frente, realicen respiraciones conscientes, mientras se toman de las manos (si lo desean) y se miran, se los invita a decirse algo que les salga del corazón: "¿qué le gustaría decirle a la persona que tiene al frente?, dígame, por favor algo que le salga del corazón y crea que le aportará a su trascurso de vida"

Al finalizar esta parte del ejercicio, el profesional pedirá a las personas del círculo externo que roten a la silla de la derecha, ayudando a quienes se confundan en la

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 95 de 115

rotación.

Las personas que están en las sillas de afuera le preguntarán a la persona que tienen al frente: ¿Para cumplir sus nuevas metas y sueños usted qué tiene que hacer?, y se les pedirá que las personas del círculo interior contesten: “yo tengo que...” Luego, las personas de las sillas de afuera les dirán: “Usted no tiene que hacer eso, usted quiere... (incluyendo lo que le acaban de decir)”

El profesional va a permitir que sea posible este intercambio haciendo ejemplos como:

- Usted no tiene que cambiar, usted quiere cambiar
- Usted no tiene que salir adelante, usted quiere salir adelante

Al finalizar esta parte del ejercicio, el/la profesional psicosocial les pedirá a las personas que se den las gracias por el espacio compartido y la confianza que se brindaron unas a otras para escuchar y ser escuchadas.

Momento 4: Construcción de acción de memoria

Para iniciar el/la profesional psicosocial socializará la retroalimentación del guion construido, se repasarán tareas, elaboran insumos que se requieran y se dejará listo el paso a paso para la acción en el encuentro a nivel logístico, operativo y metodológicos (objetivo, alcance y sentido para el grupo).

Momento 5 Cierre:

Se sugiere preguntar al grupo cómo quieren cerrar el espacio y que este cierre sea liderado por algunos participantes. ¿Qué requerimos para cerrar este espacio?


El profesional deberá encargar al grupo traer para el siguiente encuentro materiales para construir un telar casero: https://www.youtube.com/watch?v=EuWvR_tNkI

5.2.8. Encuentro 8: “Retomando metas”

Objetivos:

Avanzar en el proceso de fortalecimiento en hábitos de ahorro e inversión adecuada de los recursos, brindando herramientas básicas de educación financiera que promuevan el empoderamiento y autonomía frente al proyecto de vida.

Actividad	Duración
Momento 1: Bienvenida y acciones administrativas	10 min

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 96 de 115

Actividad	Duración
Momento 2: Retomando Metas	90 min
Momento 3: Un telar para el futuro	60 min
Cierre	10 min


Momento 1: Bienvenida

Se les dará la bienvenida a las personas y se les agradecerá por su asistencia. Se hará un pequeño resumen de lo vivido en el encuentro anterior (con el apoyo de los integrantes del grupo), además se tomará la lista de asistencia.

Momento 2: Actividades de educación financiera: Un hilo más para educación financiera en mi vida

Actividad 1: Jarrón



 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 97 de 115

El/la profesional psicosocial hará énfasis en la importancia que tiene la forma tradicional, histórica en que han manejado su economía, en el rol que desempeñaron o desempeñan ya sea como comerciantes, trabajadores, independientes, empleados, en las labores del campo, formales o informales y que el encuentro de hoy es una invitación para aprender algo quizás nuevo o reforzar lo que ya conocen y compartir con los demás sus conocimientos. No todos somos igual de hábiles a la hora de llevar nuestra economía ya sea en escasez o en abundancia y se señala que para las personas que no se vieron afectadas por el desplazamiento, quizás, sea también el momento de volver a pensar en cómo llevaban las

riendas de su hogar a nivel económico antes de los hechos y en cómo las quieren llevar ahora, ya que definitivamente la vida nos cambia en todos los sentidos, incluida la economía del hogar.

“Ahora, vamos a hacer algunos ejercicios y vamos a ver cómo nos sirven en nuestra vida, es necesario que los hagamos de manera juiciosa y que pensemos en nuestra vida, tal y como es, para que estas herramientas nos ayudan a darle un orden y una estructura a eso que a veces se nos desordena en el manejo de nuestra economía la cual, no solo la compone el manejo del dinero, sino el manejo de nuestro tiempo, de los servicios públicos, del teléfono...”.

El/la profesional psicosocial, invita al grupo a sacar el álbum y abrirlo en el Encuentro 8 “Retomando metas” Y señala: “Vamos a colorear las líneas que muestran las grietas de la vasija y vamos a decorarla como más les guste” Mientras las personas




¡Siempre hay una nueva oportunidad!
[Kintsugi]

realizan el ejercicio, el/la profesional psicosocial puede mencionar que en Japón las vasijas rotas son pegadas con hilos de plata u oro, de esta manera las piezas restauradas quedan más hermosas que antes y cobran más valor del que tenían antes de romperse. En nuestra vida, los aprendizajes que nos dejan las experiencias que vivimos también nos hacen personas más valiosas, y aunque la victimización nunca debió haber ocurrido, el hecho de ser capaces

de sobreponernos y seguir con la vida es un motivo de admiración”.

Después de que hayan decorado la vasija, el/la profesional psicosocial pregunta ¿Qué tal quedo? ¿Cómo se ve ahora? ¿Qué les dice esa imagen que acaban de hacer en relación con su propia vida? ¿Qué les dice del proceso que estamos viviendo juntos?, recogiendo y validando las respuestas el grupo.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 98 de 115




Actividad 2: ¿Qué logré, ¿qué quiero lograr, qué meta me propongo en este encuentro?

El/la profesional psicosocial invitará al grupo ahora a pensar y dialogar sobre todas las cosas o aspectos que ha logrado después de los hechos de violencia recogiendo los diálogos que se tuvieron con la construcción del mandala, luego sobre aquello que quiere lograr que posiblemente sea lo mismo o diferente a lo expresado en el árbol de la vida o el ejercicio de perspectiva de vida y por último que cada uno/a de los sobrevivientes piense en qué meta le gustaría proponerse en el corto tiempo. El/la profesional psicosocial motiva la conversación acerca de los sueños e invita a los/as víctimas/sobrevivientes a escoger, de todas las identificadas, una sola meta, la más específica o cuantificable que la persona haya consignado, para hablar sobre ésta durante el encuentro de forma que sirva como ejemplo para los ejercicios.

Actividad 3: Concepto de ahorro

Luego el/la profesional psicosocial promoverá el diálogo acerca de los conceptos de "Ahorro" y "Planificación", permitiendo que los asistentes cuenten dos o tres experiencias de ahorro y planificación y compartan su propia experiencia, pero también pensando en ejemplos donde no se involucre dinero de manera tangible, pero sí actividades que requieren planificación y tienen un valor monetario como el trabajo en el hogar, entre otros.

Luego del diálogo acerca del ahorro y la planificación, el/la profesional psicosocial debe cerrar la interlocución haciendo énfasis en que estos serán dos aspectos relevantes o muy importantes, continuando con la lectura de "Las claves del ahorro" permitiendo que algunas personas cuenten sus experiencias y su método de ahorrar,

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 99 de 115

el/la profesional psicosocial se valdrá de los comentarios del grupo o de los ejemplos que conoce para dinamizar la temática.

Actividad 4: Ejemplo de Ismael


Posteriormente, el/la profesional psicosocial dará ejemplos de formas de ahorro como el de Ismael. Para este ejercicio es importante escribir (en un papel kraft o en el tablero) los cálculos que aparecen en el álbum. Invitando al grupo a observar la imagen del álbum, se pide al grupo que nos cuente lo que de ella comprenden. Una vez se explora el tema se presenta la fórmula al grupo para los cálculos necesarios con otros ejemplos propios de su cotidianidad. Esta forma de ahorro y planeación es un método utilizado en el programa “Mujeres Ahorradoras” el/la profesional psicosocial puede preguntar al grupo sobre sus experiencias en este programa o si conocen a alguien que lo haya realizado, así como otras experiencias de ahorro de este tipo o con otro modelo, validando las respuestas y motivando al grupo a que comparta sus saberes al respecto.



En este ejercicio resalte las siguientes ideas:

- Para ahorrar no hace falta recibir o tener mucho dinero.
- Ahorre cantidades diferentes, pequeñas o grandes, pero acostúmbrese a guardar.
- Si tiene que gastar parte del dinero para cubrir una emergencia, no abandone su costumbre de ahorrar.
- Ahorrar le permite ser previsor, invertir y controlar las deudas.

Haciendo uso de los materiales que tiene a su disposición el/la profesional psicosocial puede realizar la presentación de las fórmulas para facilitar la comprensión y diálogo al interior del grupo. Se recomienda que a partir de las experiencias de los y las participantes se establezcan ejemplos cercanos a la vida cotidiana de los participantes. Es indispensable repetir el ejercicio con diferentes ejemplos de ahorro,

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 100 de 115

hasta asegurarse que cada participante comprendió la fórmula.

NOTA: Recuerde que las personas participantes en los encuentros han salido adelante sin nuestro apoyo y en este momento somos pasajeros en sus vidas, así que es muy importante reconocer y reforzar sus fortalezas y habilidades. Así, por ejemplo, recuerde que la noción de número y cantidad se desarrolla, aunque las personas sean analfabetas o hayan tenido procesos muy cortos de escolarización e incluso en personas con discapacidades cognitivas leves o síndromes como Down, así que seguramente la mayoría sabrá hacer estos cálculos muy bien, incluso sin calculadora.

Actividad 5: Ejercicio práctico


Nota: Es importante aclarar que este ejercicio es privado y las personas no tendrán que compartirlo si no quieren. Si hay personas que manifiestan que no manejan dinero, debido a que aportan en su hogar de otra forma o están desempleadas, se

invita a que se realice el ejercicio pensando en el ahorro de la familia o colocándole un valor a su trabajo, es decir, si se cuidan los nietos, por ejemplo, este cuidado tiene un valor diario, que se vuelve en un ahorro mensual para la familia y por tanto un aporte de parte de la persona a la meta familiar. También puede convertirse en un ejercicio de reflexión sobre el aporte a la familia cuando se está desempleado y la importancia que tiene realizar estas actividades para la economía familiar.

El/la profesional psicosocial debe verificar que cada participante realice el registro de la información, enfatizado en que es un ejercicio privado y nadie tiene las mismas finanzas que otro, por lo tanto, cada uno puede ahorrar una cantidad diferente a los demás. Pasados 10 minutos las personas que lo deseen pueden socializar su ejercicio, en caso de que nadie participe se debe retomar un ejemplo de la vida real.

El/la profesional psicosocial, recoge el ejercicio aclarando que, como ven, siempre aportamos a nuestra economía y la de nuestra familia de formas diferentes e importantes y que pensar en que podemos ahorrar algún dinero será un nuevo aporte. Posteriormente el/la profesional psicosocial se toma un tiempo para explicar que el símbolo de la casa indica que hay algunas actividades para desarrollar en casa. Luego explica que esta es la primera actividad que se les propone para que la realicen durante la semana y que es un reto para el grupo.

Continúa diciendo: “quiero proponerles un compartir para el siguiente encuentro, la idea es que este compartir surja de nuestro ahorro durante toda la semana. Algunos miembros del grupo no manejan dinero diariamente, pero aportan a sus familias con su trabajo y tiempo, ¿estas personas podrían ayudarme a preparar el compartir?

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 101 de 115


(espera a que las personas manifiesten su voluntad de apoyar en la preparación y les indica que deben verse un poco antes del encuentro siguiente y organizar algunas cosas por teléfono. Luego continua, algunas personas podrían aportar a este compartir con un ahorro pequeño durante estos días ¿Cuánto creen que podríamos ahorrar a partir de mañana y durante 5 días? Permita que los participantes del grupo le indiquen a partir de sus respuestas el alcance que quisieran tener con esta actividad. Si percibe silencios en el grupo plantee de inicio una cifra ¿50 pesos? Valida la posibilidad con el grupo, ¿100 pesos?... (El monto no debe ser superior a 200 pesos diarios) de manera que no sea entendido como una imposición al grupo y no generen tensiones innecesarias en los participantes.

Nota: Es muy importante estar atento(a) a los mensajes corporales y no verbales del grupo frente a la propuesta del ahorro y el monto, evitando así que las personas se sientan presionadas a cumplir algo que no pueden o le implicaría un sacrificio muy grande respecto a su economía.

Una vez se logre establecer el monto del ahorro diario, se determina el valor que aportará cada uno de los participantes para el compartir, por ejemplo, si ahorran 200 pesos diarios, en 5 días se reunirían mil pesos (\$1.000) por persona y por grupo entre diez mil y veinte mil pesos (\$10.000 y \$20.000) sin contar con las personas que aportaran con su trabajo, quienes apoyarán preparando los alimentos (esto depende de la cohesión del grupo y la dinámica grupal y debe salir del mismo grupo), pero siempre deben tener un lugar importante en la logística y funcionamiento del compartir (decorar el salón, recibir los alimentos y entregarlos para que alcance para todos o disponerlos en una mesa tipo buffet para todos....no se deben dejar al azar estas labores y el psicosocial que conoce la dinámica del grupo deberá pensarlas con anticipación sin generar acciones dañosas que se salgan de su control).

Nota: los participantes que aporten con su trabajo también pueden contribuir a la meta de ahorro grupal si lo desean.

El/la profesional psicosocial, también puede llegar a un consenso con el grupo y proponer una meta de ahorro para cumplirla de manera individual antes del siguiente encuentro (pequeña para evitar aislar a las personas que estén en condiciones difíciles). Por ejemplo, cada participante ahorrará 100 pesos diarios y traerá un jugo, cada participante ahorrará 50 pesos diarios y traerá unas galletas. Cada grupo define según sus expectativas y creatividad la meta que trabajarán. Permita que el grupo fluya en esta actividad, sin imponer el compartir o la posibilidad de traer el resultado del ahorro de forma individual. Es indicado animar al grupo a proponer metas

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 102 de 115

creativas, a que se comuniquen entre sí los siguientes días, se recuerden los compromisos para el próximo encuentro y preparen el compartir en caso de que deseen realizarlo.


Momento 3: Un telar para hilar el futuro que queremos vivir

Para continuar el encuentro y manteniendo el círculo, él/la profesional psicosocial repartirá a cada persona un papel de color. En ese papel, deberán escribir en una frase en presente que recoge lo que quieren hacer para su futuro. Pueden pensarla a partir de 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 cómo estamos? Luego, el profesional dirá: Para escribir nuestro futuro vamos a iniciar con:

“hoy /fecha del día de encuentro/ del año 2030 estoy con (nombro las personas con las que me veo) ... en... (El lugar donde me imagino) ... haciendo... (Lo que quiero hacer) y logramos (lo que hice/hicimos para hacerlo posible) 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 (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 lo amarremos con lanas de colores y marcándolo con un símbolo externo que les permita reconocerlo. Una vez terminado, cada uno lo ira poniendo dentro del recipiente (construido a partir del material reciclado llevado por el grupo) y en silencio, al entregarlo a la batea, cada persona repite mentalmente sus deseos, oraciones, propósitos o plegarias”

Luego, se les pide que escriban en un papel de otro color, qué tendría que hacer distinto ahora para empezar a construir la vida que quiere vivir. Se les explica que para que puedan tomar de la batea el futuro que quieren para sí mismo, deben dar algo a cambio y ese dar es lo que están dispuestos a hacer distinto para lograr alcanzar ese futuro e igualmente amarra el papel con lana de colores y lo marca externamente de forma que pueda identificarlo. Posteriormente de manera ritual, cada persona, 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.

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 103 de 115

Para terminar este acto, 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 cada persona le agradece con su mirada y sin utilizar palabras a la persona de la izquierda por todo aquello que acaban de vivir juntos y en un gesto de generosidad, lleva su mano al corazón y toma de allí la confianza de que el propósito del otro es un hecho realizado. Después, mirándole a los ojos nuevamente, le entrega con la mano que puso en el corazón las siguientes palabras: “con tinta que he tomado de mi corazón, yo te digo, que todo lo que has proyectado para tu vida, Hecho Está”, como un gesto de confirmación de que su futuro posible es posible. Así sucesivamente, cada persona hará lo mismo con él o la participante que tiene a su izquierda 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.

Finalmente, todos tomarán los papeles construidos y los pegaran en su álbum y con las lanas y material que llevaron construirán una manilla como símbolo, recordatorio de sus metas y sueños y las acciones para alcanzarlos.

https://www.youtube.com/watch?v=EuWvR_JtNKI

Cierre: Cada participante se pondrá su manilla, diciendo al grupo lo que para el o ella representa, la forma en que los puede seguir acompañando, así no la usen y su expectativa para la iniciativa de memoria.

5.2.9. Encuentro 9: “Acción de Memoria”


Objetivo:

Materializar o presentar la acción de memoria construida por el grupo como medida de satisfacción y de garantía de no repetición.

Actividad	Duración
Momento 1: Bienvenida	10 min
Momento 2: Presentación de la acción de memoria	140 +min
Momento 3: Aspectos administrativos y Celebra la vida	30 min
Momento 4: Cierre	15 min

Momento 1: Bienvenida

Se les dará la bienvenida a las personas y se les agradecerá por su asistencia. Se hará una reflexión en torno a que se trata del último encuentro por lo que el/la

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 104 de 115

profesional psicosocial agradecerá a todos el haber participado en la Estrategia y se dará paso a la agenda acordada con el grupo previamente para la acción de memoria.

Momento 2: Presentación de la acción de memoria

Se realiza la presentación de la acción de memoria según lo definido previamente por el equipo.

A continuación, se presentan algunos ejemplos de acciones de memoria desarrolladas:



Unidad para las Víctimas

ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO

Código: 400,08,20-8

PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL


Versión: 04

PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES

Fecha: 04/06/2021

Página: 105 de 115



 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 106 de 115



Momento 3: Aspectos administrativos y medición de recuperación emocional

Recuerde que es muy importante diligenciar el listado de asistencia.

Respecto a la medición de recuperación emocional de los participantes, se realizará al iniciar el encuentro 1, 6 y al finalizar la Acción de Memoria. Es importante que se brinde un espacio para reconocer el camino recorrido y la medición realizada en los tres momentos, ¿qué significa para cada participante?

Momento 4: Cierre


Celebra la vida

Para iniciar, el /la profesional psicosocial dirá: “ste es un encuentro de reconocimiento y celebración de la vida juntos, que vamos a celebrar lo que hemos construido juntos, y lo que este grupo me ha aportado, pero también lo que podríamos construir con otros, incluso diferentes “un buen vivir”, pensando en que “tenemos la visión de que todo está unido e integrado, y que existe una interdependencia entre todo y entre todos”¹⁵. Lo anterior nos muestra que nuestro proceso como grupo nos ha “movido” /” transformado” /” sanado” (usar palabras propias de lo que el grupo ha expresado en los encuentros de recuperación emocional)no solo a nosotros mismos, sino también a quienes nos rodean y con quienes nos encontramos viviendo juntos”.

“El solo hecho de vivir juntos, de convivir con los otros, respetando y aceptando sus diferencias, nos muestra cómo es posible pensar en construir una paz, donde los

¹⁵ 13 Huanacuni, Fernando “Paradigma Occidental y paradigma indígena originario”, en América Latina en movimiento No 452, año XXXIV, II Época, 2010, p.17

problemas, las diferencias y los conflictos no se tramiten por la vía armada o de la violencia. Hoy entonces, nuestro diálogo va a tomar forma de celebración”

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 107 de 115

“¿Qué sería importante para ustedes celebrar hoy?” el/la profesional psicosocial va a recoger y a encuadrar en que la celebración debe estar relacionada con lo vivido en HILANDO y sus efectos en la vida. Escuchará uno por uno los motivos de celebración de cada participante. Después de que hemos construido un motivo conjunto para celebrar se le va a decir al grupo que vamos a escuchar y a sentir una música que es ancestral en el sentido que se dio antes de todos los desarrollos musicales y que conecta a todos los seres humanos. (Música de tambores)


El profesional psicosocial, invita a las y los participantes a que piensen en quienes, de las personas importantes para ellos, celebrarían lo que vamos a celebrar entre nosotros ahora y les pide que, como un acto ritual de invitarlos a esta celebración, uno por uno va a mencionar en voz alta y para que todos escuchemos el nombre y el apellido de sus invitados a esta celebración. Mientras se llaman a los invitados estamos en silencio, escuchando sus nombres y cada vez que un participante pronuncia el nombre de uno de sus invitados el grupo responde “bienvenido” o “bienvenida”; pueden hacer una bulla, aplaudir, hacer sonidos con los pies u otra q se les ocurra y/o acuerden en el grupo. El/la profesional psicosocial pone la música e invita a las personas a que nos movamos libremente por el espacio, que dejen que su cuerpo se deje llevar por lo que está escuchando y sintiendo.

Tenga en cuenta: Esta actividad depende de que los profesionales psicosociales pueden conseguirse en el municipio o en sus propias redes unos parlantes que permiten amplificar el sonido que puede ser reproducido por un computador o un celular. En caso contrario puede motivar previamente a los participantes del grupo para apoyarle en la consecución de estos elementos. En su defecto el mismo grupo podrá generar los sonidos que considere más apropiados para la celebración.

Después de esto se les pide a las personas que se organicen en grupos de 4 y van a conversar sobre: ¿Cuál es el impacto o efecto que otros/as han tenido en mi proceso de recuperación emocional y cual el impacto o efecto que mi recuperación emocional ha tenido o podría tener en la vida de otros/as?

Con estas ideas de la conversación cada grupo va a escribir una estrofa (4 o 5 líneas) que al unirse todas conformarán una “canción del grupo”. Para poder crear la canción el grupo deberá elegir una melodía que les guste, esto es un género musical (puede ser un vallenato, cumbia, porro, llanera, etc.)

Antes de la organización por grupos para escribir las estrofas, es importante que elijan todos juntos una sola melodía y ritmo para la canción, y después van a cambiarle la letra a esa canción, con la letra que construyeron por estrofas, en cada grupo. Sí en el grupo hay personas que saben componer, pueden hacerle una música particular a

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 108 de 115

su canción. Es importante que el coro se haga en una construcción colectiva que recoja lo más importante de las estrofas que cada grupo propuso. Para terminar y cerrar este momento de los encuentros que han estado centrados en responder a la medida de Rehabilitación, vamos a cantarnos juntos la canción construida y las personas que hayan traído sus instrumentos, podrán tocar la música construida o elegida.

Finalice el ejercicio agradeciendo a los participantes haber aceptado hacer parte del grupo y haber compartido todas sus experiencias y sentimientos. El aporte de cada uno ha sido fundamental para el proceso de los demás compañeros y no habría sido posible si ellos no hubieran estado ahí. Resalte el hecho de que si bien todos han sido víctimas de unos hechos que jamás debieron suceder, asimismo son sobrevivientes y su labor es indispensable en la construcción de un nuevo país por lo cual en nombre del Estado colombiano estamos profundamente agradecidos. Por último, invite a los participantes a no romper estos lazos construidos en la estrategia, si bien ya no estará la Unidad, pueden ellos mismos reunirse y poder seguir construyendo juntos.

6. DOCUMENTOS DE REFERENCIA

Guía de elementos teóricos y conceptuales de las estrategias de recuperación grupales.

7. ANEXOS

Anexo 1. Guía de elementos teóricos y conceptuales de las estrategias de recuperación grupales


Anexo 2. Listado de interesados

Anexo 3. Asistencia y seguimiento a encuentros

Anexo 4. Consentimiento Informado Adultos

Anexo 5. Certificado de asistencia

Anexo 6. Formato de remisión de casos al PAPSIVI

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 109 de 115


8. CONTROL DE CAMBIOS

Versión	Fecha	Descripción de la modificación
V1	24/08/2017	Creación de la metodología
V2	17/10/2018	Actualización por cambio del nombre del procedimiento al que está asociado de: "Estrategia de Recuperación Emocional a Nivel Grupal ERE-G a "Procedimiento Estrategias de Recuperación Emocional Grupales".
V3	13/09/2019	Modificación del formato por cambio de la imagen institucional Modificación de las actividades propias de la metodología Modificación del formato por cambio de la imagen institucional <ul style="list-style-type: none"> • Modificación de las actividades propias de la metodología. • Se modifica el nombre de Metodología para la estrategia de recuperación emocional grupal para adultos a METODOLOGÍA PARA LA ESTRATEGIA DE REPARACIÓN INTEGRAL PARA ADULTOS.
V4	04/06/2021	Se modifica el nombre de Estrategia de Recuperación Emocional y Acompañamiento a la Reparación Integral Hilando

Caso 1:



"A la 1:30 de esa madrugada, hace 20 años, los hombres llegaron a mi casa en Salgar. Tocaron la puerta muy fuerte y mi padre se levantó. Le gritaron: abra la puerta viejo hijuetantas o lo que sobra es bala. Mi papá le dijo: 'yo le abro en nombre de Dios'. Cuando quitó la cerradura, lo empujaron y junto a mi mamá y a

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 110 de 115

mis siete hermanos nos tiraron bocabajo en el piso de la casa. Este hombre tenía el cabello como crespo y ojos como claros. Nos mostraba un revólver y nos decía que estaba buscando uno de los mismos. Le preguntaban a mi padre que dónde estaban las armas. Nunca se identificaron y mi padre lo único que les decía era que las armas que teníamos en la casa era la Biblia y la oración. Ellos revolcaron toda la casa, levantaron los colchones, revolcaban la ropa y no encontraban nada, pero ese señor le dijo a mi papá que había algo que no le permitía hacer lo que tenía que hacer. Esa noche nos iban a masacrar a todos. Desde afuera, los otros hombres le gritaban que le hiciera pues, que a lo que habían ido, pero este tipo les respondió que él era quien daba las órdenes. Por fin se fueron, pero nos dijeron que nos teníamos que ir. Mi papá en su desespero vendió la finca en 800.000 pesos y una moto. Dejamos todo y lo único que nos trajimos fueron los colchones. Llegamos a Medellín sin saber nada. Con la plata que había mi papá le compró un lote a un miliciano en el morro de Moravia, con el resto de dinero consiguió plásticos y tejas de zinc y ahí nos metimos. Tocó aprender a hacer reciclaje para sobrevivir. Así


pasaron los años hasta que mi padre murió. Mi papá nunca pudo recuperarse de la sacada de su terruño. Se murió de un infarto. Ahora nos reubicaron y seguimos esperando por una reparación que no ha salido. Después de 20 años no hay rencor, pero la guerra debe terminarse ya”.

Caso 2:

Reclutamiento Forzado



Nosotros subíamos y diario nos ponían a hacer cosas en unos cuadernos, que hacer dizque dibujos. Ya esos dibujos, ya nos sacaban y nos ponían a trabajar, a rozar,

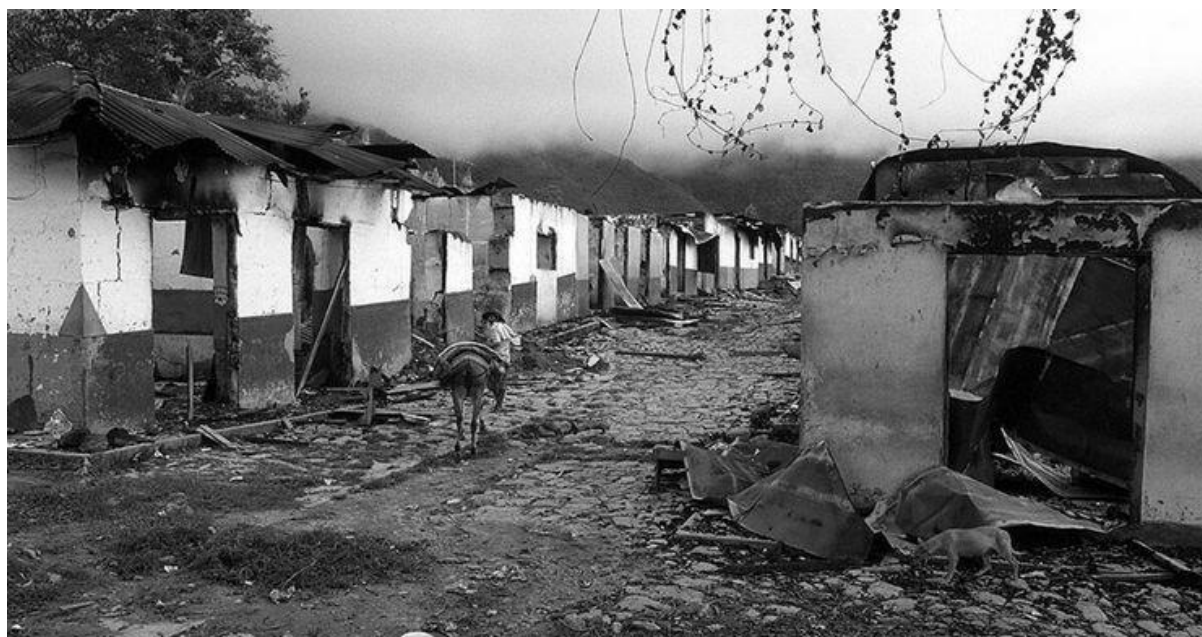
 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 111 de 115


nos ponían a rozar por allá pa' abajo por esos cañones. Eh, y nosotros pues, uno pequeño. Nosotros decíamos: "Pero nosotros sobre qué trabajamos, sobre qué nos ponen a trabajar a nosotros, es que nosotros debemos trabajar pero con los papases o en la casa de uno (...)". Bueno, ya de ahí ya nos dijeron: "Ustedes tienen que comprar bolsos, botas, plásticos, que a ustedes nos los vamos a llevar a un paseo", y nosotros: "Pero por qué". Nosotros hablábamos así entre los mismos amigos, "Pero por qué esto va a pasar así, hombre". Pero no se veía como algo armado, nada, nada pillamos, nada en ese momento. Bueno, ya de ahí: "Bueno, ustedes tienen que irse pa' tal parte con nosotros". De una, tran, nos sacaron a todos los niños, éramos bastantes niños, niñas (...) Yo hago la cuenta de que éramos por ahí unos 20 niños, de ahí ya cada ocho días cuando pasaba la escalera por acá, nos sacaban a la carretera a atajar las escaleras a pedirles plata a las escaleras. Ponían unas muchachas, les ponían aquí unas cosas aquí atrás, ellas

salían, nosotros atajábamos la escalera con unos lazos y si nosotros no hacíamos eso, de una nos alegaban. Teníamos que cumplir con eso porque si no nos alegaban. Ya las muchachas esas cogían a pedirle plata a la gente, a los de las escaleras, esa plata ya la cogía la tal señora esa (CNMH, testimonio MH-01, hombre adulto, San Rafael, 2014).

Fuente: http://www.centrodememoriahistorica.gov.co/descargas/informes-accesibles/la-huella-invisible_accesible.pdf

Caso 3: Masacres



 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 112 de 115

"Eran como las 3 de la tarde, yo estaba ahí sentado afuera de mi casa cuando entraron, un poco en pangas y la gente corría y corría...ellos entraron disparando, intimidando al pueblo. Hubo reunión en la cancha del colegio, todo el mundo allá y todo el mundo asustado. En ese grupo vino «El Alemán»... Se paró allá y empezó a gritarnos que ellos venían a quedarse, que venían a luchar por el pueblo atrateño, que en esos días iban a hacer una «limpieza porque el pueblo estaba muy sucio»... como a los cuatro o cinco días de estar aquí empezaron a desaparecer y matar gente, entonces ya la gente se asustó y empezó a desplazarse, y a los que tenían referenciados no les daban permiso para salir del pueblo... (Testimonio, taller de memoria histórica, Vigía del Fuerte, 2009)

Fuente:

http://www.centrodememoriahistorica.gov.co/descargas/informes2010/informe_bojaya.pdf


Caso 4:

Secuestro



“LA CAJA DE FÓSFOROS”

Después de tres meses de andar por la selva, sin detenernos más de tres días en un lugar, por fin vimos una casita en una ladera. Un poco más abajo divisé unos cambuches con prisioneros tomando el sol. Me alegré mucho al saber que tendría

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 113 de 115

compañía.

La casa, de tablones de madera, era alargada y angosta, dividida en cubículos de metro y medio de ancho por dos de largo. Mi cubículo no tenía ventanas, era maloliente y frío. A ese campamento lo llamé "la caja de fósforos". –¡Por Dios! No me vayan a hacer esto –le supliqué al tipo que me traía, cuando supe lo que me esperaba–. Comandante, no sea mierda, por lo que más quiera, no me aisle. –A usted hay que separarlo por órdenes superiores –me contestó el tipo. Me metieron a la celda, que más parecía una caja de madera, y me senté en la cama de tablas a esperar que pasaran las horas. El viento silbaba por las grietas de la madera, que dejaba colar el helaje. Por mi insuficiencia renal tenía muchas ganas de orinar, de manera que esperé atento a oír al guardia que hacía la ronda. Afuera los eucaliptos

gemían cuando los mecía el viento. –¡Oiga! ¡Señor! ¡Por favor, tengo que salir al baño! –le grité cuando lo oí pasar. –La salida al "chonto" es en la mañana –me gruñó desde afuera. Yo no sabía qué era el chonto, pero por el momento mi problema eran mis riñones. No me podía aguantar más, y sin embargo no quería que mi vivienda se convirtiera de ninguna manera en una letrina. Como el piso era de tablas me puse a buscar casi a tientas por todos lados algún listón vencido, hasta que encontré un nudo de la madera al que le hice presión. Con fuerza le di y le di, hasta que el nudo salió como un tapón. Entonces me acosté bocabajo sobre el huequito y engocholando el miembro, con mucha dificultad, por fin pude aliviar la vejiga. Fue una solución parcial del problema porque muchas veces, por más esfuerzos que yo hiciera, se alcanzaba a mojar la madera, de manera que el cuarto comenzó a oler a orines. Esto me indignaba y repelía sobremanera.


Fuente:

https://premiosimonbolivar.com/inscripciones/anexos/s_6zze53toaud_EL_SECUESTRO_DE_LA_CHIVA.pdf

Caso 5:

Minas antipersonales, artefactos explosivos y munición sin explotar

"Hoy tengo fuerza para vivir"

 Unidad para las Víctimas	ESTRATEGIA DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL Y ACOMPAÑAMIENTO A LA REPARACIÓN INTEGRAL HILANDO	Código: 400,08,20-8
	PROCESO REPARACIÓN INTEGRAL	Versión: 04
	PROCEDIMIENTO ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN EMOCIONAL GRUPALES	Fecha: 04/06/2021 Página: 114 de 115



“Hace nueve años pisé una mina antipersonal en la finca de mis suegros. La explosión me levantó y caí de espaldas. Se me llenaron los ojos de tierra y cuando traté de pararme no pude porque mi pierna estaba mutilada. Me llevaron al hospital en donde estuve 15 días. Los médicos me evaluaron y el CICR me dio una prótesis especial para poder conducir mi camioneta y ganarme la vida transportando niños hacia el colegio donde estudian, en unas veredas del Putumayo. Ahora me siento bien porque he salido adelante con la ayuda de mi esposa y mis cinco hijos. ¡Yo sabía que iba a volver a caminar porque nunca me he dejado agobiar por las dificultades! He recibido del CICR dos reposiciones de prótesis que son las mejores para mi trabajo como conductor. Ojalá me sigan ayudando y visitando porque eso me ha dado fuerza para vivir y para valorarme más como persona. ¡Si no fuera por eso, andaría en muletas!” José Abel

Fuente: <https://www.icrc.org/spa/resources/documents/feature/colombia-feature-2011-14-04.htm>

Caso 6:

Minas antipersonales, artefactos explosivos y munición sin explotar

"Sigo esperando que lleguen algún día"



“Hace ocho años se llevaron a mi esposo y a mi hermano menor. Los sacaron de la mina de sal donde trabajaban como jornaleros. Una semana después, mi marido regresó muy mal: había sido amarrado, torturado y martirizado. Volvió con el cuerpo negro por los golpes que le dieron porque, según él, lo confundieron con un guerrillero. Al poco tiempo fue a trabajar estando enfermo y se lo llevaron otra vez. Desde entonces no sé nada ni de él ni de mi hermano. Esto es algo muy terrible.

Cuando una persona muere uno le da sepelio y sabe que se fue, pero cuando una persona sale y no regresa uno espera que llegue algún día. Por eso no le deseo a nadie esto. Fue en el 2003 pero es como si hubiera sido ayer”. Carmen

Fuente: <https://www.icrc.org/spa/resources/documents/feature/colombia-feature-2011-14-04.htm>