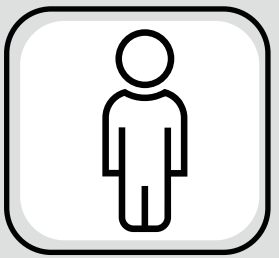
2
VOLUMEN

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA LA ATENCIÓN INDIVIDUAL

Estrategia de atención psicosocial a víctimas del conflicto armado en el marco del Programa de atención psicosocial y salud integral a víctimas - Papsivi

GOBIERNO DE COLOMBIA

2
VOLUMEN



ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA LA ATENCIÓN INDIVIDUAL

Estrategia de atención psicosocial a víctimas del conflicto armado en el marco del Programa de atención psicosocial y salud integral a víctimas - Papsivi

Oficina de Promoción Social

Bogotá Enero de 2018

MINSALUD

Alejandro Gaviria Uribe
Ministro de Salud y Protección Social

Luis Fernando Correa Serna
Viceministro de Salud Pública y Prestación de Servicios (E)

Carmen Eugenia Dávila Guerrero
Viceministra de Protección Social

Gerardo Lubín Burgos Bernal
Secretario General

Juan Pablo Corredor Pongutá
Jefe de la Oficina de Promoción Social

Alejandro Cepeda Pérez
Grupo Asistencia y Reparación a Víctimas del Conflicto Armado

Equipo de trabajo

Diana Milena Aguas Meza
Andrés Bastidas Beltrán
Déborah Johanna Manrique Pérez
Hernando Millán Motta
Yenny Marcela Morera Niño
Luz Adriana Narváez Patío
Hunzahua Vargas Salamanca
Maritza Yaneth Villarreal Duarte

ISBN: 978-958-5401-50-1

CONTENIDO

1. Principios generales del proceso de atención individual 6
1.1. Principios de interseccionalidad en la atención individual..... 10
2. Formas de atención psicosocial individual 13
3. Uso de las orientaciones para la atención individual 17
3.1. Procedimiento general..... 18
4. Orientaciones metodológicas para la atención en consejería y apoyo..... 23
4.1. Momento de acercamiento y reconocimiento 23
4.1.1. Justificación..... 23
4.1.2. Recomendaciones generales 24
4.1.3. Acercamiento y reconocimiento dirigido a jóvenes y adultos 30
4.1.4. Acercamiento y reconocimiento dirigido a niños, niñas y adolescentes 35
4.2. Fortalecimiento de la autoestima, la autoconfianza y los recursos para el afrontamiento 44
4.2.1. Justificación..... 44
4.2.2. Recomendaciones generales 45
4.2.3. Actividades sugeridas 47
4.3. Habilidades para el fortalecimiento en el manejo de emociones 55
4.3.1. Justificación..... 55
4.3.2. Recomendaciones generales 56
4.3.3. Actividades sugeridas 58
4.4. Solución de problemas..... 66
4.4.1. Justificación..... 66
4.4.2. Recomendaciones generales 67
4.4.3. Actividades sugeridas 67
4.5. Apoyo en escenarios de restitución de derechos..... 74
4.5.1. Justificación..... 74
4.5.2. Recomendaciones generales 75
4.5.3. Actividades sugeridas 77
4.6. Reconstrucción en proyecto de vida 82
4.6.1. Justificación..... 82
4.6.2. Recomendaciones generales 83
4.6.3. Actividades sugeridas 84
4.7. Fortalecimiento de la identidad de niño, niña, adolescente y de su horizonte de vida..... 91
4.7.1. Justificación..... 91
4.7.2. Recomendaciones generales 92
4.7.3. Actividades sugeridas 94
4.8. Atención a NNAJ víctimas de reclutamiento ilícito en el momento de estabilización..... 103
4.8.1. Justificación..... 103
4.8.2. Recomendaciones generales 104
4.8.3. Actividades sugeridas 108
5. Orientaciones metodológicas para la atención en consejería y apoyo. Técnicas individuales - grupales 116
5.1. Principios generales de la atención individual - grupal 116
5.2. Elementos operativos de la técnica individual - grupal..... 119
5.2.1. Papel del/la profesional 119
5.2.2. Selección de los participantes 121
5.2.3. Conformación del grupo..... 122
5.2.4. El encuadre..... 126

5.2.5. Indicaciones generales que deben evitarse y riesgos para tener en cuenta en la práctica 128
5.3. Acercamiento y reconocimiento mediante técnica individual - grupal, dirigido a jóvenes y adultos 128
5.3.1. Actividades sugeridas 129
5.4. Acercamiento y reconocimiento mediante técnica individual - grupal, dirigido a NNA 133
5.4.1. Actividades sugeridas 133
5.5. Fortalecimiento y desarrollo de la autoestima y afrontamiento en grupo 137
5.5.1. Justificación 137
5.5.2. Actividades sugeridas 138
5.6. Grupo para el fortalecimiento en solución de problemas 150
5.6.1. Justificación 150
5.6.2. Recomendaciones generales 151
5.6.3. Actividades sugeridas 152
5.7. Grupo para el desarrollo de proyectos de vida 160
5.7.1. Justificación 160
5.7.2. Recomendaciones generales 161
5.7.3. Actividades sugeridas 162
5.8. Comprensión grupal del conflicto armado y reconstrucción de memoria en NNA 172
5.8.1. Justificación 172
5.8.2. Recomendaciones generales 173
5.8.3. Actividades sugeridas 177
5.9. Atención grupal para la resiliencia con mujeres lideresas 190
5.9.1. Justificación 190
5.9.2. Recomendaciones generales 191
5.9.3. Actividades sugeridas 192
5.10. Atención grupal para el empoderamiento de personas con identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas (LGTBI) 205
5.10.1. Justificación 205
5.10.2. Recomendaciones generales 207
5.10.3. Actividades sugeridas 208

6. Orientaciones metodológicas para la atención terapéutica .. 222
6.1. Atención en crisis o primeros auxilios psicológicos 222
6.1.1. Justificación 222
6.1.2. Recomendaciones generales 224
6.1.3. Actividades sugeridas 225
6.2. Atención en crisis de segundo orden 228
6.2.1. Justificación 228
6.2.2. Recomendaciones generales 229
6.2.3. Actividades sugeridas 230
6.3. Afrontamiento del miedo 235
6.3.1. Justificación 235
6.3.2. Recomendaciones generales 236
6.3.3. Actividades sugeridas 237
6.4. Afrontamiento de la amenaza 247
6.4.1. Justificación 247
6.4.2. Recomendaciones generales 248
6.4.3. Actividades sugeridas 250
6.5. Afrontamiento de culpa y vergüenza 260
6.5.1. Justificación 260
6.5.2. Recomendaciones generales 262
6.5.3. Actividades sugeridas 262
6.6. Atención en duelo y en re-experimentación de pérdidas 271
6.6.1. Justificación 271
6.6.2. Recomendaciones generales 273
6.6.3. Actividades sugeridas 276
6.7. Atención a víctimas con antecedentes de violencia sexual y violencia basada en género, en el marco del conflicto armado 283
6.7.1. Justificación 283
6.7.2. Recomendaciones generales 285
6.7.3. Actividades sugeridas 287

6.8. Resignificación de la relación con la persona desaparecida forzadamente 294
6.8.1. Justificación 294
6.8.2. Actividades sugeridas 295
6.9. Transformaciones de la cotidianidad a partir de la desaparició forzada 306
6.9.1. Justificación 306
6.9.2. Recomendaciones generales 307
6.9.3. Actividades sugeridas 308
6.10. Reconstrucción de sentidos a partir de la experiencia de desaparición 317
6.10.1. Justificación 317
6.10.2. Actividades sugeridas 318
6.11. Afrontamiento del tránsito en la identidad de los NNAJ víctimas de reclutamiento ilícito 331
6.11.1. Justificación 331
6.11.2. Recomendaciones generales 332
6.11.3. Actividades sugeridas 332
6.12. Atención a casos de violencia sexual en NNAJ víctimas de reclutamiento ilícito 344
6.12.1. Justificación 344
6.12.2. Recomendaciones generales 346
6.12.3. Actividades sugeridas 347
6.13. Afrontamiento de la culpa enNNAJ víctimas de reclutamiento ilícito 356
6.13.1. Justificación 356
6.13.2. Recomendaciones generales 358
6.13.3. Actividades sugeridas 358
6.14. Afrontamiento de las emociones en NNAJ 368
6.14.1. Justificación 368
6.14.2. Recomendaciones generales 369
6.14.3. Actividades sugeridas 371
6.15. Afrontamiento del duelo y la pérdida en NNA 382
6.15.1. Justificación 382
6.15.2. Recomendaciones generales 383
6.15.3. Actividades sugeridas 385
6.16. Atención individual frente a la actualización de la experiencia de tortura en víctimas de este delito 395
6.16.1. Justificación 395
6.16.2. Recomendaciones generales 398
6.16.3. Actividades sugeridas 399

7. Orientaciones metodológicas para la atención terapéutica. Técnicas individuales - grupales 406
7.1. Grupo para el desarrollo de estrategias para afrontar el miedo 407
7.1.1. Justificación 407
7.1.2. Recomendaciones generales 408
7.1.3. Actividades sugeridas 409
7.2. Grupos para el enfrentamiento de pérdidas 419
7.2.1. Justificación 419
7.2.2. Recomendaciones generales 420
7.2.3. Actividades sugeridas 421
7.3. Atención grupal para el afrontamiento de las emociones en NNA 429
7.3.1. Justificación 429
7.3.2. Recomendaciones generales 430
7.3.3. Actividades sugeridas 433

Anexos 449

Referencias bibliográficas 456

Orientaciones Metodológicas para Atención individual

1 Principios generales del proceso de atención individual

La atención psicosocial individual comprende uno de muchos procesos dirigidos a promover la comprensión, prevención, atenuación, manejo y gestión de los impactos y daños emocionales y psicosociales, y en general del sufrimiento ocasionado por la violencia política y por violaciones a los derechos humanos. No ocupa un lugar complementario, pero puede, por el contrario, ser el origen para la articulación de otras acciones de atención psicosocial, como las familiares, comunitarias y colectivas.

Es en estas circunstancias que la atención en la modalidad individual viene a cumplir una función primordial dentro de las formas de reparación integral, y en especial de la rehabilitación, por cuanto sus acciones se dirigen a restaurar y reconstruir el sentido de las experiencias derivadas de los hechos de violencia, que permitan de esta forma reconocerse como sujetos de derecho a quienes les fueron vulnerados estos principios (Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas, 2014).

La atención en el marco del Programa de Atención Psicosocial y Salud Integral - Papsivi adquiere un importante sentido psicoterapéutico por cuanto cada una de las acciones propuestas en este apartado pretenden promover la mitigación del daño y del sufrimiento. Merece la pena, entonces, puntualizar a qué nos referimos con las acciones psicoterapéuticas.

La Psicoterapia[1] es un conjunto de acciones muy particulares y especializadas[2], que persiguen principalmente la

[1] En este documento, las palabras y expresiones "psicoterapia", "terapia", "intervención y atención psicológica", "intervención y atención terapéutica o psicoterapéutica" serán entendidas en forma equivalente.

[2] Es importante diferenciar la psicoterapia o procesos terapéuticos de las acciones terapéuticas. La Psicoterapia concierne a la interacción de actividades dirigida a alcanzar un conjunto de metas relevantes para el o los consultantes, que proporcionen alivio,

disminución del sufrimiento, malestar emocional u de originar algún cambio en la situación, a partir del establecimiento de una relación entre un(os) facilitador/es terapeuta/s (reconocido socialmente), para que mediante métodos definidos se promueva esta disminución o cambio. Un proceso terapéutico parte de alguna forma de demanda o solicitud de algunas personas víctimas directas, indirectas o terceros, con quienes posteriormente se acuerda alguna forma de atención o ayuda (Kleinke, 1995).

Con estos elementos, se considera la importancia de la conversación, del lenguaje, en el establecimiento de una relación terapéutica, que se expresa en diversas formas de narrar o de organizar la experiencia. A partir de allí, el/la profesional psicosocial intenta comprender y acompañar a la víctima para promover cambios frente a lo que aqueja a la persona.

El hablar de atención de tipo psicoterapéutico, en este ámbito, no implica necesariamente la existencia de alguna patología; sin embargo, pueden presentarse afectaciones mentales y/o emocionales significativas que obstaculizan la vida de las personas en tanto secuelas de la violencia infringida. Es importante tener en cuenta que no todas las víctimas van a presentar estas dificultades.

En estos términos, la atención terapéutica a víctimas de la violencia implica ante todo un proceso de empoderamiento y recuperación o creación de relaciones interpersonales, con el fin de apoyar el restablecimiento de sus recursos y capacidades básicas de unidad, autonomía, competencia, identidad, intimidad y ciudadanía. Aspectos que son deteriorados y deformados por los acontecimientos violentos.

El principio fundamental de empoderar persigue la recuperación del propio control de su conducta y de la experiencia, proceso que puede describirse en tres etapas: la primera comprende la recuperación del control, que permita la sensación de seguridad; la segunda, reconstruir y transformar la historia de los hechos traumáticos, enmarcándolos en el contexto social, político y económico en los que se inscribieron las prácticas de violaciones a los DDHH, y, finalmente, restaurar la conexión entre las víctimas y la sociedad (Herman, 1997).

Es necesario en este momento destacar que, en el escenario de atención psicosocial, se requiere comprender la magnitud del impacto que ha ocasionado el conflicto armado en todas las particularidades como seres humanos. No solo ha ocasionado tristeza y sufrimiento, sino que también ha deteriorado la dignidad e identidad como hombres, mujeres, niños, niñas, adolescentes, ancianos, ancianas, como pertenecientes a una etnia, a un credo, también como personas que además pueden presentar enfermedades, limitaciones de cualquier índole, vulneraciones y pérdidas

bienestar, equilibrio, autodirección o cambio. Las Acciones Terapéuticas se refieren a las intervenciones particulares y/o técnicas que buscan promover el alcance de unos objetivos terapéuticos o efectos emocionales (clarificación y jerarquización de metas, señalamientos, confrontaciones, juego de roles, interpretaciones, desensibilización, resignificación) y pueden o no estar dentro de los procesos terapéuticos.

en los roles como esposo, esposa, hijo, hija, trabajador, estudiante, campesino, amigo, vecino, etc., es decir, simultáneamente, en las múltiples dimensiones que nos definen, de nuevo, como seres humanos.

Con ello se quiere relevar que, si bien el ejercicio de una atención psicosocial es identificar el daño y el sufrimiento, para comprenderlo y realizar alguna acción de mitigación, es indispensable concebirlo en medio de estas múltiples dimensiones, que ampliamente se han desarrollado en los capítulos del marco conceptual (ver volumen 1) para así adecuar las acciones, considerando y reflexionando sobre todas estas multiplicidades.

Un proceso de transformación y de empoderamiento con esta perspectiva, además, requerirá una identificación de necesidades y comprensiones de acuerdo con las particularidades de su identidad, existencia y momento de vida en que se encuentra.

Este trabajo al lado de la víctima requiere de aquellas habilidades que permitan la escucha, la empatía y el respeto por las personas. Una sensibilidad y comprensión frente a la diferencia, sentido de solidaridad, así como la capacidad para asumir una conciencia social con una visión sociopolítica de los hechos de violencia.

Requiere, además, una dúctil adaptación, prudencia y distancia. No recrimina ni hace juicios de valor. Y en este ámbito construye soluciones y alternativas conjuntas, hace visibles las cualidades en las personas y promueve sus recursos. Trabaja en equipo y acepta la diferencia. Hace la lectura de situaciones complejas e identifica medidas de protección y autoprotección y, en una perspectiva más amplia, valora la Dignidad Humana y defiende los DD. HH.

Por ello, no solo son urgentes capacidades técnicas y clínicas suficientes para ofrecer soluciones y alternativas para superar el dolor; en ciertos momentos se debe estar dispuesto a alternar y salir de una posición que solo ve lo psicológico, para poder abordar otros problemas, quizá relacionados con necesidades básicas para la subsistencia (por ejemplo, alimentación y techo).

Son útiles aquellas acciones de orientación para movilizarse en un nuevo espacio geográfico, reubicación escolar de los hijos, análisis de riesgos, pautas para la protección y la autoprotección y muchas otras necesidades que se relacionan con otros derechos vulnerados, que si no es posible resolver en este nivel, pueden gestionarse efectivamente con información adecuada, con medidas educativas y psicoeducativas, encaminando a la/el consultante hacia rutas de atención efectivas para temas particulares, pensando en red y en el trabajo colaborativo interdisciplinario e interinstitucional.

A continuación, se proponen algunas consideraciones mínimas para emplear la estrategia psicoterapéutica dentro del atención psicosocial con un foco en lo individual.

- Independientemente de la técnica o esquema usado para realizar el proceso terapéutico, se recomienda que la modalidad de abordaje sea lo más amplia posible (OPS/OMS, 2002).

- Debido a que la mayoría de las víctimas se encuentran en una situación multiproblemática (Coletti, 1997), quienes realicen la atención no deben hacerlo en solitario sino como parte de una red de relaciones, es decir, apoyados

en un trabajo de equipo. Esto permite supervisar los casos, enriquecer las hipótesis de trabajo y las posibles soluciones, prevenir el agotamiento emocional y también prever posibles riesgos de seguridad para sí mismo(a) y para las personas con las que va a trabajar, además de facilitar el seguimiento al proceso y crear condiciones para emplear al máximo los recursos.

- Debe seguirse el principio fundamental de Acción sin daño y acciones afirmativas; cualquier acción debe realizarse bajo la idea de no hacer nada que pueda agravar el problema, crear otros nuevos o revictimizar.

- Resulta importante reconocer el lenguaje verbal y no verbal propio y del/la consultante para establecer empatía, detectar elementos sensibles en la conversación y hacer hipótesis de trabajo. Estas hipótesis deben tener en cuenta el contexto sociopolítico en que ocurren las afectaciones y se encuentran las víctimas, para no caer en simplificaciones o reducciones del tipo "no quiere hablar porque no confía" (antes de eso hay que preguntarse por qué no confía), o "no colabora con el proceso terapéutico" o "está haciendo resistencia".

- Es importante respetar los silencios y las preguntas que el/la consultante prefiere no responder privilegiando la búsqueda de una relación de confianza.

- El proceso de acompañamiento resulta más efectivo cuando se actúa de manera temprana y preferiblemente en el entorno cercano de las víctimas.

- Finalmente y de manera central, es necesario realizar algunos comentarios respecto a la necesidad de "hablar de lo ocurrido". Si bien este principio hace parte de un extendido valor de los procesos terapéuticos, en el ámbito de las víctimas de violaciones a los DD. HH. y al DIH, el abordar la experiencia victimizante tiene muchas aristas, por lo que no se puede dar una respuesta específica a este punto, dadas las particularidades en que ocurren los hechos victimizantes y la forma de significar qué entiende cada persona frente a lo ocurrido. Ahora, a manera de reflexión, se pueden proponer algunas preguntas al respecto antes de promover un ejercicio de narrar lo ocurrido: ¿Cómo puedo invitar a una persona a narrar lo innombrable? ¿Qué de lo que le hicieron o vivió esta persona es necesario conocer y qué no? ¿Para qué va a servir que esta persona describa la situación de horror que vivió? ¿En qué momento del proceso y en frente de quién es útil contar lo sucedido? ¿Cuáles son las condiciones necesarias que deben ser establecidas antes de que la persona aborde la situación que tanto daño le ha hecho?

- Desde la experiencia de atención a víctimas se podría decir que las personas saben cuándo y cómo necesitan hablar de lo que les ocurrió. En muchos casos, lo hacen porque necesitan organizar el relato y dar sentido a esa experiencia que desestructuró todos los referentes y parámetros de la vida. En otras palabras, quieren entender qué fue lo que pasó y por qué pasó. En conclusión, el momento llega cuando la persona encuentra que es útil hacerlo de manera estructurada, lo desea y hay condiciones en términos de seguridad, confianza, tiempo e intimidad para esto (Corporación AVRE & Corporación Vínculos, 2011). Como máxima a tener en cuenta: "bajo ninguna circunstancia se

debe presionar para obtener el relato de lo ocurrido, puede ser (re)traumatizante" (PCS - Consejería en Proyectos, 2007).

Es necesario tener presente que todas las acciones que se realice con el fin de aminorar el sufrimiento, deben permitir el identificar el grado de cambio o reparación alcanzado resultado de este conjunto de procesos. (Corporación AVRE & Corporación Vínculos, 2011).

1.1. Principios de Interseccionalidad en la atención individual

Dada la diversidad poblacional a la cual está dirigida la atención psicosocial, los equipos interdisciplinarios deben tener en cuenta el principio de Interseccionalidad, ya que pueden encontrar en el trabajo personas que de manera simultánea tienen unas características o identidades que se consideran diferenciales; por ejemplo: una mujer afrocolombiana, lesbiana, adolescente y con discapacidad.

Por lo anterior, es fundamental recordar que la atención tiene un enfoque de derechos y que toda persona debe ser tratada con respeto de su identidad, sus construcciones corporales y subjetivas, su libre desarrollo de la personalidad y se deben tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- De acuerdo con lo planteado en el enfoque de curso de vida, durante el proceso de focalización de los niños, niñas y adolescentes (NNA), tenga en cuenta: los referentes familiares, sociales, culturales e históricos que existen en el territorio frente al ser niño, niña o adolescente, sus capacidades, su desarrollo y necesidades de atención. Asimismo, es indispensable identificar cuál es el alcance de la necesidad de atención.

- Durante el proceso de acercamiento y reconocimiento de los NNA, es indispensable contar con su presencia y el acompañamiento de un familiar o cuidador, pues desde el primer momento es importante reconocer y validar su voz, tanto como la del adulto.

- Identifique los prejuicios e imaginarios que usted y su equipo tienen respecto a la discapacidad, las identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas, los roles de las mujeres y hombres, las tradiciones étnicas, la participación política de los NNA, las personas jóvenes y adultas mayores. Tenga en cuenta que las poblaciones diferenciales son sujetos de protección especial ante el Estado colombiano, por lo que deberá garantizar el ejercicio pleno de la ciudadanía y de sus derechos humanos.

- Construya una relación de intercambio mutuo y co-participación. Para esto, es necesario que reconozca a los participantes como sujetos activos en su proceso de cambio y transformación. Recuerde que el equipo interdisciplinario es un facilitador que dinamiza y posibilita la emergencia de estos sujetos.

- Favorezca su participación a través del reconocimiento de las diferentes formas de expresión construyendo un espacio digno, seguro y confiable. Es importante que las personas se sientan reconocidas y legitimadas desde su identidad, sus capacidades, habilidades y pertenencia a un grupo étnico. Específicamente en el trabajo con niños, niñas, adolescentes, jóvenes y personas adultas mayores, promueva el respeto por las diferentes formas de expresión estética, emocional y física, entre otras.

- Reconozca la autonomía e independencia de las personas con discapacidad (PcD) y las personas adultas mayores, que requieren de servicios de asistencia como cuidadores y cuidadoras. Para el caso específico de las PcD, diríjase siempre a ellas y, en caso de requerirse, permítase la participación de intérpretes, guías intérpretes, lazarillos o acompañantes.

- Para el desarrollo de la modalidad Individual - Grupal, las PcD requieren de ajustes razonables; identifique cuáles son estas necesidades y realice las modificaciones necesarias para asegurar una participación en igualdad de condiciones con respecto a las demás personas que se encuentran incluidas en los procesos de atención psicosocial.

- Promueva en la modalidad Individual - Grupal intercambios de experiencias entre los NNA, que permita el reconocimiento de las vivencias propias y el grupo de pares, dado que estas posibilitan nuevas formas de relación y comprensión de lo vivido frente al hecho victimizante.

- Propenda por encuentros intergeneracionales que permitan el intercambio de experiencias y la transmisión del conocimiento y las prácticas culturales.

- Reconozca el contexto político, social y los impactos que el conflicto armado ha generado de manera diferenciada en las PcD, NNA, jóvenes, personas adultas mayores, grupos y/o comunidades étnicas, mujeres, hombres, personas con identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas, al igual que en sus dinámicas familiares, sociales y comunitarias.

- Facilite espacios de diálogo en los que el NNA pueda hablar tranquilamente frente a los imaginarios que tiene del conflicto armado, el hecho victimizante vivido y los impactos generados cuando ellos y ellas manifiesten conocer la existencia del hecho victimizante y se muestren motivados por comprender lo sucedido. Asimismo, es vital involucrar a la familia, el sistema cuidador o la comunidad en estos espacios.

- Conéctese emocionalmente con quienes trabaja. Durante la atención es importante construir relaciones genuinas y humanas. Desde esta mirada, es indispensable que incorpore los distintos roles que asume en su propia vida, como lo son el ser padre/madre, hijo/hija, esposo/esposa, amigo/a, abuelo/a, entre otros.

- Trabaje de manera articulada con la familia o el sistema cuidador, así como con los entornos educativos o etnoeducativos y comunitarios, con el fin de promover acciones que posibiliten el bienestar integral del NNA.

- Tenga en cuenta los conceptos sobre identidades de género y orientaciones sexuales definidos en el marco conceptual del presente documento. Si una persona no se ajusta a estas definiciones, pregúntele de manera

respetuosa cómo prefiere ser nombrada y el trato que espera recibir del equipo.

- Reconozca las cosmovisiones, expectativas, características culturales y lingüísticas de las comunidades afrodescendientes o *kumpañy* con las cuales trabaja.

- Tenga en cuenta y respete las autoridades tradicionales de los grupos étnicos. Recuerde que estas en algunas ocasiones están delimitadas por sus territorios o por sus relaciones de parentesco y afinidad, razón por la cual existen diferentes comunidades con distintas autoridades y jerarquías. Puede pasar que, durante la atención psicosocial individual o familiar, se requiera la participación de los médicos tradicionales.

- Asegúrese de articular y generar procesos de atención psicosocial a población étnica que sea coherente con los planes de caracterización territorial y los planes del buen largo camino, en lo posible que esté inserto en los proyectos etnoeducativos —en caso de que estos existan—, pues ellos soportan los sistemas de creencias y representaciones de estos grupos.

- Respete las propias costumbres, sistemas de creencias, ritos y formas de vivir que poseen las diversas etnias en Colombia; estas deben ser reconocidas como garantía de la pervivencia de estas culturas.

- Realice acciones afirmativas que mitiguen la desigualdad y discriminación social a las que están expuestas las PcD, NNA, las personas jóvenes, las adultas mayores, las mujeres, los hombres, las personas con identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas y las comunidades o grupos étnicos. Por ejemplo, si debe atender a un joven sordo, facilite la presencia de un intérprete de señas que permita la comunicación.

- Reconozca a las personas jóvenes como agentes de cambio y transformación social en sus entornos simbólicos, culturales, sociales y ambientales.

- Valide con los NNA el espacio de atención psicosocial como un escenario voluntario y autónomo; para lograrlo, debe identificar si la participación del NNA obedece a su propia necesidad de atención.

- Para el trabajo con PcD, la convocatoria debe hacerse empleando medios de información accesibles, tanto orales como escritos, y apoyados en el uso de imágenes.

- Las PcD cognitiva y mental deben contar con los apoyos requeridos para asegurar la toma de decisiones desde sus propias necesidades, proyecciones y capacidades y no desde las que su familia y/o cuidadores suponen que son las requeridas.

- Asegúrese de realizar las adaptaciones necesarias para la participación de las PcD durante el desarrollo del proceso de atención psicosocial en cada una de sus fases.

- Recuerde que las PcD deben participar en las sesiones de trabajo según las necesidades identificadas por la existencia y/o permanencia de daños ocasionados por los hechos victimizantes, es decir, no deben agruparse por su discapacidad, a no ser que ellas mismas así lo decidan.

- Para la atención psicosocial con mujeres y personas con identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas, tenga en cuenta las necesidades de las personas participantes. Asimismo, tenga presente la perspectiva de *continuum* de violencia con que se trabaja en esta orientación, así como el enfoque transformador. Tenga en cuenta las condiciones de vida previas a los hechos violentos, así como las actuales.

2 Formas de atención psicosocial individual

En este marco, se proponen entonces dos formas particulares dentro del proceso de la atención individual, que comprenden niveles graduales de atención, de acuerdo con la severidad y complejidad de los impactos: acciones de Atención en Consejería y Apoyo y acciones de Atención Terapéutica.

Para llevar a cabo alguna de ellas y decidir las necesidades de atención en este ámbito de atención a víctimas, es central el momento de acercamiento y encuentro inicial durante el cual se conocerán y se definirán problemáticas, preocupaciones y, a partir de estas, establecer unas modalidades de atención a realizar.

Recordemos que, en el marco de atención psicosocial del Papsivi, las víctimas no son quienes necesariamente han solicitado esta atención, sino es el Estado a través de los servicios de salud, representados en los equipos psicosociales, el que se acerca y propone estas medidas como parte del deber de reparación a las implicaciones que ha traído el conflicto armado. Es vital, por ello, que este encuentro posea un lugar central y prerrequisito para cualquier forma de atención individual.

Este primer encuentro se dirige a establecer un reconocimiento de las personas afectadas por la violencia en sus dimensiones de capacidades de afrontamiento, severidad de los impactos o daños y recursos que dispone, para finalmente definir un marco y espacio en el que sus principales problemáticas comiencen a tener un sentido y se promuevan los cambios, reestructuraciones y crecimiento a partir de aquellas problemáticas que adquieran sentido para las víctimas. Este proceso es vital, ya que constituirá las bases para un encuentro de acogimiento, escucha y transformación de la experiencia (Rodríguez, 2014).

En las orientaciones se propone, entonces, una metodología particular que se podrá emplear para jóvenes y adultos y otras específicas para llevar a cabo con niños, niñas y adolescentes.

Así, la atención psicosocial a nivel individual se dirige en primera instancia a las problemáticas en las que, si bien las personas mantienen un nivel de funcionamiento y participación social activo, hay quejas, malestares y preocupaciones a las que se han tenido que enfrentar, y

por ello requieren de un considerable apoyo para hacerles frente de forma más eficaz. Este es el nivel de atención en Consejería/Apoyo.

El otro nivel lo comprenden las acciones cuyo propósito es ayudar en la estabilización emocional cuando han ocurrido circunstancias de violencia actuales o pasadas que ocasionan alguna forma de crisis. En estos casos se aprecia que son respuestas esperables frente a eventos anormales, que pueden ser de tipo traumático. Se incluyen en estas condiciones las acciones de atención psicosocial de orden terapéutico.

Como variantes de la atención individual, tanto en el ámbito de consejería y apoyo como en el de atención terapéutica, se introdujo aquí la TÉCNICA GRUPAL. En este caso, el trabajo se realiza mediante alguna estrategia terapéutica particular realizada con el grupo[3], que busca promover un cambio y disminuir el malestar o sufrimiento derivado de una problemática específica.

Este tipo de atención individual tiene la particularidad de realizarse en pequeños grupos (mínimo de 5 y máximo de 12, idealmente 10 personas, y en el caso de los grupos conformados por NNA se contará con un máximo de 10), conformados a partir de las valoraciones previas[4] que realiza el/la profesional para seleccionar los participantes, de tal manera que en los participantes exista interés, disposición, capacidad y tolerancia para hacer parte de esta forma de atención, además de constituir alguna forma de homogeneidad tanto en los asistentes como de los problemas que pueden ser motivo de atención y de interés común (Díaz, 2000; Pacheco, 2016).

Para el abordaje de los NNA, la construcción de un espacio grupal es importante, dado que se ha considerado pertinente el trabajo con grupos de pares. Desde esta técnica, se busca la construcción de un lugar de confianza y socialización donde el NNA pueda compartir con otros las experiencias, sentimientos y pensamientos generados por la presencia del hecho de violencia, así como también reconocer y fortalecer sus propios recursos y los de los demás, en tanto este espacio grupal se constituye como una red de apoyo social que genera movilizaciones y transformaciones en todos los miembros que hacen parte de él.

Igualmente, se atenderá desde esta técnica a mujeres, hombres y personas con identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas, dado que el grupo permite fortalecer las redes sociales, afectivas y políticas, y afrontar las afectaciones

[3] Es indispensable diferenciar esta modalidad de atención con la realizada en la estrategia comunitaria. En el trabajo grupal con enfoque individual, la atención se dirige a las problemáticas individuales en donde el grupo se crea para este propósito y el/la profesional dispone y maneja el conocimiento de cada uno de los participantes. Por otra parte, en la estrategia comunitaria, la atención es a las necesidades del grupo, por lo general es un grupo con características preexistentes, y no siempre hay conocimiento previo de todos sus participantes.

[4] Realizada a partir del momento de Acercamiento y reconocimiento y hasta la segunda sesión.

que les ha dejado el conflicto armado, particularmente en los casos en que la asociación con pares ha posibilitado el afrontamiento individual de estos daños, pues permite compartir maneras de afrontamiento y socialización de las afectaciones. Esto genera, a su vez, el sentimiento de que no se es la única persona que ha pasado por estas circunstancias, al tiempo que valida las maneras de hacerles frente.

En este orden de ideas, a continuación se desarrollará un conjunto de orientaciones metodológicas, reunidas en dos grupos, que son indicaciones para la actuación frente a las necesidades psicosociales particulares que se identifiquen a nivel individual.

Atención en Consejería/Apoyo

Comprende las acciones de relación de ayuda, en donde se busca la instauración de un proceso preventivo frente a los riesgos de complicaciones en la salud mental a causa de los impactos y daños provocados por la violación a los DD. HH., con el fin de promover el desarrollo del potencial humano y favorecer las cualidades de afrontamiento y resistencia, que incluyen acciones de escucha activa, clarificación de sentimientos y validación, así como las acciones dirigidas a la orientación para la búsqueda y canalización de otros servicios para la atención (Miller, 2008; Segrera, Cornelius-White, Behr & Lombardi, 2014).

En este campo se incluyen específicamente procedimientos dirigidos a:

1. Fortalecimiento de la autoestima, autoconfianza y de los recursos para el afrontamiento.
2. Habilidades para el fortalecimiento en manejo de emociones.
3. Solución de problemas.
4. Apoyo en escenarios de restitución de derechos.
5. Reconstrucción en proyecto de vida.
6. Fortalecimiento de la identidad de NNA y de su horizonte de vida.
7. Atención a NNAJ víctimas de reclutamiento Ilícito en el momento de estabilización.
8. Fortalecimiento y desarrollo de autoestima y afrontamiento en grupo.
9. Grupos para el fortalecimiento en solución de problemas.
10. Grupos para el desarrollo de proyectos de vida.
11. Comprensión grupal del conflicto armado y re-construcción de memoria en NNA.
12. Atención grupal para la resiliencia con mujeres lideresas.
13. Atención grupal para el empoderamiento de personas con identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas.

Atención Terapéutica

Se inscriben en este grupo las acciones dirigidas al manejo de respuestas significativamente mayores, esperables frente a eventos anormales, que pueden ser de tipo traumático, cuyo propósito es ayudar en la estabilización en circunstancias de crisis. Son estrategias en las que se estimula la exploración y comprensión de situaciones más específicas (Miller, 2008).

En este grupo se incluyen las estrategias dirigidas a:

1. Atención en crisis o primeros auxilios psicológicos.
2. Atención en crisis de segundo orden.
3. Afrontamiento de miedo.
4. Afrontamiento de la amenaza.
5. Afrontamiento de culpa y vergüenza.
6. Atención en duelo y en re-experimentación de pérdidas.
7. Atención a víctimas con antecedentes de violencia sexual y violencia basada en género, en el marco del conflicto armado.
8. Resignificación de la relación con la persona desaparecida forzadamente.
9. Transformaciones de la cotidianidad a partir de la desaparición forzada.
10. Reconstrucción de sentidos a partir de la experiencia de desaparición.
11. Afrontamiento del tránsito en la identidad de los NNAJ víctimas de reclutamiento Ilícito
12. Atención a casos de violencia sexual en NNAJ víctimas de reclutamiento Ilícito.
13. Afrontamiento de la culpa en NNAJ víctimas de reclutamiento Ilícito.
14. Afrontamiento de las emociones en NNAJ.
15. Afrontamiento del duelo y la pérdida en NNAJ.
16. Atención individual frente a la actualización de la experiencia de tortura.
17. Grupo para el desarrollo de estrategias para afrontar el miedo.
18. Grupos para el enfrentamiento de pérdidas.
19. Atención grupal para el afrontamiento de las emociones en NNAJ.

Adicionalmente, en otro volumen[5] se encuentran descritas las orientaciones e indicaciones para movilizar y canalizar a los usuarios víctimas a servicios especializados cuando se detecte esta necesidad, quienes pueden dirigirse o bien a servicios en salud mental u otros servicios especializados en salud, o a aquellos ofrecidos por otras entidades o instituciones cuando las necesidades identificadas corresponden a ámbitos diferentes al de atención psicosocial. Se incluyen en este último los temas de atención Jurídica, Empleo, Protección, Ocupación, Educación, Ocio, Patrimonio, entre otros.

3 Uso de las orientaciones para la atención individual

El material que se presenta a continuación tiene la intención de ser una herramienta que ayude al/la profesional de los equipos de atención psicosocial del Papsivi a poner en práctica las acciones de atención individual con un carácter psicosocial, reparador y de rehabilitación, dirigidas a víctimas de graves violaciones a los Derechos Humanos o infracciones al Derecho Internacional Humanitario en medio del Conflicto Armado Colombiano.

Este conjunto de acciones ha sido seleccionado de diversos procedimientos terapéuticos y ha sido adaptado para que, además de aliviar y restaurar, se promuevan nuevas comprensiones hacia los hechos que los victimizaron, se identifiquen recursos y se facilite el reconocimiento de afectaciones y daños ocasionados por la violencia (Herman, 1997).

Estos procedimientos, conjuntamente con lo expuesto en el apartado conceptual, se dirigen a mitigar los efectos que ocasionan los hechos que atentan contra los principios fundamentales y generan vulnerabilidad y dolor. Está en ello reconocer que las experiencias de daño causadas por el conflicto no solo menoscaban o deterioran la existencia, sino que vulneran la dignidad, las creencias, la capacidad de decisión, la autonomía y el valor y sentido de capacidad de sí mismo(a) (Bello & Chaparro, 2011).

Estos daños son experimentados como una vivencia de tipo traumática, que por el carácter súbito e incomprensible no llega a elaborarse permaneciendo su cualidad sensorial que se reactiva ante estímulos externos. Por ello, se generan sensaciones de vacío, desvalimiento y desamparo (Benyakar & Lezica, citado por Rodríguez, 2014).

[5] Las orientaciones a servicios especializados son recursos complementarios al proceso de rehabilitación tanto de la modalidad individual como familiar o comunitaria, y que por su carácter genérico son presentadas aparte.

Es así como el sentido general de una atención con carácter rehabilitador a nivel individual se dirige a reconstruir y restaurar la autonomía, el control y la seguridad (UARIV, 2014). En ese sentido, el conjunto de orientaciones para la atención individual contempla los siguientes principios:

1) La orientación general de los procedimientos se basa en un enfoque de intervención en crisis, dirigido a promover la comprensión y estabilización de las víctimas frente a los hechos anómalos imprevistos, disruptivos o sus consecuencias (Miller, 2008). 2) Las orientaciones para la atención se dirigen especialmente a las necesidades y problemáticas actuales (Green & Roberts, 2008). 3) Están inspiradas en el enfoque de fortalecimiento de recursos, capacidad resiliente y centrada en las soluciones (Lipchik, 2004), en la que, además de constatar las afectaciones, se pretende reconstruir con base en los recursos y potencialidades propias de todos (Pérez-Sales, 2008). 4) Están orientadas a un corto plazo, en la medida que hay constantes necesidades que requieren ser atendidas (Anchin, 2003; Kush, 2009). 5) Los procedimientos propuestos permiten reconocer logros rápidamente, restaurando así la posibilidad de recuperar el sentido de control y la capacidad para decidir sobre la propia vida (Puig & Rubio, 2013; White & Epston, 1993), sin que con ello se agoten las posibilidades de atenciones más pausadas y profundas.

Las orientaciones metodológicas se presentan con los siguientes componentes:

1) Una justificación que enmarca la necesidad de una acción en particular. 2) Los objetivos a los que se dirige esta guía. 3) Recomendaciones generales en las que se indican sugerencias para las buenas prácticas, precauciones e indicaciones particulares para algunos casos o procedimientos especiales, en función del género y algunos componentes diferenciales como de tipo étnico y de edad, por ejemplo. 4) Recursos adicionales. Sugerencia de otras acciones que se pueden llevar a cabo en el tema particular. 6) Actividades sugeridas: son las acciones distribuidas por sesiones, que contienen sus propios objetivos y los procedimientos para cada caso. 7) Referencias bibliográficas: al final del volumen se listan los documentos consultados para el componente temático.

3.1. Procedimiento general

Con fines didácticos, se presentarán esquemáticamente los pasos a seguir desde el inicio y definición de temas o focos de atención hasta la conclusión o cierre de la atención. Estos pasos no siempre estarán en este orden, pero como cualquier proceso de ayuda, pueden ir ocurriendo de ida y venida, en donde lo importante es tener claridad en qué momento del proceso se encuentra durante la atención.

1. Para iniciar cualquier atención es indispensable realizar el proceso de **Acercamiento y Reconocimiento**. Esta acción permitirá la comprensión y conocimiento de la situación de la víctima y, sobre todo, será el momento para la construcción de una relación de apoyo/atención y confianza dentro de la cual se habrán identificado

los recursos con los que se cuenta (considerando las dimensiones de lo que se ES, lo que TIENE, lo que HACE y dónde ESTÁ) y, finalmente, se habrá realizado una primera aproximación y concertación de el o los focos de atención sobre las cuales girará el proceso de atención.

La elección del foco de atención es un proceso que requiere reflexión y cuidado por parte de quien lo realiza. A partir de ello se podrá elegir la temática o temáticas más relevantes para llevar a cabo el proceso de atención psicosocial. Con el fin de orientar en la definición del plan de trabajo, se propone considerar los siguientes aspectos:

a. Durante la primera conversación de acercamiento y reconocimiento se identifica cuál puede ser el foco de atención, o cuáles son las necesidades de atención de la víctima. Para ello es necesario atender, hacia el final de la conversación, "cuál puede ser el tema en el que realmente se puede trabajar…". Con ello se busca diferenciar aquello que sobrepasa las competencias del/la profesional de salud (por ejemplo, conseguir empleo, mejorar ingresos, recibir un auxilio económico, obtener vivienda…) como aquello que no es posible abordar (que desaparezcan las amenazas, estar en un país más justo, etc.).

b. Una vez se identifica la posibilidad de trabajo en uno o más temas, es necesario establecer un análisis amplio para **determinar la severidad del problema,** con el fin de priorizar y definir las áreas de las acciones. Como guía para este propósito, se ha considerado analizar la situación mediante la siguiente ecuación (adaptada de Merhabian & Read, citado por Madrid, 2014):

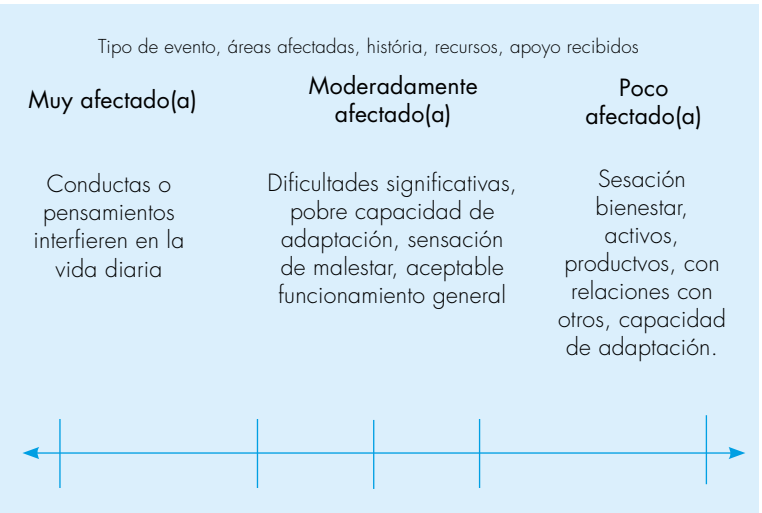
SEVERIDAD DEL PROBLEMA = ANGUSTIA x DESCONTROL x FRECUENCIA y/o INTENSIDAD

Donde la ANGUSTIA refiere la apreciación subjetiva de malestar, distrés, incomodidad o sufrimiento relacionado con esta situación o problema; el DESCONTROL comprende la sensación de disminución de capacidad para enfrentar la situación problema; la FRECUENCIA es la cantidad de veces que se presenta la situación, y la INTENSIDAD señala la magnitud de la situación problema. En ocasiones, estos últimos componentes pueden estar relacionados por cuanto hay eventos con poca frecuencia, pero son muy intensos y agobiantes (por ejemplo, la pérdida de un familiar, haber sido víctima de intento de asesinato, entre otras). Pueden presentarse también con mucha frecuencia y esto es lo que constituye lo problemático (por ejemplo, las amenazas, las frecuentes discusiones y problemas con un miembro de la familia; las veces que se siente rechazado o discriminado por su condición de víctima o la experiencia de sentirse triste, no poder dormir, etc.).

c. Atendiendo a estos componentes tanto de la gravedad del problema como el nivel de angustia percibido, considere, como en un continuo, qué tan limitante, incapacitante o urgente es el estado de la persona. Ello permite estimar el tipo de apoyo requerido.

Lo anterior podría ilustrarse de la siguiente forma (adaptado de Winston & Winston, 2001) (ver figura 1):

Figura 1. Continuum impacto/daño psicosocial

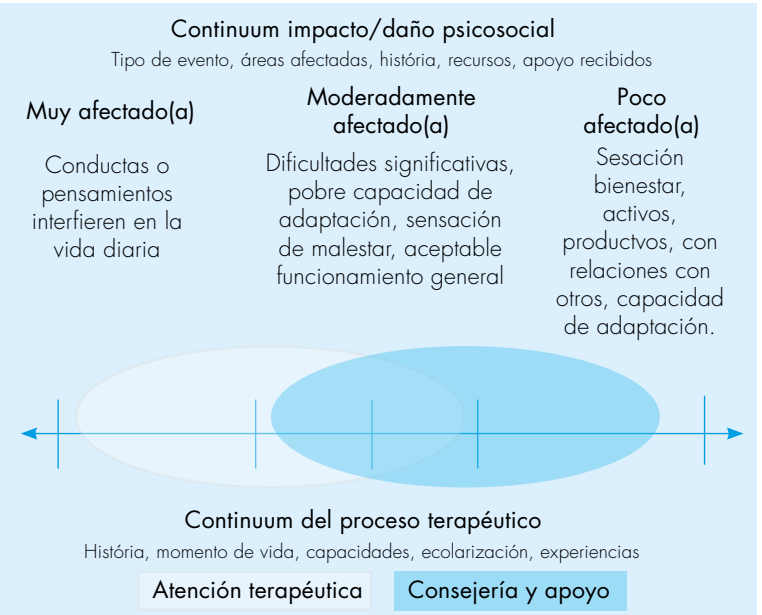


Aquí se puede señalar, a manera de orientación, la posible severidad de la situación de malestar, derivado del impacto o daño, que llevaría a considerar el tipo de acción a llevar a cabo.

Las acciones de consejería y apoyo se dirigen a promover o fortalecer cualidades de afrontamiento y resiliencia en personas que disponen de recursos, pero requieren apoyo en decisiones para realizar acciones. Se trata de generar un proceso más de tipo preventivo, acciones que estarían más hacia el lado derecho de la figura 1.

En este sentido, se podrían identificar aquellas en las que hay un considerable nivel de angustia y malestar que ocasiona un importante deterioro en su vida cotidiana, por lo que se considerarían aquí aquellas temáticas englobadas en el grupo de Acompañamiento Terapéutico. En la figura 2 podrían ilustrarse en el sector izquierdo.

Figura 2. Continuum del proceso terapéutico



d. Analice estas necesidades en un marco más amplio que permita comprender en múltiples dimensiones la solicitud construida. Con esto, integre esos elementos dentro del contexto en que se desarrollará la atención. Aquí, entonces, se habrá estimado la posible severidad y prioridad de atención.

e. Es necesario aquí señalar que existen situaciones que sobrepasan este ámbito de atención psicosocial dentro del Papsivi, debido tanto a la gravedad como por el tipo y continuidad de atención que se necesita y, por lo tanto, se requiere de la participación de algunos especialistas en salud mental. Pueden ser situaciones urgentes de Intento de Suicidio, estados mentales de psicosis, situaciones de abuso de sustancias, así como graves problemas de comportamiento infantil, por ejemplo, en los que es pertinente derivarlos a los servicios especializados, para lo cual las orientaciones de Derivación a otros servicios proporcionan pautas para su detección y seguimiento.

f. Siguiendo con el establecimiento del plan de trabajo, a partir de estas decisiones iniciales, decida: ¿Se trata de fortalecer recursos existentes? Elija acciones de Consejería y Apoyo. ¿Hay eventos que son experimentados como críticos y se requiere fomentar la estabilización y la seguridad? Elija acciones de Atención Terapéutica.

g. También puede orientarse por otras preguntas que permiten delimitar el campo de trabajo y comprende estimar las dimensiones de la problemática: ¿Se trata de una problemática predominantemente personal? ¿Se relaciona con otros? (grupos cercanos como pareja, familia, amistades…) ¿Se relaciona con el entorno (ambiente, recursos, comunidad…)?

h. En esta conversación, generalmente después del momento de Acercamiento y Reconocimiento, también se informará la mecánica de trabajo y las características de un trabajo en grupo. Revise otros criterios en la orientación del trabajo grupal.

1. En la determinación de prioridades de trabajo puede haber muchas necesidades; tenga en cuenta los límites propios y del escenario del Papsivi. Por ello, NO es necesario atender todo de una vez, aborde pausadamente aquellos temas que son prioritarios, y si el tiempo y la disponibilidad de las personas víctimas lo permiten, continúe con otras temáticas.

2. Una vez enmarcado el tema de trabajo, elija la orientación que más se acerca a la necesidad de la persona. El material propone temas, objetivos y procedimientos que le apoyarán la acción o bien le pueden sugerir nuevos elementos para trabajar.

3. La mayor parte de las orientaciones que integran la modalidad de atención individual están diseñadas para ser realizadas en un máximo de ocho (8) sesiones. Recordemos que uno de los principios en

los que se basa esta modalidad de atención son las intervenciones a corto plazo o de terapia breve, y la experiencia de atención a víctimas en Colombia indica que por muchas razones ha predominado este formato de atención */**, pues ha resultado ser adecuado a las particularidades de las víctimas, como también se conoce que estas intervenciones breves poseen una importante efectividad en cuanto a sus resultados (Shanks et al., 2013; Swartz, Grote & Graham, 2014; Botella & Corbella, 2011).

4. Es importante que se lleven a cabo todas las sesiones propuestas (hay obvias excepciones en donde no es posible realizarlas, como por abandono o en los casos de intervención en crisis en las que se proponen 1 o 2 sesiones, o en los casos de acompañamiento en restitución de derechos cuando hay tiempos marcados por estos procesos). Si hay alguna condición que pueda afectar esta programación, realice por lo menos cuatro (4) sesiones. Se ha demostrado que al llevar a cabo más de tres encuentros se pueden obtener mejores efectos de las acciones propuestas (a partir de la tercera sesión hay una importante adhesión a la atención y disminución de malestar, y en la octava se perciben los mayores cambios (Botella & Corbella, 2011).

5. Recurra a múltiples metodologías que favorezcan la expresión y comprensión de sus recursos, que motive el cambio, se enriquezca la autonomía de las personas y pueda alcanzar más rápidamente los objetivos propuestos. Dentro de ellos está la estrategia de realizar resúmenes de lo ocurrido durante la sesión, lo que facilita la integración de la experiencia en un todo y le da sentido a su esfuerzo. Esta puede realizarse, o bien al inicio de la sesión, o bien al final.

6. Tan relevante es la apertura de la atención psicosocial, en donde se establece la relación a partir del Acercamiento y Reconocimiento, como lo es el cierre del proceso. Este paso adquiere importancia por cuanto a lo largo de un tiempo se ha transcurrido por una serie de momentos muy intensos emocionalmente, se ha establecido un vínculo de trabajo y se espera haber alcanzado las mejorías o cambios establecidos que permitan llevar a cabo la transición entre un escenario de

* Por ejemplo, la Corporación AVRE, que realiza atención psicosocial a víctimas desde hace más de 20 años, informa que entre 2005 y 2011 el promedio de consultas fue de 3,6 por persona, y que en el 83% de los casos la atención trascurrió entre 1 y 5 sesiones (Corporación AVRE & Corporación Vínculos, 2011).

** La organización Médicos Sin Fronteras, en un informe de la atención humanitaria en contextos de violencia de 18 programas de atención de 8 países (dentro de ellos Colombia), refiere que el promedio de sesiones realizadas a los beneficiarios fue de 3,87 y, en casos de considerable afectación, de 5,5 sesiones por persona (Shanks et al., 2013).

compañía profesional a uno de ausencia de este. Es el momento en que las personas se sienten en condiciones para continuar su vida sin la necesidad inmediata del/la profesional psicosocial, por lo que aquí es necesario aumentar la posibilidad de que no se requieran más sesiones y, especialmente, "ampliar y anclar mejorías" (Beyebach, 2006). Es por ello que realizar acciones en donde se reconozcan logros, se fortalezca autonomía y se consoliden mecanismos de seguridad para el enfrentamiento de las dificultades o de crisis debe ser el propósito de estos momentos. De allí que a lo largo de esta estrategia se sugieran con frecuencia las acciones simbólicas y los rituales, a fin de recoger todas estas intenciones y dar por concluido este ciclo en la última sesión.

7. Una vez concluido el tema de trabajo, observe los indicadores de proceso, ellos pueden orientarle sobre lo que se propuso y lo que observó finalmente.

8. Es necesario, entonces, que se familiarice con este material antes de iniciar el proceso de atención en forma individual y pueda así aprovecharlo en beneficio de *las víctimas.*

4 Orientaciones metodológicas para la atención en consejería y apoyo

4.1. Momento de acercamiento y reconocimiento

Por la relevancia que tiene este momento, **previo a cualquier acción individual**, sea de consejería y apoyo o de atención terapéutica, se desarrolla a continuación este proceso con sus recomendaciones particulares.

4.1.1. Justificación

Un momento muy importante dentro de una estrategia de atención psicosocial concierne al proceso de identificación y acercamiento a las personas que han sido afectadas por la violencia en el marco del conflicto armado y, por lo tanto, se han registrado como víctimas. Ya aquí es conocido que la Ley 1448 de 2011 (Congreso de Colombia, 2011) ha

dispuesto una serie de mecanismos para reconocimiento y registro de la condición de víctimas, descritos en sus artículos 3°, la identificación y registro en el sistema, Registro Único de Víctimas, ordenado en los artículos 154 a 156 de la misma ley, por organismos del Ministerio Público (Personerías municipales, Defensorías regionales y procuradurías provinciales o regionales), a partir de los cuales se dispone de la información de quienes se han registrado para todos los efectos de la ley.

Con esta identificación se procederá a acercarse y establecer el primer contacto con las víctimas, y la forma como se establezca este primer vínculo será determinante para proponer acciones dirigidas al reconocimiento y mitigación de los daños ocasionados por la violencia, a fin de aportar a la rehabilitación como medida de reparación.

Objetivos

- Establecer un acercamiento comprensivo y respetuoso que permita un espacio de diálogo y reflexión, para identificar niveles de afectación producidos por los hechos victimizantes, reconociendo sus capacidades y recursos de afrontamiento.
- Identificar en forma conjunta las áreas para llevar a cabo acciones de mitigación del daño y de recuperación emocional, enmarcándose estas en las medidas reparadoras como reconocimiento de los derechos de su condición de víctimas, según la Ley 1448 de 2011.
- Insumos para Indicadores de proceso
- Conocen de qué se trata la oferta de atención psicosocial y participan en ella.
- Se cuenta con uno o varios temas sobre los cuales se iniciará la atención de mitigación de daños y de rehabilitación.
- Hay interés y voluntad de las personas para llevar a cabo este proceso y, con base en ello, se habrán definido los componentes logísticos para su realización.

4.1.2. Recomendaciones generales

A partir de los registros que conforman el Registro Único de Víctimas, se dispone de aquel universo de personas a quienes se dirigen las medidas de reparación y, en este caso, de rehabilitación psicosocial, mediante las acciones del Programa de Atención Psicosocial y Salud Integral a Víctimas - Papsivi, a realizar en las modalidades individual,

familiar y comunitaria. (Ministerio de Justicia y del Derecho, 2011).

Este paso de identificación de las víctimas requiere que el equipo psicosocial se encuentre previamente contextualizado sobre las condiciones básicas de la población en la región, teniendo en cuenta de antemano características como la presencia de mayorías o minorías étnicas, de cultura, edades, actividades económicas, dominio del territorio, entre otras.

De esta forma, como ya se indicó arriba, el equipo de trabajo establecerá la metodología para focalizar y acercarse a la o las víctimas a quienes se les ofrecerá la atención individual.

Es necesario tener en cuenta que nuestro acercamiento surge como una oferta determinada por la Ley 1448 de 2011, que ordena la atención psicosocial y en salud para las víctimas. Por ello, en este caso, no son las víctimas quienes buscan o solicitan esta atención, sino nosotros, los funcionarios del equipo psicosocial, quienes la vamos a ofertar. De allí se comprende que este proceso requiere del máximo respeto, tacto, prudencia y comprensión.

El acercamiento refiere el proceso por el cual el o la profesional ubica, se traslada al sitio donde se encuentran las víctimas, familia o comunidad afectadas por los hechos victimizantes e inicia el primer contacto (Ministerio de Salud y Protección Social & OIM, 2014).

Este primer contacto se puede realizar por medio de dos canales: directo o vía telefónica, en donde se va a establecer el momento para llevar a cabo la entrevista de acercamiento y reconocimiento. Independientemente del canal, siempre es importante hacer la presentación del/la profesional y la institución a la que pertenece, el propositito de la conversación y el tiempo estimado que requerirá para ello. Así, por ejemplo:

"Buenos días/tardes, _____, mi nombre es _____. Llamo a nombre de (nombre de la SDS y Secretaría de Salud a la que pertenece). Soy (la profesión), profesional del equipo de atención psicosocial Papsivi.

Estamos haciendo este contacto con usted a partir de la información suministrada a la Unidad de Atención a Víctimas (o entidad donde realizó la declaración), con el fin de establecer el primer contacto para definir un horario para la visita en su hogar y poder conocerlo (a), ver en qué forma podemos iniciar un proceso de atención psicosocial al cual usted como víctima tiene derecho.

**(En caso de focalizar NNA para atención) Estamos haciendo contacto con usted a partir de la información suministrada a la Unidad de Atención a Víctimas (o entidad donde realizó la declaración), y por la solicitud que nos hizo __(se indica la persona o personas que solicitan la atención a un NNA), quien refiere que se han observado algunas dificultades en el comportamiento de _____, posiblemente relacionado con los eventos que ustedes vivieron y quisieran que él/ella sea atendido/a. Por ello, queremos concertar un encuentro en donde podamos hablar con ustedes al respecto y, además, tener un encuentro con el niño(a) o adolescente.

(El acercamiento y reconocimiento para NNA se detalla más adelante).

Es importante que sepa que este primer contacto lo estamos realizando con la mayoría de víctimas registradas en el Registro Único de Víctimas, estamos entrevistando no solo a personas que necesiten ayuda, sino también a quienes estén bien y tengan todas sus necesidades cubiertas. Nos gustaría saber no solo de las necesidades psicosociales de las víctimas, sino también de las personas que han podido salir adelante para que sirvan de ejemplo para la comunidad.

La entrevista tendrá una duración de aproximadamente una hora, por lo que necesitamos que tenga el tiempo para atendernos y que sea el mejor momento para realizarla. Queremos clarificar que la información que usted nos suministre es confidencial y será consignada en _____.

Una vez se acepta la participación en esta entrevista inicial, el/la profesional se dirigirá al lugar en donde ha acordado el encuentro. Tenga en cuenta las siguientes particularidades de esta conversación:

Se trata de una entrevista semiestructurada, en donde las preguntas buscan motivar una conversación amplia, que pueda establecer confianza y, a partir de allí, identificar temas y necesidades sobre los cuales se pueda construir conjuntamente un plan de atención psicosocial.

Durante esta se solicitará una declaración de consentimiento informado y en seguida se realizan una serie de preguntas abiertas que se encuentran descritas en EL REGISTRO GENERAL PARA EL ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO (material que se emplea también para la acción de acercamiento en las modalidades individual, familiar y comunitario), que pueden adaptarse de acuerdo a las particularidades individuales, en donde en los espacios correspondientes se anotarán las ideas principales para cada respuesta (cuando crea pertinente, anote frases textuales que ayuden a identificar temas centrales o importantes) y un resumen que reúne los nombres de las estrategias propuestas para acompañar algunos temas particulares. Se sugiere seguir el orden sugerido en esta ficha.

Por lo anterior, es necesario leer previamente todas las Fichas de Registro de Acercamiento y Reconocimiento (Fichas PAP010 y PAP012), dirigidas a adultos y niños, niñas o adolescentes, para que se familiarice con su contenido. Su estructura le permite tomar decisiones de manera ágil cuando se conoce suficientemente este material.

En el caso de los NNA, se trata también de una entrevista semiestructurada, la cual se desarrolla con el apoyo de una técnica expresiva o de manera conversacional. Esta entrevista se lleva a cabo a través de los siguientes tres momentos:

- El primero está dirigido al/los familiar(es), cuidador(es) o defensor(es) de familia, con el propósito de identificar algunos aspectos relevantes de la atención al NNA.

- El segundo está dirigido al NNA y al familiar, cuidador o defensor de familia, con el fin de construir de manera conjunta el contexto de la atención. Este momento consta de la declaración del consentimiento informado y recopilación de información general del NNA.

- El tercero está dirigido al NNA con quien se lleva a cabo una serie de preguntas o indicaciones para el desarrollo

de la actividad, la cual puede adaptarse de acuerdo a sus particularidades individuales. Cuenta, a su vez, con un cuadro resumen que permite identificar necesidades de cambio, recursos y acciones a desarrollar.

Como fundamento de esta acción de acercamiento y reconocimiento están los siguientes principios:

- Se parte de una noción integral de la persona (dimensiones físicas, psicológicas, sociales).
- Se reconoce que la violación a los DD. HH. ha ocasionado afectaciones y, además, las personas cuentan los recursos o potencialidades con los que han hecho frente a ellas. (Martín Beristain, 2010).
- Hay Comprensión diferencial, reconoce las particularidades.
- Las personas víctimas tienen autonomía, decisión y derechos.
- Las personas víctimas comprenden y les dan significados a los acontecimientos, de acuerdo con su experiencia y la forma como construye la realidad.
- Entiende las particularidades individuales y sociales.
- El lenguaje nos permite acercarnos a estas formas de comprender y relacionarnos con los demás.
- Los niños, niñas y adolescentes tienen diferentes formas de representación desde lo vivido.

El acercamiento y comprensión se hace desde las dimensiones existenciales del individuo: Ser, Tener, Hacer y Estar (Max-Neef, 1998). Estos refieren una forma para comprender la existencia de un individuo en forma real y verdadera. Cada una de estas dimensiones se entiende como:

SER: Se ES en términos de su cualidad particular como sujeto, en su integridad e identidad psicobiológica, que lo define en cuanto a su ánimo, salud, forma de pensar, su ser como hombre, mujer, de su orientación e identidad sexual, como niño, niña, adulto, joven (se incluye aquí la salud física o mental por ser un atributo que determina la existencia y subsistencia como individuo).

Ejemplos: Ahora soy muy triste. Ya no me emplean porque soy viejo. Procuro ver las cosas de la mejor manera. No soy la misma de antes por la enfermedad. Ya no soy hombre desde que perdí la pierna. La enfermedad me ha cambiado mucho. Me he descuidado en mi salud. Me volví desconfiado. Lo que le hicieron a mi familia me afectó como hombre. Desde que nos desplazamos soy muy temeroso. Antes era cariñosa con mis hijos. No me gusta quedarme quieta. Creo que eso no podía quedar así y por eso denuncié. Después de lo que pasó, no soy buen estudiante.

TENER: Define las cualidades que se han adquirido o se han construido por sí mismo o en relación con otros, y hacen parte de la existencia de un individuo. Se cuenta con un nivel educativo, una familia, un trabajo, amistades, patrimonio…

Ejemplos: Por el desplazamiento no tengo trabajo. Perdí todo lo que había construido. Tengo una familia que me ha apoyado mucho. Por la desaparición de mi padre no

pude seguir estudiando. Lo que me ha ayudado han sido los ahorros. Me ayuda el negocio que monté en la calle. Perdí a mi esposo. Sigo contando con mis hijos. Ya no tengo amigos, ellos se quedaron allá.

HACER: Se entiende, desde la dimensión existencial, la forma de comportarse y cómo actúa un individuo, sus hábitos, sus costumbres, lo que hace para enfrentar las dificultades.

Ejemplos: Ahora no sé qué hacer acá. Aprendí a vender tintos. Antes nos reuníamos para rezar el rosario. Me dedico es a cuidar a mis hijos. Creo que estoy bebiendo mucho. Cuando llegaron las amenazas salimos corriendo. Para cuidarme permanezco encerrado en la casa. Hice la denuncia en la Fiscalía. No me gusta hablar con los vecinos. Antes celebrábamos la Navidad.

ESTAR: Comprende el hallarse en algún lugar donde transcurre su existencia. El lugar geográfico donde se vive, el territorio y lo que dispone (ambiente, instituciones, recursos, violencia), donde se trabaja, el lugar que habita.

Ejemplos: Donde vivimos todo es muy pequeño. Aquí me atendieron y me operaron. Es más tranquilo este barrio. Antes en el campo teníamos lo necesario. Aquí hace mucho frío. A donde llegamos recibimos ayuda de acción social. Es muy lejos el puesto de salud. Allá vivíamos muy temerosos por la presencia de la guerrilla. Los paras no nos dejaban salir del pueblo. Aquí he podido mandar mis hijos al colegio. En ese hospital no hay psicólogos. Es muy lejos donde tengo que ir a trabajar. Cada vez que llueve duro se inunda.

Todo lo anterior se explora a través del diálogo, por ello:

Considere siempre emplear todos los recursos para establecer una relación empática y de confianza que den como resultado no solo una identificación de acciones a seguir, sino que, en su diálogo, esta genere una intención reparadora y, por ende, suscite algún alivio y utilidad inicial.

Recuerde algunos elementos generales para favorecer la comunicación y la confianza:

Adopte una postura "natural", ser uno(a) mismo(a) es un elemento básico para generar un espacio en que ellos(as) se sientan en confianza y acogidos con respeto para poder determinar en qué se puede brindar atención o ayuda (Gradillas & Gradillas, 2006)

Observe: Esté atento a las expresiones y los comportamientos durante la conversación, así como a los componentes culturales (vestimenta, saludo, etc.). Hay gestos que pueden indicar temas sensibles que requieren pausa.

Escuche: Atienda en silencio mientras la persona responde. No interrumpa innecesariamente. Anime a continuar la conversación. Sea paciente con los silencios, ellos sugieren reflexión o temas de difícil expresión.

Pregunte: Cada tema en esta ficha sugiere unas preguntas que pueden complementarse con otras a juicio del entrevistador, las cuales permiten ampliar o precisar la información. Evite hacer muchas preguntas a la vez.

Dé respuestas: La manera en que ofrecemos respuestas en este espacio puede facilitar la elaboración de narraciones acerca de las problemáticas que aquejan a una persona. Las

respuestas permiten fortalecer el diálogo y animan a abordar de diversas formas las temáticas expuestas. Hay formas de respuesta que señalan que se está siendo comprendido(a). Pueden ser: de reflejo de sentimientos, poner en palabras los sentimientos de un mensaje. Reflejo de contenidos, llamar la atención de un contenido particular con las mismas palabras de la persona. Resumen, reúne varios sentimientos y contenidos para puntualizar un tema de la conversación (Fernández, 2002; Gradillas & Gradillas, 2006).

En el momento de Acercamiento y Reconocimiento dirigido a NNA, es importante usar el lenguaje apropiado según sus capacidades, proceso de desarrollo y referentes culturales. Asimismo, es vital establecer una relación en la que el NNA sea reconocido como sujeto de derechos, favoreciendo el intercambio mutuo de experiencias.

Indicaciones generales que deben evitarse y riesgos para tener en cuenta en la práctica

Como cualquier proceso de relación personal, se deben evitar acciones o expresiones que puedan afectar este encuentro; por lo tanto, se trata de no interrumpir, no estar apresurado y disponer del tiempo necesario. Evite realizar muchas preguntas a la vez y asegúrese de que sus preguntas sean comprendidas. (Cleries, 2006).

No haga promesas que no puede cumplir y no se comprometa con cosas que están fuera de su alcance como parte del equipo interdisciplinario.

Aunque no haya construido aún un plan de atención psicosocial, tenga presente que desde el primer contacto se está abonando el terreno para que este sea satisfactorio y, en algún sentido, reparador (Forero, 2015; Corporación AVRE & Corporación Vínculos, 2011).

No imponga los horarios de los próximos encuentros. Recuerde que uno de los propósitos de la atención psicosocial es ayudarles a las personas a recuperar el control sobre sus vidas, y uno de esos aspectos es la posibilidad de decidir sobre su tiempo, así que asegúrese de que los espacios sean acordados conjuntamente.

Recursos adicionales

Para seguir este proceso de acercamiento y reconocimiento se elaboró una ficha que contiene cada una de las preguntas necesarias para recoger la información y acordar un plan de atención (ver Ficha General para el Acercamiento y Reconocimiento PAP010, para adultos, PAP011, para las acciones Individuales - Grupales, y PAP012, para NNA).

4.1.3. Acercamiento y reconocimiento dirigido a jóvenes y adultos

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Abrir la entrevista y establecer confianza.	**Presentación del/la funcionario/a** Se presenta y se indica, además del nombre, su rol y entidad a la que pertenece, añadiendo la forma en que conoció la identificación de la víctima. Si es necesario, presente alguna identificación que lo/la acredite como tal.
2. Establecer el propósito de la conversación.	Es necesario señalar: "La razón para que estoy aquí es conocerlo(a) mejor y poder ofrecerle y/o continuar con la atención y el apoyo a los que tiene derecho como víctima. Es por esto que quiero hacerle algunas preguntas muy generales y luego otras sobre cómo se ha sentido y qué ha hecho para seguir adelante. Esta información se maneja de forma confidencial, salvo datos que se deberán registrar en forma cuidadosa para que otros funcionarios, si es necesario, puedan atenderlo(a), aquí o en otra ciudad. De antemano, le informo que es responsabilidad mía cuidar de esta información, y si hay algo que se deba hacer público, se le consultará previamente, así como también le estaré informando acerca del proceso que se llevará a cabo". **(En caso de continuar una atención ya iniciada de fase anterior[6]).** Conozco que en meses anteriores usted fue atendido(o) por _____, funcionario de _____, con quien estuvo conversando sobre algunos temas que en ese momento le preocupaban y consideraron que era importante continuar este trabajo (esto bajo la suposición de cambio en profesional tratante). Conozco que estuvieron hablando sobre _____, aspectos que considera que es necesario seguir abordando, y es por ello que en este momento yo voy a retomar este proceso, a partir de la información que usted ya suministró. Entonces, retomaremos algunos aspectos para ver qué ha ocurrido desde ese momento hasta hoy".

[6] La siguiente indicación se sugiere cuando ya se realizaron algunas acciones de atención y se decidió que, debido a que no se alcanzaron plenamente las metas de la atención, era necesario continuar, una vez los profesionales del equipo psicosocial del Papsivi reanudaran el trabajo en la región.

objetivo	actividades
3. Establecer el consentimiento informado.	Se debe leer el texto del consentimiento informado y, en especial, los compromisos del/la profesional. Se confirmará que fue entendido y si no, se hacen las explicaciones o ilustraciones del caso: "Partiendo que tiene interés en recibir (o continuar) la atención por parte de nosotros, el equipo de Secretaría de Salud, le solicitamos exprese su voluntad con la firma de este consentimiento informado, el que dice: (se lee el texto). Si está de acuerdo, por favor, firme aquí…".
4. Recoger los datos de identificación.	Se diligencia el apartado II. Datos de Identificación: Se anota el nombre completo, tipo de identificación, número de documento, edad y demás información de identificación en la ficha general de asistencia (PAP030). Nota: Es importante informar que durante la conversación va a tomar algunas notas, para asegurarse de anotar lo que dice, añadiendo que esto no quiere decir que no le esté atendiendo durante la conversación.
5. Identificar afrontamientos.	En la ficha de Acercamiento y Reconocimiento se encuentran las preguntas orientadoras de aquí en adelante. III. Comprensión de los recursos de afrontamiento: Desde que ocurrieron los hechos de violencia, ¿qué le ha permitido seguir adelante? Ayúdeme a entender, ¿de qué se siente orgulloso/a cuando piensa en cómo ha afrontado el sufrimiento producido por el conflicto armado? Se recogen algunas frases que ilustren mejor las ideas expresadas. Anime la conversación identificando los aspectos propios de sí mismo/a que ayudan (del ser), las acciones que ha hecho (el hacer), los elementos de que dispone y tiene para afrontar (el tener) y aquello del lugar en que se encuentra que le ha ayudado (el estar).
6. Identificar y comprender impactos.	IV. Afectaciones psicosociales identificadas: ¿Qué significa hoy para usted o ustedes haber sido víctimas del conflicto armado? Para tener en cuenta al abordar este apartado Observar los cambios que se pueden presentar en el momento de hacer memoria de los hechos. Preguntar cómo se siente al hablar de ello. Si la persona lo desea, se pueden suspender estas preguntas. La persona puede estar en libertad de continuar o no. Es útil reconocer el esfuerzo y el valor para narrar lo sucedido.

objetivo	actividades
	Preguntar sobre los hechos victimizantes no se dirige a la recolección de información para un ámbito jurídico, no se trata aquí de cuestionar la veracidad o no de los hechos. A veces pueden observarse confusiones en la narración, lo que da cuenta más es del estado emocional en que se encuentra. Las víctimas en general pueden hablar de lo ocurrido, estas acciones pueden tener una importante función de alivio, si se conducen en forma comprensiva y respetuosa. Algunos de los hechos victimizantes narrados por las personas puede involucrar información muy confidencial, por lo que es necesario atender esta privacidad. Fomentar en este momento la sensación de privacidad y reserva. No se puede establecer una relación lineal causal entre los acontecimientos violentos y los deterioros y vulnerabilidades identificadas. Recuerde que, en muchas ocasiones, las víctimas necesitan ser escuchadas en SU verdad y que se les comprendan las circunstancias en que se han encontrado. Esta disposición fortalece la confianza y favorece el restaurar el autoestima y actitud ante la vida. Se continúa, entonces, con… ¿De qué manera se da cuenta de que el sufrimiento por lo que ocurrió aún está presente?… ¿Quiénes son los más afectados(as)? (Seguir con las preguntas de la ficha…). De nuevo, en cada una de estas preguntas, intente identificar los aspectos que se reconoce afectados de la forma de ser, lo que cambia de lo que hace o hacía, lo que se deteriora o pierde de lo que tenía (material o simbólico), y los aspectos de donde estaba o está y se entienden como deteriorados o perdidos.
7. Explorar expectativas y prospección.	V. Proyección futura: ¿Si pasaran cinco años y mirara hacia este momento, de qué se sentiría orgulloso/a de usted mismo/a.? ¿Qué tendría que realizar para sentirse así? (orgulloso/a de sí mismo/a?) (Seguir las preguntas de la ficha) Identifique los aspectos de su forma de ser que reconoce como claves para el enfrentamiento de afectaciones, las acciones que está realizando o puede llevar a cabo, con lo que cuenta, lo que **tiene** y se reconoce, y el reconocimiento de las potencialidades de donde **está.**

objetivo	actividades
8. Definir problema y establecer plan de trabajo.	VI. Análisis de estrategias y acciones para la atención psicosocial: A partir de lo anterior… (se hace un breve resumen de la conversación destacando algunas cualidades, recursos y dificultades por las que ha pasado) ¿Qué quisiera que trabajáramos en este proceso de atención psicosocial, reconociendo que la atención psicosocial busca mitigar el sufrimiento emocional generado por los hechos de violencia? En este momento, es útil hacer preguntas para que la persona pueda establecer prioridades con base en sus necesidades y recursos identificados en el transcurso de la conversación.
9. Establecer un plan de trabajo o un foco de atención psicosocial.	Frente a esto, yo como profesional Papsivi podría… (aquí se recomienda realizar una apreciación desde su criterio profesional acerca del nivel, tema o temas pertinentes para abordar esas afectaciones psicosociales que han sido identificadas. Asimismo, deberá dar cuenta de horarios, frecuencia y modalidad que se recomienda desde el proceso, ya que ello le da certezas a la persona atendida). En este momento se hace la apreciación amplia del balance de necesidades, problemáticas y los recursos, cualidades, carencias, afectaciones, manera din de ofrecer inicialmente un plan de trabajo. Mantenga presente sus propias capacidades y limitaciones personales, tanto de su rol profesional como a nivel institucional. Sea honesto en especificar qué cosas no es posible realizar. NO ofrezca cosas que no va a cumplir. Piense en sentido amplio y con perspectiva de equipo de trabajo. Piense en forma positiva respecto a lo que se puede alcanzar con la víctima. Como se indicó en la introducción de la estrategia de atención individual, se siguieren algunas claves para estimar y priorizar problemas. Una de ellas es "calificar" la severidad del o los problemas. Como guía para este propósito, se ha considerado analizar la situación mediante la siguiente ecuación (adaptada de Merhabian & Read, citado por Madrid, 2014): SEVERIDAD DEL PROBLEMA = ANGUSTIA x DESCONTROL x FRECUENCIA y/o INTENSIDAD Donde la ANGUSTIA refiere la apreciación subjetiva de malestar, distrés, incomodidad o sufrimiento relacionado con esta situación o problema; el DESCONTROL comprende la sensación de disminución de capacidad para enfrentar la situación problema; la FRECUENCIA es la cantidad de veces en que esta situación está presente, y la INTENSIDAD señala la magnitud de la situación problema. En ocasiones, estos últimos componentes pueden estar relacionados por cuanto hay eventos con poca frecuencia pero que son muy intensos y agobiantes (por ejemplo, la pérdida de un familiar, haber sido víctima de intento de asesinato, etc.).

objetivo	actividades
	Pueden presentarse también con mucha frecuencia y esto es lo que constituye lo problemático (por ejemplo, las amenazas, las frecuentes discusiones y problemas con un miembro de la familia; las veces en que siente que es rechazado o discriminado por su condición de víctima o la experiencia de sentirse triste, no poder dormir, etc.). • Compromiso para asistir. • Evaluar que no se encuentre en estado de agitación o con comportamientos extremos impulsivos. • Posible incompatibilidad con otros miembros de un grupo. • Dificultad para adaptarse a las normas de grupo. Si la persona está de acuerdo, se le informará la mecánica, como es días de reunión, tamaño del grupo y las normas mínimas para tener en cuenta (ver indicación grupal). Atendiendo a estos componentes tanto de la gravedad del problema como el nivel de angustia percibido, considere, como en un continuo, qué tan limitante, incapacitante o urgente es el estado de la persona. Ello permite estimar el tipo de apoyo requerido (leer más detalles en el apartado "PROCEDIMIENTO GENERAL" de los PRINCIPIOS GENERALES DEL PROCESO DE ATENCIÓN INDIVIDUAL). Una vez se ha hecho el ejercicio por parte del/la profesional de determinar la severidad del problema, la urgencia y la pertinencia para abordarlo, es posible identificar el tema particular a abordar, sea de Consejería y Apoyo o Acompañamiento Terapéutico. Una vez con este esbozo, defina la Modalidad, el Nivel (Consejería y Apoyo o nivel Terapéutico) y el Tema (o nombre de la orientación considerada). El material de estas orientaciones propone temas, objetivos y procedimientos que le apoyarán la acción o bien le pueden sugerir nuevos elementos para trabajar. OPCIONAL Considerar en el establecimiento del plan de trabajo la oferta de la atención EN GRUPO en alguno de los temas sugeridos (ver listados en las indicaciones generales de la orientación individual). Considere previamente, además del foco de problema, sus cualidades personales para tolerar y beneficiarse de esta modalidad de atención. Observe, entonces: • La capacidad de una persona para tolerar un grupo y trabajar en él. • Interés para participar en este.
	Áreas problemáticas compatibles con los objetivos del grupo.

objetivo	actividades
10. Cerrar el encuentro.	Es el momento en que se establecen los de acuerdo finales, se definen las de fechas de encuentros y se hace la despedida.
11. Resumir y registrar información.	1. Concluida la entrevista, se revisa y precisa la información recogida, en cuanto a las decisiones y necesidades de atención, recursos y acciones, complementando con la modalidad de atención a emplear. Se puede guiar por el cuadro de guías a seguir. 2. Se registra esta información en el aplicativo web, dispuesto en línea, siguiendo sus indicaciones.

4.1.4. Acercamiento y reconocimiento dirigido a niños, niñas y adolescentes

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un espacio de confianza y seguridad.	Presentación del/la funcionario/a Se presenta y se indica, además del nombre, su rol y entidad a la que pertenece, añadiendo la forma en que conoció la identificación del NNA víctima. Si es necesario, presente alguna identificación que lo/la acredite como tal. Nota: Esta presentación se realiza en el primer y segundo momento de la sesión de Acercamiento y Reconocimiento.
2. Establecer el propósito de la conversación.	Teniendo en cuenta que esta sesión cuenta con tres (3) momentos, se hace necesario establecer el propósito de la conversación en el primer y segundo momento, como se muestra a continuación: Primer momento (se realiza solo con los familiares, cuidadores o defensor/a de familia): "Me he reunido inicialmente con ustedes, familiares, cuidadores o defensor de familia a cargo del NNA, porque me encuentro interesado(a) en conocer algunas cosas de la familia y del NNA, que van a ser muy útiles para la atención".

objetivo	actividades
	Durante la conversación, verifique que el NNA se encuentre en el Registro Único de Víctimas (RUV), en caso contrario, identifique con el familiar, cuidador o defensor de familia quién es la persona que se encuentra registrada en el RUV, con el fin de realizar el reporte de esta información en el aplicativo Papsivi. Genere preguntas que le permitan comprender qué cambios se han observado en el NNA luego de los hechos victimizantes y el nivel de conocimiento que tiene el NNA frente a lo ocurrido. De esta manera, se podrá dar inicio al segundo momento. En casos de **Reclutamiento Ilícito**, también es importante la información del contexto proveniente del NNA, los procesos psicosociales precedentes, las instituciones que lo acogieron, las situaciones que puedan generar alertas, el estado emocional del NNA, la relación con el grupo familiar o pareja, etc. Segundo momento (se realiza con el NNA y sus familiares, cuidadores o defensor de familia): "Estamos acá reunidos para conocernos mejor y poder ofrecerles una atención dirigida al NNA. Para ello, vamos a estar inicialmente todos reunidos y luego conversaré solo con el NNA. Voy a realizar algunas preguntas muy generales y luego otras sobre cómo se ha sentido el NNA y que ha hecho para seguir adelante. Esta información se maneja en forma confidencial, es decir que voy a ser muy cuidadoso con la información que me van a brindar. Algunos datos se deberán registrar para que, en el caso de ser necesario, otros funcionarios puedan atender al NNA aquí o en otra ciudad".
3. Establecer el consentimiento informado.	Se debe leer el texto del consentimiento informado y, en especial, los compromisos del/la profesional. Se confirmará que fue entendido, o si no se hacen las explicaciones o ilustraciones del caso: "Dado que el NNA y su familiar, cuidador o defensor de familia han manifestado el interés de que el NNA reciba la atención por parte de nosotros, le solicitamos al familiar, cuidador o defensor de familia que exprese esta voluntad con la firma del consentimiento informado, en el que dice: (se lee el texto). Si está de acuerdo, por favor firme aquí… y al NNA también le solicitamos que exprese esta voluntad con la firma del consentimiento informado".
4. Recoger los datos de identificación.	Se diligencia la Ficha PAP030 con los datos de identificación. Nota: Es importante informar que durante la conversación va a tomar algunas notas, para asegurarse de anotar lo que dice, y añadir que esto no quiere decir que no le esté atendiendo durante la conversación. Al finalizar este proceso, se señala lo siguiente: "Dado que en esta ocasión la atención está dirigida al NNA, voy a solicitarle al familiar, cuidador o defensor de familia que espere en (un lugar distinto) mientras continúo esta conversación con el NNA". Cuando se retiren, se dará inicio a la conversación.

objetivo	actividades
5. Explorar recursos de afrontamiento y afectaciones generadas por los hechos de violencia.	Tercer momento (se realiza solo con el NNA): El/la profesional psicosocial podrá, según las particularidades del NNA (edad, forma de relacionarse, conocimiento o no de la existencia del hecho de violencia, discapacidad, entre otras), desarrollar este momento de manera conversacional o con el apoyo de una actividad (técnica expresiva del Árbol). Se recomienda el uso de la técnica expresiva en aquellos casos en los que el NNA no tiene conocimiento del hecho de violencia y en aquellos en los que se identifica que el NNA se comunica de manera tranquila y segura a través de herramientas expresivas como el dibujo y lo artístico. Para iniciar, el/la profesional señalará: "En este momento vamos a realizar una actividad o tener una conversación que me permitirá conocerlo(a) aún más y al finalizarla juntos(as) vamos a poder saber en qué le puedo ayudar y qué vamos a seguir trabajando en este espacio de atención". Nota: Es importante informar que durante la conversación va a tomar algunas notas, para asegurarse de anotar lo que dice, pero que esto no quiere decir que no le esté atendiendo durante la conversación. Cuando este momento se realiza con el apoyo de la técnica expresiva del Árbol: El NNA y el/la profesional dibujarán sobre un pliego de papel las siguientes partes de un gran árbol: el tallo y diferentes ramas de hojas. Al lado del dibujo estarán ubicadas: • Flores de colores, que representan las acciones de afrontamiento y resistencia. • Piedras, que representan lo difícil o el hecho victimizante. • Sol y nubes, que representan la proyección que tiene hacia el futuro. Tenga en cuenta que él árbol es una metáfora que va a facilitar la conversación con el NNA, ayudándole a que logre comprender, narrar y representar su propia historia de manera segura y tranquila. Para Michael White y David Epston, la externalización del problema consiste en "ayudar a los miembros de la familia a separarse y separar sus relaciones del problema, la externalización abría la posibilidad de que se describieran a sí mismos y a sus relaciones desde una perspectiva nueva, no saturada por el problema; permitía el desarrollo de una historia alternativa de la vida familiar…" (1993, p. 54). Es de esta manera que el árbol va a permitir hacer público aquello que ha sido difícil nombrar o señalar por parte del NNA. Cuando se realiza SIN el apoyo de la técnica expresiva del Árbol y el NNA tiene conocimiento de la existencia del hecho victimizante, el/la profesional generará un espacio reflexivo conversacional.

objetivo	actividades
6. Identificar recursos de afrontamiento.	**Comprensión de las acciones de afrontamiento y resistencia** Cuando se realiza con el apoyo de la técnica expresiva del Árbol: Al finalizar el dibujo de las partes del árbol, el/la profesional señalará: "Este árbol ha vivido algunas cosas difíciles y otras agradables, también ha hecho cosas para superar eso que ha sido difícil y así ha logrado seguir creciendo y creciendo, y cada día crece más. En esos momentos difíciles, ¿qué cosas le han ayudado a este árbol para seguir creciendo (seguir adelante)?". El NNA y el /la profesional registrarán en el interior de las flores las ideas que surgen espontáneamente de la conversación. De manera progresiva, motivará la respuesta con las siguientes preguntas: 1.¿Qué de la forma de ser del árbol le ha ayudado para seguir creciendo? (Hace referencia a las cualidades de su identidad que le han ayudado a afrontar lo difícil: por ejemplo, que es fuerte, que le gusta lo que hace, que siempre está de ánimo). 2. ¿Qué de lo que el árbol tiene o cuenta le ha ayudado para seguir creciendo? (Hace referencia a las cualidades adquiridas o construidas por sí mismo/a o en relación con otros que han ayudado: por ejemplo: su familia, sus amigos, el lugar en el que vive). 3. ¿Qué de lo que el árbol ha hecho le ha ayudado para seguir creciendo? (Se entiende como la forma de comportarse, de actuar, sus hábitos y costumbres que han sido importantes para enfrentar las dificultades: por ejemplo, el estudiar, el jugar, el caminar). 4. ¿Qué le ha ayudado del lugar en donde se encuentra el árbol para seguir creciendo? (Se refiere al componente del lugar donde transcurre su existencia actualmente, su vida y lo que este le ha posibilitado para el afrontamiento: por ejemplo, el colegio, la casa donde vive, el clima). Al finalizar las preguntas, cada una de las flores serán pegadas en las ramas de las hojas del árbol y, mientras tanto, el/la profesional señalará lo siguiente: "Estas flores nos muestran todo lo que el árbol ha realizado para seguir creciendo. En reconocimiento de ello vamos a colocarlas en sus ramas para que sigan dando la fuerza y resistencia que el árbol necesita". Cuando se realiza SIN el apoyo de técnica expresiva del Árbol y el NNA tiene conocimiento de la existencia del hecho victimizante, el/la profesional psicosocial preguntará:

objetivo	actividades
	Desde que ocurrieron los hechos de violencia/se dio la desvinculación del grupo armado, ¿qué cosas le han ayudado a seguir adelante? En casos de Reclutamiento Ilícito, además de la pregunta anterior, indague: ¿Qué personas y por qué razón son importantes para ti en este momento de tu vida? ¿Quiénes de ellos/ellas conviven contigo? ¿Qué es lo que más disfrutas al compartir con estas personas? "Narra, por favor, una situación en la que te hayas sentido plenamente orgulloso/a de ti mismo/a. ¿Qué cualidades, recursos o fortalezas personales encuentras en esa historia? ¿Cómo puedes poner a prueba esas cualidades, recursos o fortalezas en este momento de tu vida?".
7. Identificar y comprender afectaciones psicosociales.	**Comprensión de lo difícil o de los hechos de violencia y sus afectaciones psicosociales** Para tener en cuenta al abordar este apartado • Para efectos de la actividad, lo difícil es una metáfora del/los hecho/s victimizantes, por ello será abordado de esta manera. Solo podrá referirse a los hechos de violencia en aquellos casos en los que el NNA conoce de la existencia del hecho victimizante de manera directa o en su familia. • Observe los cambios que puede presentar el NNA en el momento de hablar de lo que ha sido difícil o de los hechos de violencia. Pregunte cómo se siente al hablar de ello. Si el NNA lo desea, se pueden suspender estas preguntas; recuerde que está en libertad de continuar o parar. • Preguntar sobre lo que ha sido difícil o los hechos victimizantes no se dirige a la recolección de información para un ámbito jurídico; no se trata aquí de cuestionar la veracidad de los hechos. A veces, pueden observarse confusiones en la narración, lo que da cuenta del estado emocional en que se encuentra el NNA. • Algunos de los hechos narrados por las personas pueden involucrar información muy confidencial, por lo que es necesario atender esta privacidad. • Recuerde que los NNA tienen diferentes formas de expresión y representación de lo vivido, que no solo están en lo verbal. Por ello, es indispensable respetar sus silencios —dado que estos también comunican— y mantener el contacto visual con ellos/ellas para mostrar que su presencia es importante. Cuando se realiza con el apoyo de la técnica expresiva del Árbol: Es importante que en el desarrollo de la actividad tenga en cuenta el nivel de conocimiento que el NNA tiene de los hechos victimizantes ocurridos directamente o en su familia, y si en su identidad existe la noción de que es víctima del conflicto armado. No genere afirmaciones que indiquen o señalen que es víctima del conflicto armado si el NNA no se reconoce como tal. Comprenda cuáles son las ideas que tiene frente a lo ocurrido. Para ello, señale lo siguiente:

objetivo	actividades
	"Como hemos venido hablando, este árbol ha vivido momentos agradables y otros desagradables. A medida que ha ido creciendo, ha tenido que superar momentos difíciles. ¿Qué es lo difícil que este árbol ha tenido que vivir?". En papeles adhesivos, el/la profesional y el NNA irán registrando las ideas que surjan espontáneamente de la conversación. De manera progresiva, continuará con las siguientes preguntas). Luego de eso que ha sido difícil, ¿cómo crees que está el árbol ahora? ¿Crees que eso que ha sido difícil ha afectado al árbol? ¿De qué manera? Al finalizar las preguntas, tomarán las piedras y los papeles adhesivos para que estas sean pegadas alrededor del tallo. Mientras tanto, el/la profesional señalará lo siguiente: "Estas piedras nos muestran que el árbol ha pasado por momentos difíciles, algunos que ha superado y otros que se mantienen. A pesar de lo difícil, el árbol sigue luchando por seguir creciendo". <u>Cuando se realiza SIN el apoyo de la técnica expresiva del Árbol:</u> El/la profesional preguntará: Desde que ocurrieron los hechos de violencia/se dio la desvinculación del grupo armado, ¿qué cosas han sido difíciles? ¿Crees que eso que ha sido difícil te ha afectado? ¿De qué manera? Desde que ocurrieron los hechos de violencia /se dio la desvinculación del grupo armado, ¿cómo te sientes ahora? En casos de <u>Reclutamiento Ilícito,</u> además de la pregunta anterior, indague: ¿Qué ha sucedido contigo desde que supiste o pensaste en la desvinculación del grupo armado hasta el día de hoy? ¿Qué dificultades has tenido? ¿Qué situaciones favorables o logros has tenido? ¿Qué aspectos te gustaría mantener y/o mejorar respecto a quien eras en el grupo armado? ¿Qué emociones has experimentado desde tu desvinculación del grupo armado? ¿Qué comportamientos o pensamientos acompañan estas emociones que has experimentado? ¿Qué piensas o haces después de que esta emoción aparece en ti?

objetivo	actividades
8. Explorar las expectativas y proyección a futuro.	Proyección futura Cuando se realiza a través de la técnica expresiva del Árbol: "Como este árbol quiere seguir creciendo y floreciendo, quisiera preguntarle: ¿Cómo quisiera verse más adelante? (Hace referencia a la exploración de la prospección futura, en cuanto a necesidades o aspiraciones, de acuerdo con las categorías existenciales)". En papeles adhesivos, el/la profesional y el NNA irán registrando las ideas que surjan espontáneamente de la conversación. De manera progresiva, continuará con las siguientes preguntas. 1. ¿Cómo quisiera **verse/sentirse** el árbol? (En cuanto al ánimo, a su salud, en su actitud o en su forma de pensar). 2. ¿Qué quisiera **alcanzar, tener, lograr** el árbol? (Por ejemplo, en cuanto a su familia, compañeros, amigos, estudio). 3. ¿Qué quisiera **estar haciendo** el árbol? (Es decir, qué tipo de comportamiento quisiera poder realizar, aprender o volver a practicar). 4. ¿Dónde quisiera **estar o encontrarse** este árbol? (Hace referencia al lugar geográfico o al ambiente al que aspira poder llegar, volver, continuar viviendo). Al finalizar las preguntas, tomarán el sol, las nubes y los papeles adhesivos para que estos sean pegados en la parte superior del árbol. Mientras tanto, el/la profesional señalará lo siguiente: "Estos son los sueños y deseos que quiere alcanzar el árbol, por eso están aquí en la parte superior, porque esto es todo aquello que el árbol quiere lograr". Cuando se realiza SIN el apoyo de la técnica expresiva del Árbol: El/la profesional peguntará: - ¿Cómo quisieras verte más adelante? - ¿Qué tendrías que realizar para sentirte así (orgulloso/a de ti mismo/a)?

objetivo	actividades
	En casos de **Reclutamiento Ilícito**, además de la pregunta anterior, indague: ¿Qué planes tienes para tu futuro? ¿Qué estás haciendo para materializar estos planes? ¿Como cuál persona te visualizas en el futuro? ¿Quién es tu ejemplo a seguir? ¿Cómo es tu convivencia (o cómo te la imaginas si aún no ocurre) en pareja, en familia o en comunidad? ¿Cómo te han recibido o cómo esperas ser recibido/a?
9. Establecer un plan de trabajo psicosocial.	A partir de lo anterior, se hace un breve resumen de la conversación destacando algunas cualidades, recursos y afectaciones que se han identificado. Seguidamente, se preguntará: ¿Qué quisieras que trabajáramos en este proceso de atención psicosocial? Se nombrarán los focos de atención o temas que el/la profesional ha identificado en la sesión y se preguntará: ¿Qué piensas de esto? ¿Crees que esto le ayudaría al árbol/te ayudaría? ¿Qué otras cosas se podrían trabajar? ¿Existe algún tema o situación que consideres importante y que no fue abordado en esta conversación? Para tener en cuenta al abordar este apartado: • Considere primero lo más importante y actual para abordar, ayude a establecer prioridades y, con base en estas, sugiera acciones. Mantenga presente los recursos y cualidades del NNA para apoyarse en ellos. • Recuerde no ofrecer cosas que no va a cumplir o no puede realizar por su rol y papel como institución. • Tenga en cuenta que el NNA es un sujeto activo y transformador, el cual no es solo un receptor de la atención, sino que también propone y facilita el desarrollo de alternativas de cambio en lo personal, familiar y social. • Analice las necesidades en un marco más amplio que permita comprender las múltiples dimensiones de la solicitud e integre esos elementos dentro del contexto en que se desarrollará la atención. Por ejemplo, durante el momento de acercamiento y reconocimiento se evidencian dificultades en el ejercicio del rol de hijo y estudiante que están relacionadas con temores generados por el hecho de violencia, y que impiden, a su vez, que el adolescente pueda proyectarse hacia el futuro. Teniendo en cuenta lo anterior, puede dimensionarse como foco de atención el fortalecimiento de la identidad del NNA y del horizonte de vida.

objetivo	actividades
	• Intente identificar objetivos de la atención, determinando su relevancia y prioridad, y a partir de esto decida: ¿Se trata de fortalecer recursos existentes? Elija acciones de atención en Consejería y Apoyo. ¿Hay eventos que son experimentados como críticos y se requiere fomentar la estabilización y seguridad? Elija acciones de atención Terapéutica. • No es necesario atender todo de una vez, aborde pausadamente aquellos temas que son prioritarios, y si el tiempo y la disponibilidad de los NNA lo permiten, continúe con otras temáticas. Elija la orientación metodológica, dentro de las múltiples propuestas, que más se acerca a su interés. El material sugiere temas, objetivos y recomendaciones que le apoyarán la acción.
10. Cerrar la sesión.	Cuando se ha trabajado con la técnica expresiva, en el cierre es importante preguntarle al NNA: ¿Qué quisiera hacer con el árbol construido? ¿En qué lugar quisiera que estuviera? ¿Sería importante traerlo a una próxima sesión? Asimismo, se deben establecer los acuerdos finales y definir las fechas de encuentro.
Recursos logísticos	• Pliego de papel kraft, marcadores, colores. • Lápiz, borrador, cinta, colbón. • Papeles adhesivos. • Piedras de diferentes tamaños. • Flores de colores recortadas. • Nubes y sol recortados.

4.2. Fortalecimiento de la autoestima, la autoconfianza y los recursos para el afrontamiento

4.2.1. Justificación

La violencia política tiene como intención principal producir daño en las personas o colectivos con propósitos diversos que violan sus Derechos Humanos. Esto lleva a reconocer que la violencia sociopolítica ataca gravemente las redes sociales al generar intimidación, temor, desconfianza y en las personas se afectan las relaciones, se reducen los índices de solidaridad, se pierde la autoestima, es decir, se ocasiona un estado de vulnerabilidad emocional (Bello & Chaparro, 2011).

Tal vez una de las consecuencias que se aprecian con mayor frecuencia en las víctimas de violaciones a los derechos humanos es el deterioro de su identidad y su dignidad, que conlleva disminución de la iniciativa, sensación de inseguridad y, por consiguiente, baja autoestima. Con ello puede entenderse la sumisión, el aislamiento y la persistencia de temor para enfrentar las actividades cotidianas (Martín Beristain, 2008; Cinep, 2011).

Estas vulneraciones involucran lo señalado en el apartado conceptual, como daños inmateriales, específicamente en la esfera del daño moral, en el que este deterioro concierne a aquella connotación de la identidad y la dignidad.

De esta manera, una propuesta de atención para promover y apoyar el fortalecimiento de la propia identidad requiere aumentar la capacidad de autoconocimiento y comprensión de sí mismo/a (Pérez-Sales, 2008), reconocer y revaluar las propias capacidades y recursos y, finalmente, impulsar el sentido de confianza e independencia para enfrentar los retos que ha traído la victimización y así continuar con la propia vida (Puig & Rubio, 2013; (Ministerio de Salud y Protección Social, 2014).

Objetivos

- Elevar y fortalecer la autoestima.
- Valorar y potenciar los recursos y cualidades personales.
- Restaurar o reconstruir la propia aceptación y satisfacción de sí mismo/a.
- Identificar recursos familiares, institucionales o comunitarios de que dispone.

- Reconocer y enfrentar los sentimientos de temor y desconfianza instaurados por la intencionalidad de la violencia.
- Facilitar la reconstrucción y revaloración de creencias frente a los otros, en el contexto de los efectos del conflicto armado.
- Impulsar acciones que lleven a la utilización de recursos según necesidades.

Insumos para Indicadores de proceso

Los siguientes indicadores pretenden ser un referente para evaluar el grado de cambio esperado, que dé cuenta del fortalecimiento de la autoestima y de los recursos de afrontamiento:

- Disminución de sentimientos de malestar.
- Cambios en las prácticas, acciones o comportamientos frente a sí mismo/a, con mayor decisión y real y satisfactoria autovaloración.
- Comprensión de los hechos de violencia con nuevos elementos contextuales.
- Sensible incremento en la participación social de acuerdo con sus roles y su lugar productivo.

4.2.2. Recomendaciones generales

Parte del proceso general de la atención a víctimas de graves violaciones a los Derechos Humanos, y que es recomendada en múltiples escenarios (Miller, 2008; Green & Roberts, 2008; (Van der Veer, 2004), consiste en establecer una sólida relación empática y de confianza como elemento central del proceso de atención/acompañamiento con víctimas. Es por ello que se hace énfasis en las habilidades para establecer contacto, escucha, comunicación y el arte de realizar preguntas (Fernández, 2002).

Por lo anterior, se debe tener precaución en NO realizar acciones que puedan dificultar o deteriorar la relación empática, como son: emplear formas que rompen la comunicación (preguntas múltiples o complejas); realizar preguntas implícitas (en las que se sugiere la respuesta, pues estas pueden favorecer cierto tipo de respuestas que pueden indicar lo que usted quiere escuchar); hacer inferencias prematuras o prejuiciosas en relación con alguna condición de las víctimas; evidenciar sentimientos que interfieren la

relación (incredulidad, desconfianza, molestia…), o hacer inferencias a partir de los propios valores y creencias.

Recomendaciones en cuanto a

Mujeres, hombres y personas con identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas

Atender las particularidades en la expresión de sentimientos entre mujeres y hombres. La posibilidad de compartir sentimientos, especialmente asociados a hechos violentos, en ocasiones puede estar condicionado por algunos contextos que pueden facilitar en mayor medida la expresión para unos u otros. Por ello, es necesario hacer una apreciación de las formas de expresión que habitualmente se presentan en la región y los escenarios en donde habitualmente ocurren, a fin de considerar estas situaciones cuando encuentre alguna barrera. Por ejemplo, para los hombres, la expresión de sentimientos no siempre se facilita en escenarios terapéuticos. Pueden existir espacios y situaciones en donde la expresión de las mujeres sea más fluida, como cuando tejen, cocinan, lavan, etc.

De otro lado, se requiere comprender que las motivaciones de cambio pueden ser diferentes según la identidad de género.

Se debe cuidar la forma de relacionarse y el contacto con mujeres y hombres de acuerdo con las pautas culturales (el saludo, el contacto físico) durante el proceso de atención. Ello puede ocasionar que el encuentro de atención sea entendido como algo agresivo o intimidante. Finalmente, es imperativo atender las particularidades derivadas de la diversidad sexual, en cuanto a identidad de género e identidad sexual.

Otras particularidades diferenciales

Conocer y comprender las costumbres, la fe y la procedencia de quienes consultan. Es necesario familiarizarse con el componente étnico de la región, sean afro, indígenas o gitanos, con el fin de adecuar su lenguaje y las formas de trato.

En caso de observar en el/la consultante víctima alguna forma de discapacidad, se deben adecuar los espacios en cuanto a acceso y movilidad si hay dificultades de movilidad o limitaciones físicas.

Si se identifican dificultades en la comprensión o abstracción que sugiera limitación cognitiva, es útil apoyarse con indicaciones concretas gráficas y aun con indicaciones como señales o demostraciones.

Recursos adicionales

La propuesta de atención está fundamentada principalmente en acciones con enfoque narrativo, por lo que en ciertos temas podrían emplearse algunas estrategias de tipo expresivo que motiven nuevas conversaciones sobre el reconocimiento de cualidades propias. Una técnica propicia para las sesiones iniciales es la denominada *Carta desde el Futuro* (Beyebach & Herrero de la Vega, 2014), en la que se propone que el/la consultante realice una carta a sí mismo desde un futuro (puede ser 15 o 20 años) donde relate que ha superado los problemas y preocupaciones que tenía cuando fue atendido por el equipo psicosocial. Esta actividad puede realizarse entre una sesión y otra. Como en ese momento (el futuro) está más maduro(a) y sabio(a), se trata de que esa carta anime a la persona actual y le cuente

cómo salió adelante, qué cualidades personales aprovechó y quiénes le ayudaron[7]. Posteriormente, se realiza una reflexión acerca de la actividad y se pueden sugerir algunos recursos a fortalecer.

4.2.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1. En este momento se identificó que es importante abordar el tema de autoestima y afrontamiento para continuar con esta orientación. En este caso, los consultantes manifiestan: - Pobre aceptación o descalificación de sí mismo/a. - Sensación de incapacidad, desmotivación. - Dificultades o insatisfacción en las relaciones interpersonales. - Dificultades para realizar sus actividades en forma autónoma. Estas manifestaciones son reconocidas por las personas y no tienen una severidad que lo/la incapacite u origine interferencias en la vida.

[7] El empleo de estas técnicas requiere que el profesional vea oportuno introducir esta actividad, y en especial que sea aceptada y comprendida por el/la consultante.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Revisar y definir el problema.	Apertura del encuentro Este momento es la continuación del primer acercamiento y comprensión, en donde se han acordado algunos temas para trabajo. Se comienza, entonces, con la recapitulación de las dificultades o problemas expresados, las necesidades de apoyo y los recursos y cualidades con que se cuenta.
2. Fortalecer el vínculo de confianza.	Durante todo momento, es necesario realizar acciones dirigidas a fortalecer la confianza. Para facilitar la comunicación y generar una actitud empática y de comprensión, es importante considerar lo siguiente: La escucha: atender en silencio. No interrumpa innecesariamente. Procure permitir la expresión completa de las ideas (hasta donde sea posible). Silencio atento: atención a las preocupaciones o sentimientos. Esto se apoya con una actitud abierta (no coercitiva o de juicio). Animar: dar impulso para continuar la conversación y hacer preguntas necesarias. Comprender y ser paciente frente a los silencios del/la consultante. Es necesario estar atento/a al momento en que ocurren, de acuerdo al ritmo y los temas de conversación. Estos sugieren reflexión o temas sensibles de difícil elaboración. Hacer preguntas: la conversación y la exploración se realizan mediante preguntas y respuestas. Estas deben ser pertinentes y atender las particularidades, según el interés del/la facilitador/a.
3. Explorar sentimientos asociados a las quejas.	Se anima, entonces, la conversación acerca de las preocupaciones o quejas. En el momento de acercamiento esto ya se ha focalizado; se trata, pues, de conocer los sentimientos asociados. ¿Cómo lo/la hace sentir esto que me cuenta? ¿Qué le preocupa de esto que me cuenta?

objetivo	actividades
4. Identificar expectativas de cambio.	Se retoman los elementos abordados en la entrevista de Acercamiento y Reconocimiento: "Cómo le gustaría verse o sentirse más adelante?". A partir de ello se menciona la importancia de abordar los componentes de cómo se siente hacia sí mismo/a y sobre ello se trabajará en los siguientes encuentros. Se expone la forma de trabajo y la frecuencia de los encuentros posteriores (se sugiere que se programen citas semanales). Para finalizar: ¿Tiene algo más que preguntarme? Aclarado lo anterior se realiza la despedida y se cierra la sesión.
(Opcional, cuando se decide incluir en modalidad grupal) 5. Revisar y definir el problema y encuadre para derivación a Grupo para el fortalecimiento de autoestima, autoconfianza y recursos para el afrontamiento.	Una vez se ha hecho recapitulación de las necesidades identificadas en la primera sesión de Acercamiento y Reconocimiento, se confirma la importancia de trabajar en los temas de autoestima y fortalecimiento de recursos en grupo. Si el/la profesional identifica que el o la consultante puede beneficiarse de un trabajo grupal, se procederá a establecer el encuadre mínimo para que comience a participar en el grupo. Es necesario recordar elementos para la inclusión en grupo (tomado de los principios generales de la atención individual): • La capacidad de una persona para tolerar un grupo y trabajar en él. • Interés para participar en este. • Áreas problemáticas compatibles con los objetivos del grupo. • Compromiso para asistir. • Evaluar que no se encuentre en estado de agitación o comportamientos extremos impulsivos. • Posible incompatibilidad con otros miembros de un grupo • Dificultad para adaptarse a las normas de grupo. Una vez se define que hay condiciones para la inclusión del/la consultante en un grupo, se procede a informarle esta oferta, más o menos en los siguientes términos: "… como hablamos en el primer encuentro, encontramos varias dificultades que siente en este momento relacionadas con no poder llevar a cabo sus ideas, temor a realizar algo (se emplearán las palabras del/la consultante que definen el problema).

objetivo	actividades
	… En este momento contamos con la posibilidad de trabajar estos temas en grupo, con personas que expresan dificultades similares a las suyas. El grupo tiene la ventaja de compartir y escuchar los aportes de otros y cómo han venido enfrentando sus dificultades. Por esto, quiero invitarlo/a a participar en este, si está de acuerdo…". Una vez la persona entiende esta solicitud y está de acuerdo, se explica cómo funciona y cuál será su participación. "Este grupo lo conforman cerca de 8 personas (mínimo 5 y máximo 12). Yo voy a estar haciendo parte de él sugiriendo cosas y escuchando. El grupo se reunirá en _____ y cada reunión durará cerca de 2 horas. Vamos a reunirnos seis veces, una vez por semana a partir de _____ y la hora _____. Esperamos que sean las mismas personas que estén a lo largo de TODAS las sesiones. Es lo que llamamos un grupo cerrado. Por lo que el grupo es muy pequeño, es fundamental la asistencia a todas estas sesiones. ¿Cree que puede comprometerse a asistir? Durante estas reuniones vamos a acordar qué es reservado y privado de los temas que hablaremos. No se va a divulgar lo que se discuta allí. Lo que se va a hacer es hablar. Hablar de lo que nos preocupa, ver de qué manera nos podemos ayudar. Realizaremos, además, algunas actividades como ejercicios y dinámicas para variar las sesiones. La participación en las actividades en grupo será voluntaria. Tendremos también algunas normas que elaboraremos entre todos para que sea muy útil el trabajo para todos y todas. Durante las reuniones es indispensable que todas y todos nos tengamos respeto por lo que decimos, hacemos o pensamos y yo estaré atento/a a esto". De nuevo, se pregunta si está de acuerdo en participar, y una vez confirma su asistencia, se cierran estas sesiones de la modalidad Individual y se inicia un nuevo trabajo en el grupo de Consejería y Apoyo. Si definitivamente no acepta, se continúa con las sesiones indicadas a continuación.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Incrementar autoconocimiento.	Se abre la sesión mediante las claves sociales de la región. Se realiza una breve síntesis sobre las decisiones y los temas conversados en la sesión anterior. "Frente a lo anterior, entonces quiero conocer un poco más de usted. Para eso, quiero pedirle que en esta hoja de papel realice un camino, que en forma simbólica nos va a contar los momentos que para usted han sido significativos. Y los va a señalar como paradas, obstáculos, etc. Y termina en el día de hoy". En la realización se atiende: ¿Qué aspectos de su vida han cambiado por estos hechos? ¿Qué elementos han sido útiles para seguir adelante? ¿Qué imagen positiva tiene a partir de esto? ¿Qué sentimientos hay cuando esto se ha superado? ¿Qué mejoras ha visto en cuanto a sus relaciones interpersonales? ¿Qué ha aprendido de estas relaciones? Exploración a nivel espiritual. ¿Cómo le ayudo esto y lo otro (sus creencias, la fe) para comprender la forma en que ve su vida? (se trata de identificar cambios y las formas positivas en que los ha enfrentado).
2. Identificar logros, cualidades y recursos.	A partir de este trabajo se señalan y destacan cualidades con las que cuenta. Una vez se aprecia reconocimiento de ello, se cierra la sesión.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Reconocer sentimientos y revalorar creencias hacia hechos de violencia.	Se inicia el encuentro con un resumen de las acciones realizadas en la anterior sesión. Se comienza retomando las cualidades que se han destacado. "Encontramos que usted hace… se siente… es… y ello ha sido importante para los momentos difíciles. ¿Cómo lo/la hace sentir esto?". Una vez se cuenta, el/la consultante tendrá un panorama más amplio de su vida y forma de ser. "Ahora, hablando frente a lo que le pasó (los hechos de violencia), ¿qué hizo para enfrentar lo ocurrido? ¿Cómo lo hizo sentir lo que hizo? ¿Si a alguien le ocurriera esto, qué le aconsejaría que hiciera?". (Se trata de promover la identificación de los elementos positivos de su actuación, así como de revisar las creencias previas). Es importante hacer comprensión y acogida de los sentimientos que se pueden movilizar en estos momentos.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Disminuir las narrativas descalificadoras. (En caso de identificar algunas que sean fuente de malestar).	Se abre la sesión con un resumen de la conversación anterior, haciendo una breve síntesis sobre las decisiones y los temas conversados en la sesión anterior. "Ahora, además de todos los esfuerzos que hace, noté que en … se siente mal por… ¿Qué lo lleva a pensar esto?". (Se busca identificar contrastes y particularizar las respuestas y emociones a hechos específicos, disminuyendo la generalización).
2. Identificar y poner en uso recursos para autovaloración.	Con lo anterior se van destacando formas positivas en el manejo de situaciones, asignándoles valoración positiva y cualidades personales que han permitido continuar con la vida.
3. Identificar experiencias de cambio.	Para esto se sugiere: "Si tuviéramos que elegir algo que nos indicara que usted se ve de una manera diferente, ¿qué sería? ¿Qué ha hecho o cómo piensa ahora para que pueda sentirse mejor?".

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Reforzar uso de recursos y nuevas valoraciones.	Después de hacer un breve resumen del trabajo anterior: "¿Qué ha sido diferente entre el transcurso del encuentro anterior y hoy?". Se valoran los esfuerzos de cambio. Es importante destacar los intentos y los logros, así sean mínimos.
2. Preparar condiciones de cierre.	Se destacarán estos cambios y la forma en que pueden asumirse como retos para mantenerlos. Puede plantearse que hay logros importantes, por lo que en la siguiente sesión se evaluará qué ha pasado en todos estos días.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Resumir evolución del trabajo.	Se abre la sesión con la exploración acerca de cómo se ha sentido en el transcurso de la semana. De nuevo se puntualizan los temas trabajados anteriormente.
2. Evaluar y constatar cambios.	"De todo lo que se ha hablado, si tomamos un antes y un después de nuestras conversaciones: ¿Puede decir cómo se sentía antes respecto a como se siente ahora?" ¿Qué pensaba antes de usted respecto a lo que piensa de usted ahora? ¿Qué le ha ayudado para ahora…? ¿Qué le va ayudar para sostener lo que ha logrado ahora? ¿Cómo lo va a cuidar?". Se puede seguir con preguntas similares, con el fin de contrastar cambios y lo que ha hecho para ello.
3. Cerrar la sesión.	Se plantea que: "Por ahora puede seguir por sí mismo/a. Vamos a concluir por ahora nuestro trabajo. De aquí en adelante siguen muchos retos, pero día a día hay mejores capacidades para verse y sentirse.

objetivo	actividades
	Para seguir adelante, entonces quiero que hagamos lo siguiente:" (Aquí merece incluirse un ritual de cierre que apoye lo alcanzado, fortalezca la autonomía y facilite la despedida. Se trata de llevar a cabo un acto que tenga una significación personal y permita la simbolización de los cambios, de reconocimiento de los esfuerzos llevados a cabo y se fortalezca la sensación de seguridad personal (Beyebach, 2006). Puede ser: "En esta hoja de papel escriba aquellos aspectos que lo hacían sentir mal, que le molestaban, que le impedían ver otras cosas de usted mismo/a. (Una vez termina) Ahora en esta otra hoja va a escribir lo que siente que ha ganado, los aspectos que hoy siente diferentes respecto a la primera sesión… Tenemos ahora un resumen de todo el esfuerzo que ha hecho en estas conversaciones. Como encuentra que hay aspectos que son diferentes, quiero que tome la hoja en donde anotó cómo se sentía antes. Contiene muchos aspectos que ERAN molestos… como ya no son útiles, los vamos a desechar (se pide que rompa en pedazos las notas escritas del antes y se botan a una caneca). Mientas los bota, diga: 'Esto que me molestaba ya no lo necesito' Usted va a conservar lo que resta (los logros) para acordarse de lo que tiene, es y con lo que cuenta cuando haya alguna complicación". Se hace la despedida.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	"¿Cómo ha estado después de este tiempo? (se recuerda la fecha del último encuentro), ¿cómo se ha sentido? ¿Cómo lo/a ven ahora? ¿Alguien nota estos cambios? ¿Cómo se siente al respecto?". Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Se hace el cierre valorando los esfuerzos, indicando que ya no es tan útil el apoyo, pero sí manteniendo "la puerta abierta". Se hace la despedida).

4.3. Habilidades para el fortalecimiento en el manejo de emociones

4.3.1. Justificación

La exposición a la violencia en el marco del conflicto armado ha sido importante, en consideración a la larga historia del conflicto armado del país y a la proporción de personas que por ello se han visto afectadas. La información que arroja el último estudio de Salud Mental señaló que cerca del 15,8% de personas mayores de 18 años vivieron alguna experiencia traumática ocasionada por el conflicto armado, y de este grupo poblacional el 24,5% ha estado expuesto a situaciones de desplazamiento forzado en algún momento de la vida (Ministerio de Salud y Protección Social & Colciencias, 2015).

Lo anterior lleva a considerar el impacto de esta exposición a situaciones de violencia en el bienestar emocional, ya que el estrés prolongado y la incertidumbre pueden ocasionar sostenidos sufrimientos expresados en deterioros en el procesamiento y control de las emociones. Ello se debe, por una parte, a los cambios bioquímicos resultado de elevadas situaciones de peligro (Rodríguez, Fernández & Bayón, 2012) y, por otra, a la historia de experiencias acumuladas y presentes de riesgo, desprotección e incomprensión, que conducen a interferencias en la evaluación de las situaciones y el procesamiento de emociones frente a ellas, lo que se traduce en tristezas de diversos grados, temores, sensación de irritabilidad y hostilidad, además de alteración en las relaciones interpersonales.

En este punto merece recordar que las emociones cumplen funciones esenciales, ya que permiten preparar para la acción, vigilan el estado de las relaciones y proporcionan constante información acerca del buen curso de las cosas. En este sentido, las emociones son determinantes para el proceso de autoorganización y están implicadas en el establecimiento de metas (Greenberg, 2010).

Al tener una base neuroquímica y fisiológica, las emociones se relacionan con muchos procesos fisiológicos del cuerpo y, por tanto, influyen en la salud física. También participan en la integración de experiencias vividas, estableciendo conexiones entre emociones y memorias de situaciones. Ello explica cómo algunos recuerdos activan respuestas emocionales.

El ejercicio de fortalecer habilidades para el control de las emociones se dirige a alcanzar, a partir de una sólida relación empática, la comprensión, el control y la transformación de aquellas respuestas emocionales desadaptativas, a fin de recuperar la tranquilidad y seguridad (Greenberg, Elliot & Pos, 2015).

Objetivos

- Facilitar la verbalización de aquellos sentimientos asociados a los hechos de violencia, que no se han podido poner en palabras.
- Orientar el reconocimiento de emociones de difícil manejo.
- Brindar elementos que ayuden en el reconocimiento, control y contención emocional.
- Promover la expresión y comprensión de sentimientos frente a los hechos de violencia.
- Otorgarles nuevos sentidos a las sensaciones y sentimientos ocasionados por los hechos de violencia.

Insumos para Indicadores de proceso

- Reconocimiento y aceptación de emociones.
- Capacidad para expresión asertiva de sentimientos.
- Sentido de alivio y tranquilidad.
- Desarrollo de nuevas comprensiones y análisis crítico frente a los hechos de violencia.
- Sensible incremento en la participación social de acuerdo a sus roles y lugar productivo.

4.3.2. Recomendaciones generales

Muchas de las recomendaciones descritas en el apartado 4.2.2, correspondiente a las orientaciones para el "Fortalecimiento de la autoestima, autoconfianza y de los recursos para el afrontamiento", son aplicables a estas, por lo que es útil volver a revisarlas detenidamente. A continuación se describen otras que pueden ser pertinentes para el reconocimiento, el control y la transformación de las emociones disfuncionales.

Cualquier acción que se vaya a realizar con la intención de la presente orientación requiere de una atenta observación durante el acercamiento y reconocimiento para recoger y comprender de manera integral y dinámica las particularidades del o la entrevistada, a fin de evitar cualquier forma de daño o revictimización debido a la movilización de emociones.

Es necesario, entonces, comprender en primer lugar el contexto en el que se realiza la atención, en donde el conocimiento de las cualidades culturales y locales dan un sello particular al trámite y la expresión emocional. Otro elemento a tener en cuenta es el espacio en donde se realiza el encuentro, que sea privado, o en el que se pueda generar reserva e intimidad. Ello busca favorecer que las personas puedan expresarse con tranquilidad y seguridad. En general, la posibilidad de llorar, expresar rabia, temor, vergüenza, entre otras, es posible siempre y cuando el entorno físico lo permita.

No sobra reiterar que todas las acciones dirigidas a establecer una relación empática y de confianza son centrarles en este proceso de trabajo con las emociones, por lo que se requiere ser hábil en el empleo de aquellas estrategias que permitan reconocer y detectar emociones, verbalizarlas y mantener una permanente actitud exploratoria (es decir, de llevar a cabo acciones para facilitar la reflexión y comprensión de los propios sentimientos), de protección y contención (Greenberg, Elliot & Pos, 2015).

Las violaciones a los DD. HH. conllevan también un estigma moral y por ello puede ocurrir que exista desconfianza y temor, lo que responde más a la historia de experiencias vinculadas con funcionarios del Estado. Se trata, finalmente, de restablecer vínculos y percepciones tanto de los propios sentimientos como de los otros, que permitan restaurar los daños ocasionados por la violencia (Martín Beristain, 2012).

Tenga en cuenta:

El trabajo en emociones requiere que, en algún momento durante los encuentros, se activen algunas de tipo problemático. Frente a esto, es indispensables evaluar que la persona se siente lista y con los recursos suficientes para enfrentarlas.

Considere la información recogida en el proceso de acercamiento respecto al estado de salud, pues ello puede ocasionar marcados cambios en los estados de ánimo. Por ejemplo, enfermedades de tipo neurológico, como los trastornos cerebrovasculares, demencias, migrañas, enfermedades endocrinas, infecciosas como el Sida, Lupus, o aun en cáncer pueden presentar cambios en el ánimo dentro de su sintomatología. En estos casos, también debe atenderse el uso de fármacos, alcohol o sustancias psicoactivas. De apreciarse una clara relación con algunas de estas condiciones, derive a los servicios médicos.

En caso de expresión descontrolada e intensa de emociones que puedan poner en riesgo a la propia persona o aun al acompañante psicosocial, es conveniente señalar esto y contener. En casos extremos, movilice recursos de apoyo familiares o institucionales, y considere el propio cuidado del/la profesional.

Evalúe constantemente, mediante las formas narrativas, los

comportamientos, los gestos, la permanencia del estado emocional o la presencia de un posible trastorno mental (como en el caso de depresiones severas, trastornos de ansiedad u otros relacionados con trauma), para hacer la derivación a las especialidades correspondientes.

Si hay considerable riesgo de las conductas de daño o de riesgo, active los servicios en salud mental.

No haga:

Mostrarse inseguro o temeroso frente a las expresiones emocionales fuertes. Hay que entender que el escenario de acompañamiento puede generar la sensación de cierta permisividad que lleva a estas manifestaciones.

No haga juicios personales acerca de las formas de expresión emocional. No intente contener la expresión de emociones. Evite fórmulas sociales como "eso va a pasar… no llore…".

4.3.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento, descrito en el apartado 4.1. Como resultado de este primer encuentro se identificó la importancia de abordar el manejo de las emociones. Esta orientación se dirige a personas que se sienten con abatimiento, frecuentes estados de tristeza, llanto fácil, ira o rabia que comienzan a ser problemáticos, frecuentes temores, entre otros. Comprender la atención a respuestas emocionales no es incapacitante, como tampoco ocasiona severos problemas interpersonales. Incluyen casos en los que las personas, por lo general, reconocen sus dificultades y pueden considerar que puede ser útil la atención.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Revisar y definir el problema.	Apertura del encuentro Se hace un breve resumen de lo trabajado. Inicie la conversación con la información recogida durante el momento de Acercamiento, en donde se identificaron como foco de atención las dificultades en la expresión y el control emocional. "En la primera conversación hablábamos del malestar que siente y las dificultades para hablarlo… Ahora, quisiera que precisáramos más sobre ello… Cuénteme un poco más acerca de …".
2. Fortalecer el vínculo de confianza	Asegúrese de que la comunicación que se establezca ayude a generar actitud empática y de confianza. Impulse la ventilación de los sentimientos. Revise las recomendaciones del apartado 4.2.3, sesión 2.
3. Explorar la comprensión y el control de emociones. 4. Facilitar la ventilación de sentimientos.	Explore y ayude a externalizar las dificultades en cuanto a la forma de sentirse. "¿Desde hace cuánto pasa esto…?" ¿En qué circunstancias? ¿Cómo se manifiesta en usted esto (sentimientos, cogniciones, respuestas fisiológicas…)?".
5. Explorar expectativas de cambio.	"Imagínese que hubiera terminado esta atención, ¿cómo se daría cuenta que ha cambiado en lo que siente…?". Asegúrese de que hay sensación de tranquilidad y hay capacidad para seguir lidiando con esas emociones. Antes de cerrar la sesión, explore si al/la consultante le ha ayudado el hablar de esto.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Normalizar frente a las respuestas emocionales y los hechos de violencia.	Se da apertura a la sesión, con resumen de sesión anterior. Se explora la comprensión y las explicaciones de los cambios que tiene el o la consultante. Proporcione información de las respuestas de los seres humanos ante hechos de violencia… "Entonces, ¿lo que ha venido sintiendo tiene que ver con lo que le ocurrió?, ¿cómo lo explica? "Todas las personas reaccionan así ante esto… no es malo sentir…".
2. Reflexionar sobre las intencionalidades de la violencia.	Se plantea la forma en que se han venido instaurando estas emociones desadaptativas que han ocasionado malestar a partir de la violencia, y se abordan las explicaciones que se tienen respecto a la violencia y el conflicto en la región.
3. Construir la noción del daño ocasionado y el papel de las acciones de atención como rehabilitación[8].	Este momento de la atención, dirigido a la construcción de la noción de daño, tiene la intención de facilitar el establecimiento de los nexos entre el malestar y las violaciones a los DD. HH. Su intención no es de peritaje o de prueba jurídica; se trata de encontrar un mecanismo para descentrar las posibles culpabilizaciones y así concertar cómo la atención que está recibiendo pretende mitigar y restaurar de alguna forma el daño. Por lo tanto, se trata de una acción de rehabilitación. Lo siguiente puede ser una orientación para el diálogo: "(se realiza un resumen de lo expuesto anteriormente) A partir de lo que me cuenta, entendí que lo que usted ve que lo que ha pasado en la región se ha debido a … … Y, por otra parte, antes de que pasaran estas cosas terribles, usted no se sentía así… es decir que por lo que hicieron esto y otros se vio afectado/a… vemos que lo sucedido tuvo unas intencionalidades… no fue accidental… se pretendía que usted o ustedes se sintieran vulnerables, inseguros, temerosos… Es decir, ha habido una afectación por lo ocurrido… por ello es que esta atención se dirige a tratar de restaurar de alguna manera eso que fue afectado… estamos en un proceso de rehabilitación de los daños ocasionados por el conflicto… ¿Cómo lo/la hace sentir el hecho de hablar de esta manera sobre lo que pasó?". Se procurará promover el diálogo respecto a que hubo un deterioro por causa de la violencia y, en respuesta a ello es que se está realizando esta atención.

[8] La rehabilitación en el contexto de la atención psicosocial "se entiende como derecho de las víctimas dentro del conjunto de la Reparación Integral, va más allá de una noción meramente clínica o funcional… se encuentra en que los procesos orientados hacia las víctimas permitan construir un sentido integrador de la experiencia de violencia a nivel individual y/o colectivo… y en un contexto en donde se devuelve dignidad a las víctimas…" (UARIV, 2014).

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Reconocer y aceptar algunas emociones.	Se abre la sesión con el resumen de lo abordado en el encuentro anterior. Se puede iniciar con una revisión del estado emocional en el transcurso de la semana y las acciones que ha realizado. Ayude a identificar sentimientos y a nombrarlos (Reflejo de sentimientos). Explore sus creencias y valores hacia los sentimientos, animando a incorporarlos como parte de las expresiones humanas.
2. Usar la relajación como medida de control de las emociones.	Como alternativa para la toma de conciencia y el control de los sentimientos, se propone trabajar en el aprendizaje de la relajación. Mediante el trabajo de imaginería y el entrenamiento en relajación, se puede abordar la identificación y aceptación de sentimientos. Aprender a relajarse y controlar la respiración pretende incidir en una "calma psicológica". Hay muchos procedimientos; se recomienda la metodología de relajación progresiva (ver sugerencias más adelante, en Recursos). Se realiza el ejercicio por lo menos en dos ocasiones, asegurándose de que se ha entendido el mecanismo para que sea realizado en otros momentos. Motive a practicarlo fuera del espacio de atención y durante el intervalo entre esta y la siguiente sesión.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Identificar recursos y formas de control de emociones desadaptativas y/o destructivas.	Se abre la sesión con un breve resumen. Se explora la experiencia de llevar a la práctica los ejercicios de relajación. Explore sus creencias y valores hacia los sentimientos, animando a incorporarlos como parte de las expresiones humanas.

objetivo	actividades
2. Ejercitar la toma de conciencia de la experiencia interna	Mediante algunas técnicas basadas en el mindfulness se puede facilitar la toma de conciencia y aceptación de las emociones. Antes de continuar, es necesario tener presente que estos procedimientos deben estar sujetos a la plena aceptación y comprensión por parte del/la consultante. La práctica del mindfulness parte de mantener la atención en la respiración, en donde esta acción tiende a ser distraída por los propios sentimientos o sensaciones, que deberán aceptarse para volver a la concentración en la respiración (Mañas, 2009). La instrucción puede ser: "1. Adoptemos una postura cómoda, acostados de espaldas o sentados. Si optamos por sentarnos, mantengamos la columna recta y dejemos caer los hombros. 2. Cerremos los ojos si así nos sentimos más cómodos. 3. Fijemos la atención en el estómago y sintamos cómo sube y se expande suavemente al inspirar, y desciende y se contrae al espirar. 4. Mantengámonos concentrados en la respiración, estando ahí con cada inspiración y espiración completas, como si cabalgásemos sobre las olas de nuestra respiración. 5. Cada vez que nos demos cuenta de que nuestra mente se ha alejado de la respiración, tomemos nota de qué es lo que la apartó y lo aceptamos. Démonos cuenta, durante esos momentos, de nuestros pensamientos y sentimientos simplemente observándolos, sin juzgarlos ni juzgarnos. Simultáneamente, prestemos atención a cualquier cambio en la manera que tengamos de ver las cosas y en los sentimientos sobre nosotros mismos. 6. Una vez que reconozcamos lo que desvió la atención, devolvámosla al estómago y a la sensación de cómo entra y sale de él. 7. Si nuestra mente se aleja mil veces de la respiración, nuestra tarea será sencillamente la de devolverla cada una de ellas a la respiración sin que nos importe en lo que se haya involucrado. 8. Practiquemos este ejercicio durante quince minutos". Se trata de mantener la atención en la respiración cada vez más tiempo. Y de nuevo esta variación de la relajación con meditación se propone sea practicada varias veces en la semana.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Fortalecer la toma de conciencia de las emociones.	Se abre la sesión con un breve resumen. Se explora la experiencia de llevar a la práctica los ejercicios de relajación y meditación. Explore sus creencias y valores hacia los sentimientos, animando a incorporarlos como parte de las expresiones humanas.
2. Generar respuestas de control y nuevas respuestas emocionales.	Una vez hay mayor conciencia de los sentimientos, se propone identificar otros mecanismos para generar control emocional. Está también el generar nuevas emociones. "Ahora ya cuenta con un mecanismo para controlar las emociones, qué otros se pueden emplear para otras situaciones…". Considere estrategias para canalizar los sentimientos, de acuerdo con las emociones involucradas. Para emociones dirigidas a sí mismo/a como tristeza o desinterés, proponga "lugares seguros" en los que va expresarse de esta forma durante un tiempo (un lugar seguro es aquel que puede proporcionar intimidad y no interfiere en sus actividades). Para emociones dirigidas al exterior como rabia, ira o venganza, se pude emplear uso de recursos judiciales, participación en escenarios de restitución de derechos o, en otro sentido, canalizarlas en actividades deportivas o artísticas. Para emplear la mejor opción, es necesario disponer de una buena información del/la consultante y que se hayan explorado las creencias frente a las emociones alternativas como recurso. Se trata de descubrir emociones que, sin ser desadaptativas, contrarresten aquellas que generan malestar. Otros mecanismos adicionales (se eligen según momento de la atención): Primero, el recurso de la relajación puede ser útil cuando esté en una situación de malestar y hay sensación de no control. Segundo, para las emociones de tristeza, construya una lista de elogios o cualidades y recuérdelas. Tercero, identifique una palabra o frase que tenga un importante sentido para la persona (puede ser de una canción, una poesía, un cuento), la cual se repetirá durante cinco minutos hasta que se familiarice con ella y la emplee después cuando se sienta mal. Una vez elegido el procedimiento para controlar las emociones, contrarrestándolas, se propone ponerlo en práctica para la siguiente sesión.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Reflexionar sobre nuevos sentimientos.	Abra la reunión con un breve resumen de lo realizado. Explore los resultados de los ejercicios propuestos, dialogue sobre sus sentimientos y experiencias.
2. Validar y fortalecer cambios para ir soltando.	Explore la percepción de cambio entre estas sesiones. Valide los logros y fortalezca las acciones que se llevan a cabo para el control de las emociones. "En este momento hay elementos para seguir adelante. Ahora, se trata de ver cómo se pueden sostener estos cambios, por lo que, en la próxima sesión, que será la última, vamos a evaluar lo que ocurre. Nos encontraremos, entonces, en dos semanas. Para finalizar, vamos a elaborar una caja de primeros auxilios, que va a contener todos los aprendizajes que serán de ayuda cuando algo vaya mal… En estas tarjetas (bibliográficas) va a realizar un símbolo, una gráfica, que representa cada uno de los aprendizajes alcanzados hasta el momento, que le han ayudado… por ejemplo, cómo representaría la meditación…". Una vez realizadas las imágenes se conservan en un sobre. "Si en algún momento se siente mal, va a sacar una de las tarjetas para acordarse de algo para enfrentar esos sentimientos. Este va a ser su seguro". Se hace la despedida.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar el proceso realizado de confrontación y puesta en práctica de cambios.	Se da la bienvenida. "¿Cómo ha estado, cómo se ha sentido después de este tiempo? ¿Cómo lo/la ven ahora? ¿Alguien nota estos cambios? ¿Cómo se siente al respecto?

objetivo	actividades
	¿Le ha ayudado la caja de primeros auxilios?". Finalmente, se evalúa el trabajo reconociendo logros y aprendizajes. Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.
2. Fortalecer la sostenibilidad de cambios o transformaciones. Cerrar la sesión.	Se hace el cierre valorando los esfuerzos e indicando la atención llega hasta este momento. Se comunica la seguridad que tiene el/la consultante y que usted mantiene "la puerta abierta" en caso de ser necesario. Se hace la despedida.

Recursos complementarios

Para el entrenamiento en relajación existen muchas técnicas. Es importante lograr un estado de tranquilidad mediante la respiración y la distención muscular. Se pueden consultar los textos de Smith (1992) y de Robles & Peralta (2009), así como las siguientes páginas web, que ilustran varios procedimientos: http://www.larelajacion.com/larelajacion/tecnicas.php y http://www.formarse.com.ar/ejercicios/ejercicios_relajacion.htm

El Mindfulness: a diferencia de la relajación, en la que se trata de obtener un estado de desactivación y de calma, este método está enraizado en la filosofía Budista Zen, cuyos principios se basan en los tres elementos claves del mindfulness: 1) conciencia, 2) el momento presente y 3) la aceptación. Estos tres elementos son interdependientes. A su vez, el primero de ellos, la conciencia, se divide en tres componentes diferentes: a) parar, b) observar y c) volver. Desde la perspectiva de mindfulness, la aceptación se refiere a ver las cosas tal cual ellas son en el momento que nosotros llegamos a conocerlas, aceptando las experiencias placenteras y dolorosas tal cual ellas aparecen. El texto referido de Mañas (2009) puede ser consultado en la web.

Si le interesa saber más de estas técnicas, en este enlace encontrará audios para guiar los ejercicios de concentración: https://mindfulnessenpalabras.wordpress.com/2015/06/08/descarga-gratis-meditaciones-del-cd-mindfulness-y-compasion-de-vicente-simon/

4.4. Solución de problemas

4.4.1. Justificación

Dentro de los impactos de la violencia se han identificado los fenómenos de confusión, desorientación y, en muchas ocasiones, destrucción de los referentes sociales, culturales y económicos de la población víctima. Es por ello que las víctimas, además de enfrentarse y acapararse a las experiencias abruptas y sus impactos emocionales, requieren anteponerse a otra serie de cambios que ocurren en este contexto de conflicto armado, como adaptarse a las obligaciones de los actores armados o enfrentar nuevas circunstancias que no se habían buscado, lo que ocasiona miedos, desconfianzas y, en general, problemas para adaptarse a la vida cotidiana (Martín Beristain, 2008).

Una gran proporción de quienes han sido victimizados ha sido por hechos de desplazamiento forzado, lo que conlleva una serie de problemáticas adicionales al estrés de lo que motivó la movilización, como, por ejemplo, sensaciones de soledad, dificultades para la supervivencia, desconfianza y miedo (Achotegui, 2004).

De allí la necesidad de recuperar el poder y el control mediante el análisis de las situaciones problemáticas, porque si bien muchas de las personas que han sido víctimas de violencia han logrado sobrevivir y sobreponerse a muchas cosas, se aprecia que estos impactos dejan considerables afectaciones en la capacidad para razonar y comprender claramente lo que les rodea (Samayoa, 1990; Gülsen, Knipscheer & Kleber, 2010). Es por ello que resulta relevante orientar en estrategias que faciliten evaluar la severidad de los problemas que deja el conflicto, mirar las alternativas para la acción y, consecuentemente, poder construir respuestas posibles para enfrentarlos.

Esta orientación pretende que las personas apropien una estrategia muy particular para afrontar conflictos tanto de índole emocional como interpersonal o dificultades de la vida diaria, a partir de técnicas que permitan comprender e identificar problemas, reconocer recursos y proponer un método para la toma de decisiones que aborden las dificultades planteadas (García-Campayo, Hidalgo & Orozco, 2006).

Objetivos

- Facilitar el conocimiento y comprensión de la estrategia para reconocer problemas.
- Identificar medios de solución y la toma de decisión para la elección de una solución adecuada frente a un problema.
- Promover la incorporación de esta estrategia para el abordaje de múltiples dificultades.

Insumos para Indicadores de proceso

- Sensación de autonomía y decisión en el manejo de dificultades.
- Empleo de estrategias prácticas que apoyan el enfrentamiento de problemas.
- Aumento de sensación de control de la propia vida.

4.4.2. Recomendaciones generales

No sobra recordar al lector que muchas de las recomendaciones descritas en el apartado 4.2.2, correspondiente a las orientaciones para el "Fortalecimiento de la autoestima, la autoconfianza y de los recursos para el afrontamiento", son aplicables a estas, por lo que es útil volver a revisarlas detenidamente. A continuación se describen otras relacionadas con la estrategia de solución de problemas.

Para tener en cuenta

La estrategia demuestra el valor de incorporar una forma de pensar sobre sus dificultades. Es un procedimiento bastante sistemático que, en ocasiones y para algunas personas, puede ser trivial, por lo que es necesario identificar bien a quién se dirige. Es decir, que haya una clara manifestación de malestar o dificultad para enfrentar una situación en particular.

Para mayor efectividad, es necesario que el/la consultante encuentre que hay relación en un problema y su malestar, por lo que es importante revisar estas comprensiones en el acercamiento y comprensión.

Se ha encontrado que, debido a lo sistemático, el proceso produce cambios importantes cuando se trabaja con población de origen étnico.

Puede ser útil para trabajar con NNA cuando se dirige a mejorar conductas particulares y también ha demostrado importante utilidad con adultos mayores (García-Campayo, Hidalgo & Orozco, 2006).

Esta orientación también se puede desarrollar en grupo, por lo que es importante evaluarlo.

No hacer

No es bueno emplear en todos los "problemas" esta estrategia. No todos los/las consultantes cuentan con estas capacidades de abstracción y de razonamiento lógico frente a las situaciones. Puede haber variables de creencias o costumbres que promueven otras relaciones y análisis de las dificultades.

No es recomendable trabajar esta técnica sola cuando se identifica una muy baja autoestima y escasa autoconfianza, pues puede generar que los problemas se vean insalvables y aumente la sensación de ineficacia.

4.4.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento, descrito en el apartado 4.1. En este momento se identificó que existen algunos problemas que originan malestar y el/la consultante tiene la motivación de resolverlos, lo importante es conocer y llevar a cabo algunas estrategias para afrontar y tomar decisiones frente a estas situaciones conflictivas. Esta orientación en solución de problemas es pertinente cuando: La persona reconoce que hay malestar o sufrimiento debido a que reconoce que hay un conflicto, problema o situación que debe resolver. Sus quejas o malestares no presentan una severidad grave, es decir, no alteran su funcionamiento cotidiano.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Revisar y redefinir problemáticas	Apertura del encuentro Iniciar la conversación con la información recogida durante el momento de Acercamiento, en donde se identificaron dificultades para tomar decisiones frente a algunas condiciones preocupantes. Se trata, entonces, de ir particularizando más el ámbito del malestar. "En la primera conversación hablábamos del malestar que siente y las dificultades para hablarlo… Ahora, quisiera que precisáramos más sobre ello. Cuénteme un poco más acerca de…".

objetivo	actividades
2. Fortalecer la relación de confianza.	Asegúrese de que la comunicación que se establezca ayude a generar actitud empática y de confianza. Impulse la ventilación de los sentimientos. Revise las recomendaciones del apartado 4.2.3, sesión 2.
3. Establecer orientaciones generales sobre esta estrategia.	Esta estrategia resulta muy valiosa cuando los consultantes víctimas sienten que su capacidad para enfrentar las dificultades cotidianas está disminuida. Por otra parte, hay un considerable reconocimiento acerca de qué es lo que les está afectando. Con estos principios, se comunica al/la consultante que se trata de una técnica que permite, mediante una serie de pasos, analizar los problemas y construir alternativas de solución para llevar a cabo alguna acción que disminuya las dificultades. Generalmente, los pasos se resumen en: - Especificar el problema (definirlo, sus componentes, la situación, las personas, a dónde se quiere llegar, etc.). - Generar alternativas (desarrollo de múltiples ideas que permitan disminuir o modificar el problema). - Analizar consecuencias (qué pasaría si hago esto, lo otro, lo otro). - Elegir alternativa (toma de decisión y puesta en práctica). - Evaluar la decisión.
4. Identificar nociones del problema y focos de trabajo.	Entonces se continúa con la delimitación del o los problemas a abordar. Se orienta en la particularización al máximo (cuál es el problema, cuándo ocurre, dónde ocurre, quién está involucrado…).
5. Motivar el trabajo en el cambio.	Con el anterior ejercicio se puede señalar que, al descomponer un problema, es más fácil poder hacer algo por cosas pequeñas que por el todo.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Explorar sentimientos asociados a los problemas.	Se abre la sesión con el resumen de lo abordado en el encuentro anterior. Se realiza una conversación alrededor de los temas, en especial los sentimientos. Se trata de ayudar a identificar y nombrar lo que suscita el problema a nivel emocional.
2. Analizar y descomponer situaciones problemáticas y proponer objetivos alcanzables.	Se retoma el o los problemas, se listan y se hace un análisis realista para descomponerlos en elementos manejables, y se establecen las metas a donde se desea llegar. Tenga en cuenta aquí que un problema es manejable cuando: 1. Se puede especificar y describir (es común que se hagan explicaciones… porque…). 2. Hay metas realistas. 3. Principalmente él/ella está involucrado/a, es decir, no tiene que ver con el cambio de otros (es que si mi esposo… si el gobierno hiciera…). 4. No espera que se involucre al/la profesional (quisiera que usted hablara con mi hijo). No espera soluciones mágicas (dígame qué hacer para no seguir sufriendo y no me vuelva nunca más este problema).
3. Motivar el trabajo en el cambio.	Con el fin de estimar recursos y motivar el trabajo en problemas, se propone la tarea de elaborar una Carta de Despedida al o los problemas identificados, que será elaborada en casa y trabajada en la siguiente sesión. "La carta de despedida se trata de un texto en el que nos vamos a despedir del problema, en el que después de agradecer sus servicios prestados, va a detallar las razones por las cuales va a prescindir de este o ya no los necesita (es decir, cuando considere que se ha resuelto el problema)". Variación: Si identifica escasa habilidad de lectoescritura, se puede proponer realizar dos dibujos de sí mismo, uno con el problema (puede ser personificado o con otro símbolo) y el otro como se ve sin este problema.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Explorar las dimensiones percibidas del problema.	Se abre la sesión con el resumen de lo abordado en el encuentro anterior. Se realiza una conversación alrededor de la Carta de Despedida y se identifican las múltiples alternativas que puede tener una solución, de acuerdo con lo expresado en la carta.
2. Reflexionar sobre las intencionalidades de la violencia.	Respecto a los problemas identificados, se reflexiona acerca de la forma como el conflicto está involucrado en estas dificultades. Además, se exploran las explicaciones que el/la consultante tiene al respecto.
3. Construir la noción del daño ocasionado y el papel de las acciones de atención como rehabilitación[9].	Este momento de la atención, dirigido a la construcción de la noción del daño, tiene la intención de facilitar el establecimiento de los nexos entre el malestar y las violaciones a los DD. HH. Su intención no es de peritaje o de prueba jurídica; se trata de encontrar un mecanismo para descentrar las posibles culpabilizaciones y así concertar cómo la atención que está recibiendo pretende mitigar y restaurar de alguna forma el daño. Por lo tanto, se trata de una acción de rehabilitación. Lo siguiente puede ser una orientación para el diálogo: "(se realiza un resumen de lo expuesto anteriormente) A partir de lo que me cuenta, entendí que lo que usted ve que lo que ha pasado en la región se ha debido a… Por otra parte, antes de que pasaran estas cosas terribles, usted no se sentía así, podía hacer… es decir que se vio afectada/o por lo que hicieron estos y otros… vemos que lo sucedido tuvo unas intencionalidades… no fue accidental… se pretendía que usted o ustedes se sintieran vulnerables, inseguros, temerosos… Es decir, ha habido una afectación por lo ocurrido… por ello, esta atención se dirige a tratar de restaurar en parte eso que fue afectado y la capacidad para resolver algunas situaciones cotidianas. Estamos en un proceso de rehabilitación de los daños ocasionados por el conflicto… ¿Cómo lo hace sentir el hecho de hablar de esta manera de lo que pasó?". Se procurará promover el diálogo respecto a que hubo un deterioro por causa de la violencia, y en respuesta a ello es que se está realizando esta atención.

[9] La rehabilitación en el contexto de la atención psicosocial "… se entiende como derecho de las víctimas dentro del conjunto de la Reparación Integral, va más allá de una noción meramente clínica o funcional… se encuentra en que los procesos orientados hacia las víctimas permitan construir un sentido integrador de la experiencia de violencia a nivel individual y/o colectivo… y en un contexto en donde se devuelve dignidad a las víctimas…" (UARIV, 2014).

objetivo	actividades
4. Explorar alternativas.	Después de esta conversación y retomando la intención de mitigar el daño con la habilitación para enfrentar estos problemas en particular (los que se han listado anteriormente): "Quiero pedirle que haga el ejercicio en su casa. En una hoja, escriba cada uno de estos problemas y frente a cada uno escriba: Qué se puede hacer para manejarlo, enfrentarlo, disminuirlo. Anote lo que se le ocurra, después lo discutiremos conjuntamente…".

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Revisar alternativas de solución.	Se da la bienvenida y de nuevo se realiza un resumen del trabajo anterior. Se realiza un diálogo sobre la "tarea" de identificar alternativas.
2. Valorar alternativas.	Se cuenta con una gran cantidad de ideas y problemas, que es necesario ir priorizando para valorar las alternativas consideradas para cada uno de estos.
3. Elegir alternativa.	Después de elegir el o los problemas para abordar, se decide la alternativa o forma de solución para llevar a la práctica.
4. Considerar situaciones para la puesta en práctica.	Se analizan sentimientos y expectativas al respecto. Se acuerda llevar a la práctica la decisión tomada para evaluarla en la siguiente sesión.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Analizar la puesta en práctica de la alternativa de solución	Se da inicio a la entrevista con bienvenida y resumen de lo tratado en la reunión anterior. Se realiza un análisis de los resultados obtenidos en la puesta en práctica de la decisión. "¿Qué ocurrió? ¿Era lo que esperaba?".

objetivo	actividades
2. Revisar sentimientos asociados con resultados.	Este análisis y los sentimientos asociados permiten considerar otras opciones, otras alternativas, por lo que se anima al/la consultante a seguir practicando las alternativas propuestas para los problemas elegidos. Esto prepara las condiciones de cierre, en donde se expone que ha adoptado una forma específica para razonar sobre los problemas.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Evaluar parcialmente el proceso y plantear propuestas para mantener los cambios.	Se da la bienvenida y se comienza con un breve resumen de lo discutido en la reunión anterior. Se analizan los resultados de la puesta en práctica de las decisiones y se realiza la valoración del proceso. Se revisan dificultades y logros y se proponen los ajustes para mantener las formas de enfrentar el problema trabajado. Una vez que se ha discutido lo anterior, se acuerda una última sesión.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Se pretende hacer un seguimiento sobre los efectos del manejo de las problemáticas planteadas. "¿En qué otras circunstancias ha sido útil la estrategia?". Se fortalecen estos logros y se concluye el proceso reconociendo cambios y esfuerzos realizados. Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.
2. Cerrar la sesión.	Se hace la despedida dejando la puerta abierta para otras necesidades.

4.5. Apoyo en escenarios de restitución de derechos

4.5.1. Justificación

Las condiciones de victimización que ha traído el conflicto armado en Colombia, con consecuentes violaciones a los DD. HH. y al DIH, conlleva el reconocimiento de las víctimas en sus derechos al acceso a la justicia y a obtener las medidas de verdad, justicia y reparación frente a los hechos ocurridos en su contra.

Por ello, la Asamblea General de las Naciones Unidas (2005) hizo una declaración en la que les reitera a los Estados sus obligaciones para con las víctimas de graves violaciones a los DD. HH., al acceso a la justicia y a las reparaciones por los daños infringidos. Además, insta en los deberes de atención y consideración especial que merecen las víctimas, para que los procedimientos jurídicos eviten nuevos daños.

Los escenarios de exigibilidad de derechos son espacios en los que predomina lo jurídico como forma de relacionamiento, lo cual ubica a las víctimas en cierta desventaja, por cuanto en la mayoría de los casos estas no tienen acceso o no disponen de dicha información, viven en regiones apartadas, muchas en condiciones de pobreza y no conocen plenamente sus derechos, y en general no hay una continua relación garantista entre el Estado[10] y sus ciudadanos (Corporación AVRE, 2009).

En este sentido, adquiere relevancia el acompañamiento en escenarios de restitución de derechos, el cual estará dirigido al empoderamiento de las víctimas y de sus procesos de exigibilidad, para potenciar sus recursos como sujetos de derecho político y actores sociales clave.

Estas acciones contribuyen, además, a prevenir o mitigar hechos de revictimización que puedan ocurrir en estos contextos y a impulsar el papel activo en los procesos jurídicos, en medio de un trabajo interdisciplinar y de construcción conjunta (Neuburger & Rodríguez, 2007).

Esta orientación, entonces, comprende acciones en donde el acompañamiento es entendido como el estar al lado de las víctimas, apoyando, conteniendo y reflexionando, para así incidir tanto en la recuperación y el fortalecimiento de la autonomía, como en el ejercicio del reconocimiento del daño y el legítimo interés de exigir acciones de justicia por ello. Así, la recuperación del poder en estos escenarios es constitutiva de las acciones de rehabilitación.

[10] Merece reconocerse que, en los últimos años, entidades como la Fiscalía General de la Nación y la Defensoría del Pueblo han realizado importantes esfuerzos en brindar una atención con un enfoque psicosocial a las víctimas, para lo cual han desarrollado protocolos para algunos procesos judiciales y procesos de sensibilización a sus funcionarios.

Objetivos

- Fortalecer a las víctimas en los procesos de acceso a escenarios de exigibilidad de derechos.
- Reducir los riesgos de revictimización y victimización secundaria derivados de los procesos jurídicos.
- Garantizar la inclusión de elementos psicosociales en las medidas de reparación integral.

Insumos para Indicadores de proceso

- Grado de permanencia y sostenibilidad frente al proceso de restitución de derechos.
- Sentido protagónico y de empoderamiento frente a la exigibilidad de derechos.
- Valoración positiva del ejercicio de ciudadanía, independientemente de los resultados alcanzados.
- Mayor participación e iniciativa frente a escenarios públicos de reconocimiento de víctimas.

4.5.2. Recomendaciones generales

En primer lugar, es necesario atender que el acompañamiento en estos contextos de restitución de derechos tiene una temporalidad propia sujeta a los tiempos de audiencias, juzgados, jueces, etc., por lo que es posible que la propuesta que sigue a continuación no se pueda llevar a cabo en la secuencia ni en la totalidad de sesiones en la que están planteadas otras orientaciones. Es decir, que se realicen sesiones semanales.

Por lo tanto, requiere de una atenta observación y seguimiento del estado de las víctimas, para que cada encuentro pueda tener un importante valor y efecto para ellas. Puede considerarse, entonces, que cada una de estas sea independiente.

Este tipo de acciones contribuyen en un efecto positivo para la participación de las víctimas como constructoras de sus procesos y en el acceso a la justicia, evitando la revictimización y promoviendo el apoyo y la dignificación a lo largo del proceso.

Una propuesta de abordaje interdisciplinario evidencia no solo las violaciones de los derechos, sino además sus implicaciones psicosociales. Esto permite fortalecer a la persona afectada, más que en su condición de víctima, en su rol social.

Es necesario adecuar los lenguajes a los contextos culturales y sociales, que permitan puentes entre las necesidades de las víctimas y el universo jurídico.

Por sus características, estos procesos son complejos y manejan información muy especializada y poco comprensible. Por ello, es necesario tener en cuenta a la víctima como protagonista y asegurar que ha comprendido lo que ocurre y lo que se espera de ella, atendiendo las particularidades de escolarización, edad y comprensión general.

Estos procesos requieren una comprensión integral, en términos de las necesidades de las personas y los grupos, y no por las ofertas institucionales; aquí la nivelación debe ir con base en las víctimas. El papel fundamental es mediar entre los intereses de los entes jurídicos y las necesidades e imaginarios de las víctimas (Corporación AVRE, 2009). Además, por medio de estas acciones se puede incidir en las prácticas de quienes trabajan con las víctimas en los diversos momentos de la exigibilidad.

Consideraciones diferenciales

En las acciones de búsqueda de verdad, justicia y reparación, las mujeres han sido las principales protagonistas, es por ello que esta dimensión se debe atender en todo momento durante el acompañamiento, en términos de adecuar encuentros a los roles que realizan y las exigencias que ellos traen. Por ejemplo, trabajo, crianza, labores domésticas o del campo, como también entender la presencia de sus hijos en estos momentos, quienes en ocasiones son menores de edad.

En los casos en que las víctimas sean personas con orientaciones no hegemónicas de género, se requiere atender que los otros actores de estos contextos jurídicos tengan en cuenta esto en el trato y respeto que merecen como ciudadanos/as.

La presencia de discapacidades físicas requerirá también que se puedan hacer las adecuaciones necesarias en los lugares donde ocurren las acciones jurídicas, para garantizar así la plena accesibilidad y participación.

En los casos en que las víctimas son personas con pertenencia étnica afrodescendiente, indígena o gitana, es importante el reconocimiento de sus derechos colectivos en las acciones de búsqueda de verdad, justicia y reparación. Para esto, se requiere atender que los otros actores de estos contextos jurídicos tengan en cuenta que son sujetos colectivos a quienes deben dar un trato respetuoso que reconozca las diversas maneras de comprensión del mundo.

Riesgos de estas acciones

Los procesos jurídicos en defensa de los derechos humanos pueden prolongarse en el tiempo, lo que ocasiona un desgaste y alto riesgo de abandono de los participantes.

Los litigios realizados a través de una estrategia psicojurídica no garantizan siempre desenlaces a favor de las víctimas. Pueden aparecer dificultades en la coordinación en el trabajo interdisciplinario debidas al escaso conocimiento de los participantes, rivalidades, confusión de roles, discrepancias en expectativas, etc. Asimismo, pueden ocurrir dilemas éticos en el proceso del litigio que interfieren en el trabajo, derivados

de situaciones como priorización de casos, contradicciones entre intereses, enfrentar situaciones que confrontan las historias personales de los profesionales, entre otros.

Finalmente y de gran importancia, debe mantenerse una continua evaluación de las implicaciones en el riesgo por la seguridad de las víctimas y del equipo que participe en el acompañamiento.

4.5.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento, descrito en el apartado 4.1. En este momento se identificó que es importante abordar el tema de un apoyo o acompañamiento en un proceso de litigio, sea a nivel local o nacional. Puede haber muchas motivaciones, desde el interés por adelantar una denuncia, comprender mejor el trámite judicial, la necesidad de apoyo o preocupaciones frente a algún proceso en particular de los procesos jurídicos (hacer denuncia, testificar, asistir a una audiencia, seguir una sentencia, etc.). Es importante identificar la existencia de algún malestar emocional vinculado con estos procesos, lo que requiere una acción más allá de suministrar orientación e información.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Revisar y redefinir problemáticas.	Apertura del encuentro Iniciar la conversación con la información recogida durante el momento de Acercamiento, en donde se identificó como foco de atención la participación (cómo iniciar, continuar o conocer sentencia) en algún proceso de litigio local, nacional (fiscalía, defensoría) o internacional (Corte Interamericana de DDHH) por los hechos de victimización y violación a los DD. HH.

objetivo	actividades
2. Fortalecer la relación de confianza.	Asegúrese de que la comunicación que se establezca ayude a generar actitud empática y de confianza. Impulse la ventilación de los sentimientos. Revise las recomendaciones del apartado 4.2.3, sesión 2.
3. Analizar la importancia de iniciar o continuar procesos jurídicos.	Dependiendo del momento particular de la participación de la víctima en acciones judiciales, se abre la conversación sobre la valoración e importancia de su participación en estos procesos.
4. Proponer o revisar el plan de manera general.	Si bien un proceso jurídico se inicia con la denuncia instaurada por la víctima, los familiares o las organizaciones de defensa de DD. HH., se busca abordar el conocimiento que se tiene de este proceso, los participantes, su papel, el momento en que se encuentra y las necesidades de apoyo emocional en particular.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Conocer el proceso. Expectativas, acciones adelantadas.	Se precisa la información acerca de las acciones a adelantar o ya realizadas, sus motivaciones, expectativas y estado emocional vinculado a este proceso.
2. Identificar escenarios en los que transcurre el proceso, con el fin de determinar necesidades de acompañamiento.	Se recolecta la información sobre la construcción y desarrollo del caso. Con esto se permite dialogar sobre los escenarios físicos y simbólicos en que transcurre el litigio, y los sentimientos generados ante estos. Se pretende validar las emociones involucradas y sugerir estrategias de protección emocional en aquellas identificadas como centrales o críticas. (Ejemplo: dar testimonios, escuchar declaraciones de postulados, escuchar a participantes de audiencias).
3. Considerar y decidir involucrar a los actores jurídicos.	Según el momento en que se encuentre el proceso de litigio, es indispensable conocer o acercarse a los actores jurídicos (los representantes de las víctimas), para lo cual es necesario discutir y evaluar la apreciación de la víctima al respecto.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Trabajar en conjunto con el equipo jurídico para determinar roles y apoyos.	Si ha sido posible concertar, se lleva a cabo una reunión entre los representantes de la víctima, la víctima y el acompañante psicosocial. Este encuentro pretende compartir información, coordinar acciones y establecer lineamientos de acompañamiento psicosocial y jurídico en los momentos definidos, tanto para la víctima como para los participantes. En caso de no realizar este encuentro, es útil también dialogar acerca de la comprensión que tiene la persona acerca del papel de otros actores jurídicos y lo que se puede o no esperar de estos, a fin de promover una reflexión crítica al respecto.
2. Preparar a la víctima para escenarios de testimonios, juicios, declaraciones, etc. (si el caso lo requiere).	Dependiendo el momento del proceso jurídico, es necesario evaluar los posibles o próximos escenarios en que se puede involucrar la participación de la víctima, con el fin de prepararla para el manejo del estrés que esto puede ocasionar (asistir a tribunales, conocer la solemnidad de estos, las actuaciones de jueces, testigos, defensores, etc.). Se espera que en esta fase participen los representantes de la víctima, a fin de aclarar imaginarios y expectativas.
3. Explorar sentimientos frente al proceso en desarrollo.	Permanentemente, se debe mantener el diálogo y la oportunidad para expresar sentimientos asociados a estos momentos, considerando el manejo de otros recursos como otros miembros de la familia o la comunidad, por ejemplo.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Acompañar a la víctima a los encuentros de litigio (cuando sea el caso).	En este caso particular, estas recomendaciones no necesariamente pueden realizarse con esta secuencia, dado los tiempos que se manejan en las instancias jurídicas. Es prioritario, cuando se ha iniciado el proceso de acompañamiento, poder estar en los lugares donde se lleva a cabo el proceso jurídico con la víctima (según la disponibilidad del/la profesional).

objetivo	actividades
2. Atender el estado de ánimo durante los procesos de litigio, según nivel de participación.	Durante la participación en escenarios judiciales, se requiere observar y estar atento/a de los momentos críticos para apoyar y contener en el manejo de las emociones originadas.
3. Promover la expresión de sentimientos al terminar la participación de la víctima o de la diligencia judicial.	Promover, ojalá de forma casi inmediata, un espacio privado en donde se pueda hablar de lo ocurrido con las víctimas e identificar posibles impactos.
4. Evaluar resultados de la participación en el escenario jurídico y revisar planes.	Después del trabajo conjunto de asistencia a los escenarios de litigio, se evaluará conjuntamente con los representantes de la víctima y con ella misma los resultados tanto del acompañamiento como de lo conocido en la diligencia.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Evaluar expectativas y sentimientos del estado del proceso de litigio.	Dependiendo del estado y la duración del proceso, es deseable programar encuentros dirigidos a evaluar el estado anímico de la víctima, sus expectativas y los recursos frente a esto.
2. Revisar el estado y los resultados del proceso con el equipo jurídico.	Promover una reunión con el equipo de trabajo permite fortalecer el papel protagónico de la víctima y permanentemente prevenir impacto o daños.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Evaluar conjuntamente los resultados de las sentencias.	Una vez se conozcan los resultados o fallos de las acciones judiciales, es necesario evaluar la comprensión y efectos de estos en la víctima.
2. Explorar sentimientos y actitudes hacia los fallos.	Promover espacios para la expresión emocional frente a las decisiones judiciales.
3. Planear seguimiento de acciones de acuerdo con los resultados.	Considerar seguimientos para evaluar el alcance de las decisiones judiciales.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar el proceso.	Una vez se considera que se ha agotado el proceso, plantee la evaluación del acompañamiento. Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.
2. Cerrar la sesión.	Realizar un acto de despedida en donde se reconozcan los aportes, la participación y el esfuerzo de la víctima en su interés por la restitución de sus derechos.

4.6. Reconstrucción en proyecto de vida

4.6.1. Justificación

La violación a los DD. HH. y al DIH ocasiona múltiples deterioros y afectaciones que comprometen la integralidad del individuo y la forma como se relaciona con su entorno. Además de las lesiones, traumatismos, pérdidas y múltiples estados de zozobra, temor y dolor, estos hechos han originado rupturas importantes en las personas y grupos, y en especial en las proyecciones y planes de vida. Todo ello, debido a su gravedad, comenzó a ser reconocido en el ámbito jurídico internacional[11] como un daño producto de violaciones a los DD. HH. Y, consecuencia de ello, afectaciones en las proyecciones de la vida. Por lo tanto, ha sido objeto de reparación por el grave impacto no solo a los individuos sino a la comunidad (Martín Beristain, 2008; Gómez, 2007).

Es por ello que esta dimensión del daño se constituye como una categoría central en las afectaciones ocasionadas por la violación a los DD. HH., pues ello implica un deterioro al futuro. De esta manera, una atención psicosocial debe involucrar acciones que puedan dirigirse a aportar en la restauración de sus objetivos y planes que fueron truncados por la violencia.

Hablar de proyecto de vida, en general, concierne con el planteamiento de aspiraciones y metas, en cualquier momento de la vida. Este se constituye en un importante elemento orientador, integrador y valorativo de la personalidad. El proyecto de vida no debe entenderse como un modelo ideal, sino en proceso, como un modo posible de realización (D'Angelo, 2002).

En ese orden de ideas, el proyecto de vida "es la estructura general que encauzaría las direcciones de la personalidad en las diferentes áreas de la actividad y la vida social, de manera flexible y consistente, en una perspectiva temporal que organizan las principales aspiraciones y realizaciones actuales y futuras de la persona" (D'Angelo, 2000). Ella se construye a partir de diversas influencias tanto externas como internas, que motivan el planteamiento de objetivos y decisiones realizados en forma consciente.

Un proyecto de vida eficiente no es posible sin un pensamiento crítico-reflexivo que se conecte con las líneas fundamentales de la inspiración de la persona al que en su construcción supone la realización de progresivos ajustes y superación positiva de las dificultades y crisis de la vida. Por ello, se requiere una evaluación constante de los sucesos vitales y una toma de decisiones efectivas frente a ellas (D'Angelo, 2000).

Estas orientaciones, entonces, pretenden recuperar la capacidad de las personas para reflexionar sobre su

[11] El daño al proyecto de vida aparece en la jurisprudencia latinoamericana partir de 1997, con la sentencia de la Corte Interamericana de Derechos Humanos del caso Loayza Tamayo vs. Perú.

contexto actual, su apreciación en relación con sus valores, creencias y capacidad de acción, que permitan realizar replanteamientos y cambios en sus metas para que de nuevo se recupere el valor por sus proyecciones de vida.

Objetivos

- Identificar y reflexionar sobre los impactos en el proyecto de vida derivados de la violencia.
- Promover el autoconocimiento y la aceptación de capacidades, recursos y aspiraciones frente a la vida.
- Identificar necesidades y metas.
- Movilizar reflexiones para el establecimiento de estrategias para alcanzar metas.
- Apoyar la toma de decisiones.

Insumos para Indicadores de proceso

- Reconoce y comprende niveles de afectación, enfrentándolos con recursos en forma eficaz.
- Ha replanteado algunas metas en la vida y se orienta y actúa con motivación a ellas.
- Demuestra sentimientos de tranquilidad, autonomía y satisfacción.
- Se aprecia activa participación en su entorno interpersonal y social.

4.6.2. Recomendaciones generales

El trabajo en reconstrucción del proyecto de vida se dirige a promover la exploración de valores y recursos frente a las aspiraciones actuales. Este es un proceso que se debe entender en forma dinámica, en donde el sentido de esta orientación es la de servir de apoyo para movilizar una reorientación vital, reconociendo que estas rupturas fueros debidas a la violencia en el marco del conflicto armado.

Como cualquier acción psicosocial, se requiere de contextualizar al/la consultante en sus particularidades de edad, género, escolaridad, etnia, procedencia, etc., ya que estas variables son clave en el momento de comprender y orientar en el proceso de reconstrucción de un plan de vida. En el caso de los grupos étnicos, se requiere reconocer las nociones de desarrollo propio y plan de vida según sus referentes culturales.

En la medida en que el interés es confrontar frente al antes, la situación del ahora y su perspectiva de futuro, es necesario mantener una actitud empática que promueva la sensación de libertad y seguridad para que el/la consultante pueda ver de otra manera su situación y explore replantearse las metas o construya otras nuevas.

Mantener una actitud pedagógica respecto a algunas estrategias para abordar problemas y soluciones puede ser importante para apropiarse de algunos recursos y contar con mayores capacidades.

No haga

No sugiera principios, valores o metas desde su propio marco de referencia. Si bien en ocasiones nuestros valores pueden llegar a incidir en comentarios de aprobación o crítica, es necesario estar atento/a al comportamiento propio en las sesiones y, en este sentido, mantener una postura neutra.

4.6.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento, descrito en el apartado 4.1. "En este momento se identificó que es importante abordar el tema de revisar o replantear las actividades actuales y evaluar su proyección futura de vida. Es pertinente esta orientación cuando se identifican conjuntamente algunas de estas situaciones que ocasionan malestar y preocupación, como: • Sensación de insatisfacción con la vida. • Confusión, malestar o rechazo respecto a su actual rol u ocupación. • Dificultades para reconocer o ausencia de aspiraciones y metas hacia el futuro. • Problemas para adaptarse a los cambios y demandas actuales del entorno.

objetivo	actividades
	• Dificultades para dirigir y organizar sus actividades en forma autónoma. • Dificultad para desprenderse del pasado y actuar en el presente". Es importante que la persona reconozca que cuenta con un mínimo interés y alguna motivación para el cambio, y puede considerar que necesita ayuda para ello.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Revisar y redefinir problemáticas.	Apertura del encuentro Iniciar la conversación con la información recogida durante el momento de Acercamiento, en donde se identificó dificultad o malestar en relación con su vida (del/la consultante) u ocupación actual. Se trata, entonces, de ir particularizando más el ámbito del malestar. "En la primera conversación hablábamos del malestar que siente y las dificultades para hablarlo… Ahora, quisiera que precisáramos más sobre ello. Cuénteme un poco más acerca de…". Se emplean los recursos que permitan exteriorizar el problema hacia sus condiciones de vida.
2. Fortalecer la relación de confianza.	Asegúrese de que la comunicación que se establezca ayude a generar actitud empática y de confianza. Impulse la ventilación de los sentimientos. Revise las recomendaciones del apartado 4.2.3, sesión 2.
3. Indagar formas de enfrentamiento.	En la medida en que se van identificando preocupaciones, se irán explorando formas de respuesta y afrontamiento. "En relación con esto, ¿cómo ha hecho para seguir adelante?, ¿qué o quiénes lo/la han ayudado?".

objetivo	actividades
4. Explorar la motivación al cambio y cerrar la sesión.	Para motivar al/la consultante, se le pide realizar una Carta desde el Futuro, de la siguiente forma[12]: "En su casa va a realizar una Carta desde el Futuro a usted mismo. Va a imaginar que se encuentra a cinco años de esta fecha (este rango variará según la edad del/la consultante, se proponen periodos cortos para adultos y mayores y periodos largos de 15 o 20 años para jóvenes), en la que relatará que ha superado los problemas y las preocupaciones por no saber qué hacer con su vida. En ese momento es diferente y usted está más maduro/a y sabio/a que cuando fue atendido por el/la profesional psicosocial. En esa carta contará cómo consiguió tener claro lo que ahora quiere de la vida y lo ha alcanzado, qué personas le ayudaron y qué cualidades supo aprovechar para lograr lo que se había propuesto". Una vez comprendida la tarea, se cierra la sesión. En caso de que el/la consultante tenga dificultades en lectoescritura, se propone un dibujo de cómo se vería en el lapso de 10 años, con similares indicaciones.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Explorar motivación al cambio.	Se abre la sesión con un breve resumen de lo trabajado en la reunión anterior. Se hace una lectura de la Carta desde el Futuro. A partir de ello se identifican esperanzas, sueños, aspiraciones y, con ello, se pueden establecer primeras metas.
2. Explorar y reflexionar acerca de los impactos de la violencia y el daño al proyecto de vida.	Respecto a los problemas identificados, se reflexiona acerca de la forma en que el conflicto está involucrado en estas dificultades.

[12] Para proponer esta actividad, es necesario explorar la capacidad que tiene la persona para escribir y asegurarse de que ha entendido bien de qué trata el ejercicio. Puede dar ejemplos de textos para ello.

objetivo	actividades
3. Identificar comprensiones y creencias de la violencia.	Se explora la comprensión que tiene el/la consultante de los hechos de violencia, por qué ocurren, qué se pretende con ello.
4. Construir la noción del daño ocasionado y el papel de las acciones de atención como rehabilitación[13].	Este momento de la atención, dirigido a la construcción de la noción de daño, tiene la intención de facilitar el establecimiento de los nexos entre el malestar y las violaciones a los DD. HH. Su intención no es de peritaje o de prueba jurídica; se trata de encontrar un mecanismo para descentrar las posibles culpabilizaciones y así concertar cómo la atención que está recibiendo pretende mitigar y restaurar de alguna forma el daño. Por lo tanto, se trata de una acción de rehabilitación. Lo siguiente puede ser una orientación para el diálogo: "(se realiza un resumen de lo expuesto anteriormente) A partir de lo que me cuenta, entendí que lo que usted ve de lo que ha pasado en la región se ha debido a… Por otra parte, antes de que pasaran estas cosas terribles, usted no se sentía así, podía hacer, quería para su futuro… es decir que se vio afectada/o por lo que hicieron estos y otros… vemos que lo sucedido tuvo unas intencionalidades… no fue accidental… se pretendía que usted o ustedes se sintieran vulnerables, inseguros, temerosos… Ha habido una afectación por lo ocurrido… Por ello, esta atención se dirige a tratar de restaurar en parte eso que fue afectado como la posibilidad de restaurar sus aspiraciones y metas de la vida…, es decir, estamos en un proceso de rehabilitación de los daños ocasionados por el conflicto… ¿Cómo lo hace sentir hablar de esta manera de lo que pasó?". Se procurará promover el diálogo respecto a que hubo un deterioro en la vida por causa de la violencia, y en respuesta a ello es que se está realizando esta atención. Antes de concluir, es importante verificar que la persona se siente tranquila, con posibilidad de manejar las emociones movilizadas por este tema. En caso contrario, vale la pena proveer la contención necesaria para que retorne a su hogar con calma.

[13] La rehabilitación en el contexto de la atención psicosocial "se entiende como derecho de las víctimas dentro del conjunto de la Reparación Integral, va más allá de una noción meramente clínica o funcional… se encuentra en que los procesos orientados hacia las víctimas permitan construir un sentido integrador de la experiencia de violencia a nivel individual y/o colectivo… y en un contexto en donde se devuelve dignidad a las víctimas…" (UARIV, 2014).

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Incrementar el autoconocimiento.	Se abre la sesión con un breve resumen. Con el propósito de contextualizar las motivaciones en la vida de la persona, se propone el ejercicio del Camino de la Vida. "Con el interés de conocerlo/a un poco más, quiero pedirle que dibuje un camino en esta hoja de papel (suministrar hojas blancas y lápices de colores), que representa su vida, con los altos y los bajos, nunca es recto. Este camino se inicia en (se pide la fecha de nacimiento) y ha llegado hasta hoy. Como cualquier camino, hay lugares y momentos agradables importantes, de los que uno se siente orgulloso/a, y otros duros y difíciles. Quiero pedirle que indique con alguna figura esos momentos. Y después del punto de llegada, en líneas punteadas señale a dónde seguiría ese camino después". Después de concluido el ejercicio, se pide al/la consultante que narre la historia alrededor de este "camino" mientras el/la profesional va haciendo preguntas sobre los momentos ilustrados (cómo se sintió, qué hubo de especial en esos momentos, qué hizo para seguir, etc.), así como sobre aquello que de pronto no están presentes y se conocen por conversaciones anteriores.
2. Realizar resumen y señalar recursos	Para concluir la sesión, se realiza el resumen en términos muy concisos a partir de las cualidades, los logros, las fortalezas y los recursos identificados. "Para finalizar, quiero resumir su camino en otros términos… a ver si le entendí… durante una parte de su vida usted se sintió… se veía a sí mismo/a… también encuentro que cuenta con la cualidad de… que le ayudó a sobrellevar o superar… En esta veo también que alcanzó… hizo… pudo…".

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Identificar motivaciones y aspiraciones en la vida.	Se inicia la sesión con un breve resumen. Se exploran sentimientos asociados al trabajo realizado. A partir de este trabajo se resumen en unas categorías (se adecúan según el momento de curso de vida), como son: la familia, la pareja, su ocupación (estudio, trabajo), su salud, estado físico, relación con amigos, con la forma de ser. "A partir de las categorías anteriores, reflexione: ¿Qué es lo que quiero? ¿Qué depende de mí?". (Recursos: si se han dado las condiciones, se puede pedir a la/el consultante que lleve un cuaderno para realizar estas anotaciones, de lo contario se maneja en hojas de papel que puede ir conservando).
2. Identificar recursos.	A partir de la lista anterior, además va a señalar: "De eso que quiere de cada área, ¿qué ha hecho hasta el momento?, seguramente ha hecho algo. ¿Qué haría falta hacer?". A partir de ello se recuerdan algunos recursos y cualidades que tiene la persona.
3. Establecer metas.	Con lo anterior se planean metas, entendidas como aquellas cosas que se quieren alcanzar o realizar. De cada una se evalúa qué tan realista es. Qué depende de mí y qué de otros.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Planear para alcanzar las metas (decisión y acción).	Se inicia la sesión con un breve resumen. Se evalúa cómo se ha sentido frente al trabajo realizado. A partir de las metas analizadas, se reflexiona sobre los pasos necesarios para alcanzarlas. Qué cosas son inmediatas y cuáles requieren más tiempo más adelante. Tomar decisiones es un momento muy importante. Muchas no son fáciles, pero en su reflexión requiere valorar la importancia de los objetivos, asumir los riesgos, y como resultado la sensación de bienestar por su capacidad para emprender, etc.
2. Puesta en marcha	Para concluir, se acuerda qué va a poner en marcha hasta la próxima sesión.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Seguir los pasos iniciales.	Se inicia la sesión con un resumen de lo trabajado en la sesión anterior. Se pasa a abordar la experiencia de las acciones emprendidas y sus resultados. Es importante conocer cómo se siente frente a lo realizado.
2. Evaluar y fortalecer logros.	Se exploran sentimientos asociados, resultados, ajustes que son necesarios y, sobre todo, se destacan los éxitos, así como también, en caso de no haber realizado algo, se revisan los motivos para que no se hubiera presentado esto.
3. Preparar para el cierre.	Se discuten nuevas acciones que se pueden seguir desarrollando y se señala que se revisarán de nuevo en la siguiente sesión, dentro de dos semanas. Puede plantearse: "En este momento ya tiene una orientación en muchas cosas sobre qué hacer y cómo hacerlo. Lo demás depende de usted. Por eso, la próxima sesión se concluirá el trabajo considerando que cada día usted puede ser capaz de hacer más cosas".

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Hacer seguimiento y evaluación del proceso.	Se abre la sesión de nuevo con un breve resumen. Durante la apertura se explora el estado de ánimo y se revisa conjuntamente la estrategia realizada para alcanzar las metas. Es importante comunicar que hay muchas cosas que requieren de paciencia y que se está viendo el trabajo realizado. Se explora cómo califica el/la consultante estos logros y cómo poder continuar con el esfuerzo.

objetivo	actividades
2. Retomar la Carta desde el Futuro.	Se trae de nuevo la Carta desde el Futuro. "Ahora vamos a revisar la forma como usted se quiere ver más adelante y vamos a volver a leer la carta… (Después de leerla) Con lo que se ha hecho se ha avanzado en esto… y esta carta parece que es su 'norte', o sea que le va a ayudar a acordarse cómo se quiere ver más adelante y lo que está haciendo para ello".
3. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	"Seguramente, por todo el trabajo realizado, usted merece que se haga un regalo… (se motiva a que haga algo que no había podido hacer y lo disfrute como un regalo de su mejor amigo/a (Usted)…". Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Se cierra la atención.

4.7. Fortalecimiento de la identidad de niño, niña, adolescente y de su horizonte de vida

4.7.1. Justificación

Los NNA, aunque son sujetos de especial protección y cuentan con derechos prevalentes e interdependientes, "han sido víctimas en nuestro país de graves violaciones a sus derechos humanos, y de infracciones al Derecho Internacional Humanitario; al igual que han sido testigos de violaciones perpetradas a sus familiares y adultos significativos o de personas cercanas en sus entornos comunitarios" (OIM, 2013).

Lo anterior ha generado múltiples afectaciones psicosociales en los NNA y en sus dinámicas relacionales. Es así como, en algunos casos, se reconoce que su identidad se ve limitada por la ocurrencia de los hechos de violencia, llevando a que se narren, reconozcan y relacionen con el mundo desde la noción de víctima.

El conflicto armado no solo ocasiona cambios en la identidad, sino que también conlleva algunas dificultades para tomar decisiones y proyectarse a futuro. Por eso, es importante fortalecer con ellos sus trayectorias de vida a través de preguntas reflexivas: ¿Qué desean hacer? ¿Cómo pueden alcanzarlo? ¿Qué personas los pueden acompañar en este camino? ¿Qué necesitan activar o fortalecer de ellos mismos para lograrlo? ¿Cómo podrían darles continuidad a sus estudios?

Con base en lo anterior, esta orientación metodológica busca construir un espacio de seguridad y confianza en el que el NNA pueda reconocer y fortalecer los diferentes roles que asume en su cotidianidad (roles como niño/niña/adolescente, hijo/hija, hermano/hermana, amigo/amiga, estudiante, entre otros), así como también pueda poner en marcha sus recursos para el afrontamiento, habilidades, potencialidades, sueños e intereses a futuro.

Objetivos

- Generar un espacio de confianza y seguridad que permita construir de manera conjunta un contexto propicio para el desarrollo de las sesiones.
- Construir un escenario reflexivo que permita el fortalecimiento de la identidad, permitiendo nuevas formas de relación y nuevos significados frente a la experiencia vivida.
- Promover el fortalecimiento de los recursos para el afrontamiento y la toma de decisiones frente a su futuro.

Insumos para Indicadores de proceso

- Capacidad del NNA para fortalecer su identidad y los diferentes roles que asume en la vida.
- Capacidad del NNA para construir nuevos significados frente a la experiencia vivida.
- Capacidad del NNA para tomar decisiones de manera autónoma frente a su futuro.

4.7.2. Recomendaciones generales

Es importante que, en lo posible, esta orientación metodológica se desarrolle **con NNA que conocen de la existencia de los hechos de violencia de manera directa o en sus familiares,** dado que el propósito de la atención psicosocial no es inducir o anclar en el NNA la identidad de víctima del conflicto armado. Para esto, tenga en cuenta la información que brindó el familiar o cuidador durante el momento de Acercamiento y Reconocimiento. En aquellos casos en los que el NNA no conoce de la existencia de los hechos de violencia, comprenda los significados que el NNA tiene frente al conflicto armado.

De acuerdo con lo planteado en el enfoque de Curso de Vida, tenga presente durante la atención psicosocial los

referentes familiares, sociales, culturales e históricos que existen en el territorio frente al ser niño, niña o adolescente, sus capacidades, su desarrollo y necesidades de atención.

Es indispensable que **este proceso de atención individual que está llevando a cabo el NNA se complemente con el proceso de atención psicosocial desde la modalidad familiar,** pues desde la experiencia se ha reconocido que se obtienen mayores cambios en el NNA y se mantienen en el tiempo cuando su entorno familiar también se encuentra recibiendo atención psicosocial. Recuerde que el NNA hace parte de un sistema familiar con el cual interactúa y se relaciona constantemente para posibilitar su desarrollo y crecimiento. Teniendo en cuenta lo anterior, se realizarán gestiones para que el NNA pueda iniciar un proceso familiar.

Principios metodológicos fundamentales para abordar este tema en particular

Para el desarrollo de la orientación metodológica, es indispensable que tenga en cuenta lo siguiente:

- Respete los silencios —dado que estos también comunican— y use un lenguaje apropiado según sus capacidades, proceso de desarrollo y referentes culturales. Recuerde realizar preguntas lineales, reflexivas y circulares que sean claras para el NNA.

- Construya relaciones horizontales con el NNA que le permita sentirse validado y reconocido como sujeto de derechos. Para ello, es importante promover la toma de decisiones frente a su futuro y respetar los desarrollos que de manera individual construya frente a las actividades.

- Conéctese emocionalmente con la experiencia de vida del NNA. Para esto, incorpore los distintos roles que asume en su propia vida, como lo son el ser padre/madre, hijo/hija, esposo/esposa, amigo/a, abuelo/a, entre otros.

- Reconozca y valide la experiencia de dolor y sufrimiento. Asimismo, señale que los hechos de violencia vividos nunca debieron suceder, desinstalando la culpa y reconociendo los recursos que le han ayudado al NNA a sobrellevar lo vivido.

Indicaciones generales que deben evitarse y riesgos para tener en cuenta en la práctica

- Evite utilizar tecnicismos durante la explicación de las actividades a desarrollar; en el caso de ser necesario, explíquelo claramente y dé lugar a preguntas que surjan por parte del NNA.

- Evite tratar o utilizar un lenguaje en términos de inferioridad; por el contrario, en la atención psicosocial reconozca los recursos y capacidades del NNA.

- Evite forzar al NNA a hablar del hecho de violencia vivido. Recuerde que la atención psicosocial busca mitigar los daños o afectaciones psicosociales que se mantienen en el tiempo y no en la manera en que ocurrieron los hechos victimizantes.

- No haga juicios de valor sobre lo que está bien o lo que está mal. Recuerde que esta es una reflexión que debe generar el NNA.

Recursos adicionales

Considerando que los NNA tienen diferentes formas de expresión y representación de lo vivido que no solo están en lo verbal, tenga presente que algunos niños y niñas prefieren trabajar con creaciones artísticas y simbólicas —técnicas expresivas— como el dibujo, los títeres, el juego, moldear plastilina, entre otros. Entretanto, algunos adolescentes prefieren actividades que requieren de expresión corporal —técnicas performativas— como el teatro, el baile, los juegos de roles y los juegos de superación de obstáculos, entre otros. Es importante señalar que algunas técnicas que se desarrollan en esta orientación metodológica fueron definidas por la OIM, y ajustadas a los objetivos y alcances que tiene esta Estrategia de Atención Psicosocial (OIM, 2016).

Considere alternar el tipo de técnicas cuando algún NNA no pueda participar debido a sus condiciones particulares. Por ejemplo, si en alguna sesión se sugiere trabajar con técnicas performativas y dentro de los participantes está presente un NNA con discapacidad a quien le es imposible realizar este tipo de técnicas, puede modificarla por una técnica de tipo expresivo mediante la cual podrá participar.

En estos casos, siempre deberá revisar que el tipo de técnica que incorporará facilitará la consecución de los objetivos de la sesión y es consecuente con los paradigmas epistemológicos de esta Estrategia de Atención Psicosocial: Hermenéutico y Crítico Social. Asimismo, deberá reportar en la casilla de observaciones del aplicativo web correspondiente al reporte de la sesión el motivo por el cual realizó el cambio y cuál fue la actividad alterna que desarrolló.

4.7.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un acercamiento comprensivo y respetuoso que permita un espacio de diálogo y reflexión, para identificar niveles de afectación producidos por los hechos victimizantes, reconociendo sus capacidades y recursos de afrontamiento. 2. Identificar en forma conjunta las áreas para llevar a cabo acciones de mitigación del daño psicosocial.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento, descrito en el apartado 4.1.4.

Sesión 2

objetivo

1. Generar un espacio de confianza y seguridad que permita las diferentes expresiones del daño.
2. Comprender los cambios que ha dejado la ocurrencia de los hechos de violencia.
3. Identificar expectativas de cambio que tiene el NNA.

actividades

Apertura y encuadre

Al ser este el primer encuentro de atención psicosocial después del momento de Acercamiento y Reconocimiento, es importante que el/la profesional psicosocial se presente nuevamente y enuncie que están reunidos los dos porque en la primera conversación (la del Acercamiento y Reconocimiento) se acordó con el NNA realizar un proceso de atención psicosocial, ya que se encontró que este podría ayudar a disminuir las afectaciones que el conflicto armado ha dejado en el NNA.

Desarrollo de la sesión

Para comprender los cambios que han dejado en el NNA los hechos de violencia, el/la profesional indicará:

"Sabemos que en los últimos años ha pasado por momentos difíciles y dolorosos, y también por momentos alegres y esperanzadores; sabemos que ha habido algunos cambios, por eso quisiera que en la mitad de esta hoja* dibujara ¿Qué cambios ha tenido en los últimos años? Y en la otra mitad, ¿Qué ha hecho para sobrellevar estos cambios?".

Con el fin de conocer algunas posibles propuestas de cambio, el/la profesional le preguntará:

¿Qué otras cosas podría hacer para sobrellevar estos cambios?

Le solicitará que represente con su cuerpo cómo se sentiría si llevara a cabo las cosas propuestas. Luego de la representación, podrá realizar preguntas como: ¿Le ayudaría a sentirse mejor? ¿Es posible realizar estas cosas? ¿Qué necesitaría para hacerlo?

Seguidamente y con el fin de recoger las expectativas que tiene del proceso de atención psicosocial, el/la profesional podrá preguntar:

- ¿Qué cree que vamos hablar o trabajar cuando nos reunamos?
- ¿Cree que esto que vamos a trabajar le ayudaría?

Luego de recoger las respuestas del NNA, el/la profesional señalará:

"Acá en este espacio nos vamos a reunir para dialogar, compartir, construir y reflexionar. Esto lo vamos a hacer para comprender aquellas cosas que han sido difíciles para nosotros, que en ocasiones no hemos hablado y que ahora en este espacio vamos a poder hacerlo, vamos a poder hablar, por ejemplo, del conflicto armado y de los cambios que ello ha generado, así como de nuestros sueños y deseos a futuro. Nos vamos a encontrar una vez a la semana aquí en este lugar. Nos quedan seis encuentros en los que vamos a trabajar conjuntamente".

objetivo	actividades
	Cierre de la sesión Informe la fecha de la próxima sesión y solicite que traiga o tenga en la próxima sesión una fotografía de cuando estaba más pequeño. Al finalizar, reconozca alguna habilidad o fortaleza identificada en el NNA.
Recursos logísticos	* Hoja, lápices, borrador y colores.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Reflexionar sobre las expectativas de cambio que tiene el NNA. 2. Comprender los significados que tiene el NNA frente a los hechos de violencia y cómo estos se integran en su historia personal.	Apertura y preguntas acerca de la conversación anterior. El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana. Desarrollo de la sesión El/la profesional le entregará un octavo de cartulina* y le pedirá que lo doble en la mitad. En una parte pegará la fotografía y en la otra escribirá datos de la infancia, como Mi mayor travesura, El juego que más me gusta o me gustaba, Mi mejor regalo, Mis primeros amigos, entre otras. Al finalizar el Álbum de Recuerdos, el/la profesional mirará con el NNA el álbum construido y realizará preguntas con el fin de conocerlo un poco más. Con el propósito de comprender los significados y experiencias que tienen el NNA alrededor del conflicto armado, se utilizará la técnica narrativa de Lectura de Imágenes: El/la profesional le hará entrega de una imagen** y le dará cinco minutos para que la observe detalladamente. Luego, el/la profesional explorará los significados que tiene el NNA, a través de las siguientes preguntas: ¿Quiénes están ahí? ¿Qué está haciendo cada uno? ¿Por qué lo hacen? ¿Qué están pensando? ¿Qué están sintiendo? ¿Cómo llegaron ahí? ¿Qué pasó antes? ¿Qué va a ocurrir después? ¿Por qué ocurrirá eso? ¿Qué otra cosa podría ocurrir? ¿Qué tendrían que hacer para que el final fuera diferente? ¿Hemos vivido algo similar? ¿Qué hemos hecho ante esa situación? (Grupo de Investigación en Socialización y Crianza, 2015).

objetivo	actividades
	El/la profesional le solicitará que dibuje en una hoja***: ¿Qué cosas podría hacer de manera distinta ante esa situación? Al finalizar el dibujo, el/la profesional recogerá, a través de preguntas, el dibujo realizado y la experiencia vivida durante la actividad. Cierre de la sesión Se cerrará la sesión con la técnica expresiva de Mandalas. Para ello, el/la profesional colocará en el centro diferentes tipos de mandalas****, indicándole al NNA que podrá elegir la imagen que le guste y que desee trabajar. Se dará la indicación de que el mandala sea coloreado de afuera hacia adentro, con el fin de lograr que el NNA se centre en sí mismo y se propicie un espacio de contención de las emociones.
Recursos logísticos	* Octavo de cartulina, lápices, lapiceros, colbón, cinta. ** Imagen de la película Pequeñas voces (Anexo 1). *** Hoja, lápices, borrador y colores. **** Preparar imágenes de mandalas. Existen muchas páginas en la web en donde se puede descargar. Se sugiere Escuela en la Nube: http://www.escuelaenlanube.com/mandalas-para-colorear/

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Reflexionar sobre las expectativas de cambio que tiene el NNA. 2. Fortalecer la identidad de NNA y los diferentes roles que asume en su cotidianidad.	Apertura y preguntas acerca de la conversación anterior El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana. Desarrollo de la sesión Con el fin de conocer y comprender la forma en que el NNA asume los diferentes roles de la vida y cómo estos dan cuenta de la manera como ha construido su identidad, el/la profesional le planteará la técnica performativa de Juego de Roles. Para ello, le dirá que van a representar diferentes momentos de su cotidianidad, y el/la profesional hará parte del desarrollo de las escenas. Se plantearán los siguientes escenarios, en donde el NNA elegirá el rol del/la profesional y el NNA asumirá su propio rol.

objetivo	actividades
	Primer escenario: ¿Cómo soy cuando estoy solo? El/la profesional podrá asumir un rol de ambientación del lugar. Segundo escenario: ¿Cómo soy cuando estoy con mis padres o familiares? Tercer escenario: ¿Cómo soy cuando estoy con mis amigos/as? Cuarto escenario: ¿Cómo soy cuando estoy en el colegio? Nota: Es importante que el/la profesional esté pendiente de las emociones, de las conductas verbales y no verbales y de los diálogos que surjan. Desde el rol que va a asumir el/la profesional, buque que el NNA sea muy descriptivo ante la situación. Al finalizar el Juego de Roles, el/la profesional le podrá preguntar: - ¿Qué de lo que soy cambia cuando me encuentro en estos lugares? - ¿Qué de lo que soy se mantiene? El/la profesional señalará que todo lo anterior hace parte de la identidad que tiene como NNA, y que ello permite asumir diferentes roles en la vida, como lo es el ser niño/niña/adolescente, hijo/hija, hermano/hermana, amigo/amiga, estudiante, entre otros. Luego, le hará entrega de un octavo de cartulina, el cual estará dividido en cuatro. En cada parte estará el nombre de los siguientes escenarios: Solo, Familia, Amigos, Colegio. Le solicitará al NNA que identifique cómo se siente en cada uno de estos escenarios. Nota: En aquellos casos en que el NNA no se pueda conectar con su emoción, señalará algunas emociones que logró reconocer en el Juego de Roles. El/la profesional anotará las emociones que surgen en cada uno de los escenarios y realizará preguntas que permitan recoger la actividad.
	Cierre de la sesión Le informará la fecha de la próxima sesión y reconocerá alguna habilidad o fortaleza identificada en el NNA.
Recursos logísticos	Octavo de cartulina, lápices de colores.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Reflexionar sobre las expectativas de cambio que tiene el NNA. 2. Identificar los recursos personales y familiares con los que cuenta, con el fin de fortalecer su identidad como NNA.	**Apertura y preguntas acerca de la conversación anterior** El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana.
	Desarrollo de la sesión Con el fin de reconocer y fortalecer los recursos personales y familiares, se realizará la actividad del Escudo. Para ello, el/la profesional iniciará contándole una breve historia de la Edad Media acerca de los linajes y las familias, las cuales tenían un escudo que representaba las características propias de cada familia. Le invitará a que dibuje en una hoja* su propio escudo. El NNA podrá elegir la forma, los colores y los símbolos que considere que deben estar en él. El/la profesional le solicitará identificar dos características que aprendió de su familia y dos características que son propias de sí mismo, para anotarlas a un lado del escudo. Cuando esté terminado, el escudo se colocará en el centro. El/la profesional podrá recoger la actividad con las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintió durante la construcción del escudo? ¿Qué fue lo que más le gustó? ¿Qué características aprendió de su familia? ¿Qué características identificó de sí mismo? ¿Cree que estas características lo definen como NNA? ¿Cómo podría mantener en el tiempo estas cualidades o fortalezas? ¿Sería importante fortalecer alguna? ¿Cuál? Al finalizar, el NNA elegirá un lugar en el que podrá ubicarse el escudo construido.
	Cierre de la sesión Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca algunas habilidades, recursos o fortalezas identificadas en el NNA.
Recursos logísticos	* Hoja, lápices, borrador y colores.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Reflexionar sobre las expectativas de cambio que tiene el NNA. 2. Facilitar un espacio reflexivo en torno a los deseos, sueños e intereses a futuro que tiene el NNA.	**Apertura y preguntas acerca de la conversación anterior** El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana. **Desarrollo de la sesión** Con el fin de conocer los sueños, deseos e intereses a futuro que tiene el NNA, el/la profesional le solicitará que piense: ¿Qué sueños, intereses o deseos tiene a futuro? Le solicitará que poco a poco vaya transformando su cuerpo y adoptando una imagen que le permita representar aquello que pensó. Cuando la imagen esté terminada, el/la profesional le preguntará: ¿Qué sueños, intereses o deseos a futuro tiene como NNA? ¿Qué ha hecho para lograr esos sueños, deseos e intereses a futuro? Le solicitará que suelte la imagen anterior y piense: ¿Cuál sería el obstáculo de sus sueños, intereses o deseos a futuro? ¿Qué impediría que eso fuera posible? Mientras tanto, le indicará que poco a poco vaya transformando su cuerpo y adoptando una imagen que le permita representar aquello que pensó. Al finalizar, el/la profesional podrá preguntar: ¿Cómo podría vencer estos obstáculos? ¿Qué cosas de lo que es como NNA le podrían ayudar a vencer estos obstáculos? **Cierre de la sesión** Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca algunas habilidades, recursos o fortalezas identificadas en el NNA.
Recursos logísticos	Ninguno.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Reflexionar sobre las expectativas de cambio que tiene el NNA. 2. Facilitar un espacio reflexivo que le permita al NNA la toma de decisiones frente a futuro.	**Apertura y preguntas acerca de la conversación anterior** El/la profesional saludará al NNA e iniciará la sesión recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana.
	Desarrollo de la sesión El/la profesional señalará que como en la sesión anterior se trabajó en torno a los sueños, intereses y deseos a futuro, en esta ocasión se realizará una Carta desde el Futuro. El/la profesional hará entrega de una hoja* y motivará el desarrollo de la actividad diciendo: "Vas a imaginarte que tienes 10 años más y que has podido saber qué te gustaría lograr y realizar en tu vida. En la carta vas a contarnos cómo conseguiste tener claro esto y también qué personas te ayudaron a alcanzarlo". Nota: En aquellos casos en que el NNA tenga dificultades en lectoescritura, se propone un dibujo de cómo se vería en el lapso de 10 años, con similares indicaciones. Cuando el NNA finalice la carta, el/la profesional podrá realizar preguntas como: ¿Cómo te imaginaste en 10 años? ¿Qué fue lo que más te gustó de imaginarte? ¿Qué fue lo que menos te gustó? ¿Qué lograste en 10 años? ¿Qué personas te ayudaron a alcanzarlo? ¿Qué podrías hacer de hoy en adelante para lograrlo? ¿Qué pasaría si en el camino descubres que quieres otras cosas? ¿Cómo lo manejarías?
	Cierre de la sesión Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca algunas habilidades, recursos o fortalezas identificadas en el NNA.
Recursos logísticos	* Hoja, lápices, borrador y colores.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Luego de la evaluación de resultados del proceso de rehabilitación psicosocial, el/la profesional le solicitará que dibuje, en la mitad de una hoja*, ¿Cómo se veía antes de esta atención?, y en la otra mitad, ¿Cómo se ve ahora? El/la profesional realizará preguntas que permitan recoger el dibujo realizado y la experiencia vivida durante su elaboración. Posteriormente, le solicitará que en otra hoja escriba Aquellas cosas que aprendió de esta atención. Como una forma de generar reflexión, le preguntará: ¿Qué podría hacer para mantener esos aprendizajes en el tiempo? ¿Qué aprendizajes podría compartirle a los familiares y amigos? Se realizará el cierre valorando los esfuerzos y reconociendo los recursos, habilidades y potencialidades del NNA. Indicará que ya no es tan útil este apoyo, manteniendo "la puerta abierta" en caso de ser necesario. Se realizará la despedida construyendo cada uno (NNA y profesional) un dibujo, tarjeta o carta de despedida, el cual será entregado como cierre del proceso de atención psicosocial.

4.8. Atención aNNAJ víctimas de reclutamiento ilícito en el momento de estabilización

4.8.1. Justificación

Debido a los cambios significativos que se generan en la construcción de un nuevo mundo social fuera del grupo armado ilegal, los NNAJ pueden presentar distintas situaciones y narrativas referentes a la desnaturalización y deshabituación que se genera, entre otras, respecto a su identidad, su sentido de vida, sus emociones y la toma de decisiones, configurándose bien sea como un daño psicosocial o como una apertura a la transformación. Por ello, resulta importante identificar y acordar con cada NNAJ aquellos aspectos relevantes en el proceso de atención psicosocial.

Es indispensable en el momento de estabilización identificar aspectos del mundo psicosocial del NNAJ que sea importante atender para mitigar el daño psicosocial y resignificar su afrontamiento, así como también identificar recursos desde los cuales se puedan fortalecer los procesos de tránsito y transformación, teniendo en cuenta aspectos existenciales relacionados con el ser, tener, estar y hacer.

Objetivo

- Ampliar el sentido y los significados que le otorga el NNAJ al proceso de desvinculación al grupo armado ilegal, posibilitando la activación y puesta en marcha de recursos que faciliten el tránsito en su curso de vida.

Insumos para Indicadores de proceso

- El NNAJ asume su desvinculación al grupo armado, piensa en sus nuevos roles y, a partir de allí, construye o fortalece la interacción con los otros.
- El NNAJ entiende que su paso por el grupo armado hace parte de su vida, pero no es la totalidad de su vida.

- El NNAJ expresa y maneja autónomamente emociones, ideas y comportamientos que dan cuenta de su transformación y recursos de afrontamiento.

- El NNAJ empieza a reconocer su autonomía y capacidad para tomar decisiones sobre sí mismo/a, sus relaciones y su horizonte de vida.

4.8.2. Recomendaciones generales

- Permita espacios en los cuales el NNAJ pueda expresarse libremente. No imponga ninguna actividad o temática que pueda ocasionar daño o molestia en ellos o ellas.

- Reconozca, valide y permita la manifestación emocional. Cada ser humano cuenta con repertorios distintos para expresar sus emociones, incluso aquellas que no son explícitas. Parte de nuestro trabajo es justamente facilitar el reconocimiento y expresión de dichas emociones.

- Recuerde que toda acción humana comunica algo. Interprete y comprenda el comportamiento, el discurso, las relaciones e incluso los silencios de cada NNAJ.

- Recuerde que este lineamiento es un documento orientador; realice ajustes dependiendo del contexto y circunstancias en las que se encuentra el NNAJ.

- Recuerde que no se trata de negar o juzgar las experiencias y conocimientos con los que viene el NNA, sino acompañarlo/a en la configuración de alternativas para asumir su vida según las condiciones que el contexto le ofrezca, reconociendo la importancia de su autonomía, responsabilidad y capacidad de agenciamiento.

- La necesidad de trabajar un proceso en el nivel de Consejería y apoyo, Atención terapéutica o Derivación a otros servicios debe ser acordado con cada NNA, ya que es él y solamente él quien decide realmente lo que necesita y en qué momento lo necesita. Aclare los alcances de su trabajo como profesional psicosocial y defina junto con el NNA los objetivos del proceso de atención.

- Mantenga apertura para entender que no todos los hechos que se entienden como victimizantes generan sentido de daño en los NNAJ. Además, cada ser humano configura o da significado a sus sucesos de forma distinta y en tiempos indeterminados.

- Permítase escuchar y aprender de cada NNAJ, de sus historias y los recursos que ha utilizado para afrontar los daños ocasionados durante su curso de vida.

- Trate de no repetir siempre actividades o sesiones que dieron resultado favorable en el pasado con algún NNAJ. Recuerde que cada uno de ellos es distinto y construye su proceso de manera particular. A pesar de compartir los mismos hechos o situaciones, cada uno asume una actitud distinta frente a estos.

- Los hechos victimizantes hacen parte de la vida de los NNAJ, pero no son la totalidad de sus vidas.

- Tenga clara la diferencia entre reivindicación de Derechos Humanos y posibles beneficios por pertenecer a un programa de desvinculación.

- No imponga nociones de daño. Permita que el NNAJ construya el pedido o necesidad de atención que le sea relevante y necesario trabajar.

- Dependiendo del caso y el nivel de atención, evalúe y acuerde con el NNAJ si resultará útil trabajar algunos temas de forma individual o grupal.

Principios metodológicos fundamentales para abordar este tema en particular

Se desarrollan a continuación distintas categorías transversales que buscan contribuir al fortalecimiento del objetivo general de este momento de atención, cada una de las cuales pueden ser profundizadas en la sesión según el contexto y necesidad de atención.

Las actividades propuestas en esta orientación metodológica hacen énfasis en procesos transversales relacionados con identidad, emociones, sentido de vida, autonomía, relaciones y toma de decisiones. Es importante tener en cuentas que estas categorías no son absolutas en el proceso de atención psicosocial, por lo tanto, se podrán incluir o relacionar con otras categorías que los NNAJ consideren necesario trabajar.

Acerca de la identidad

Debido al tránsito en el que se encuentran inmersos los NNAJ y los cambios de contexto en los que se relacionan, es importante tener en cuenta que empezarán a ser reconocidos y nombrados de manera distinta, generando en ellos una nueva posibilidad de cambiar/ampliar/fortalecer la percepción y sentido de pertenencia a distintos grupos sociales, culturales y/o étnicos. Esto permitirá que siga dinamizándose y construyendo su identidad, situación que puede ser asumida de manera distinta por cada uno de los NNAJ, es decir, es un proceso que puede generar crisis-angustia o apertura-posibilidad. Por ello, se busca con el trabajo en esta categoría ofrecer herramientas para facilitar la construcción de identidad, sin desconocer la ya asumida por cada NNAJ.

Esta categoría puede orientarse por las siguientes preguntas: ¿Quién soy en este nuevo contexto? ¿Cómo me ven los demás? ¿Quién era yo en el grupo armado? ¿Qué aspectos conservo y cuáles cambié de mí mismo/a para esta nueva vida? ¿Cómo me siento conmigo mismo/a? ¿Cómo acepto mi cuerpo, mis características físicas, mi sexualidad? ¿Cómo me veo en el futuro y qué necesito hacer para conseguirlo? ¿Tengo clara la fecha de mi nacimiento, mi edad? ¿Conozco mi historia familiar, de mi comunidad, las tradiciones de mi cultura o etnia? ¿Me siento parte de algún grupo étnico, social, religioso? ¿Sigo pensando que soy parte de un grupo armado?

Acerca del sentido de vida

Esta categoría pretende generar reflexión en cada NNAJ acerca de la importancia de su lugar en el mundo, de su existencia, del propósito de su vida y de la posibilidad de

ser feliz, recalcando, además, que la actitud frente a las circunstancias es netamente responsabilidad de cada uno y cada una. Para ello, es importante validar y acompañar los distintos sistemas de creencias y apoyos filosófico-espirituales, culturales y étnicos con los que el NNAJ se sienta identificado. Igualmente, esta categoría pretende abrir posibilidades de acción frente a las transformaciones y posibles configuraciones de daño, brindando herramientas para construir actitudes resilientes ante distintos hechos.

Esta categoría puede orientarse por las siguientes preguntas: ¿Cuál pude ser tu papel y aporte a la vida en este momento? Eres importante para otras personas, ¿puedes nombrar a esas personas para quienes eres importante? Por favor, recuerda y narra una situación en la que te hayas sentido plenamente orgulloso de ti mismo/a, ¿qué cualidades personales encuentras en esa historia? ¿Cómo puedes poner a prueba esas cualidades en este momento? ¿Qué motivos tienes para continuar con tu vida? ¿Qué posibilidades se han abierto para ti luego de la salida del grupo armado?

Acerca de las emociones

Las emociones hacen parte de las relaciones que entablamos los seres humanos momento a momento con los otros; facilitan la consolidación de nuevos vínculos y contribuyen con la construcción de nuevas relaciones familiares, sociales, comunitarias, entre otras. No existe acción o comunicación sin una emoción que las sustente. Por ello, resulta importante reconocer, expresar y validar las diversas emociones que afectan las relaciones consigo mismo/a y con el entorno.

El tránsito de vida propio de la desvinculación de un grupo armado puede generar distintas emociones (alegría, tristeza, temor, rabia, nostalgia, ansiedad, sorpresa, angustia, aislamiento, incertidumbre, inquietud, introversión, sobreexaltación, extroversión, etc.), que pueden o no surgir en relación a distintas temáticas o narrativas significativas para cada NNAJ. En ese sentido, es importante que el/la profesional psicosocial esté atento/a a las emociones que se manifiestan de forma explícita o implícita durante los relatos y comportamientos de los NNAJ desvinculados. Permita su expresión acompañando su reconocimiento y manejo.

Esta categoría puede orientarse por las siguientes preguntas: ¿Cuáles emociones conoces de ti mismo/a? ¿Cuál de esas emociones que conoces es más constante en tu vida? ¿Qué reacción, comportamiento o pensamiento acompaña la manifestación de esas emociones que conoces? ¿Qué cosas te hacen feliz, qué te hace reír? ¿Qué te genera tristeza? ¿Qué te da miedo? ¿Qué cosas te enojan? ¿Sientes arrepentimiento por algo? ¿Te es fácil reconocer las emociones en las otras personas? ¿Qué emociones estás experimentando luego de la salida del grupo armado? ¿Qué emociones experimentas con tus personas cercanas, amigos/familia? ¿Han cambiado tus emociones respecto a las que experimentabas cuando estabas en el grupo armado?

Acerca de la toma de decisiones

Ampliar las posibilidades de acción y reconocer los recursos de afrontamiento es uno de los logros esperados para el proceso de atención psicosocial. Este tránsito en la vida de NNAJ implica construir criterios sobre los cuales puedan tomar decisiones responsablemente, posibilitando el alcance de objetivos en el horizonte de vida de cada uno.

Esta categoría puede orientarse por las siguientes preguntas: ¿Crees que tienes la posibilidad de tomar decisiones sobre tu vida en este momento? ¿Qué decisiones importantes crees que debes tomar ahora? ¿Qué alternativas tienes? ¿Qué planes tienes luego de la desvinculación? ¿A qué te gustaría dedicarte? ¿Qué otras alternativas tienes si las cosas no salen como las tienes planeadas? ¿Qué decisiones importantes tomaste en el pasado que generaran buenos resultados? ¿Qué factores influyeron en la toma de esa decisión? ¿Qué personas se verán afectadas o involucradas por las decisiones que tomes? ¿Con quién y dónde vivirás luego de la desvinculación?

Acerca de la autonomía

En el proceso de estabilización es importante la reafirmación del ser y el hacer, trabajando la toma de decisiones consciente y autorreflexiva, teniendo en cuenta que el paso por grupos armados puede instaurar dinámicas de obediencia que limitan las capacidades generales de autorreconocimiento, autorreflexión y autodeterminación, que serán cruciales para el desarrollo mismo del proceso de atención psicosocial y para la vida del NNAJ (entendiendo que los NNAJ son los directores de su propio proceso). De este modo, es importante desarrollar actividades que fortalezcan las capacidades del NNAJ de pensar sobre su situación de vida, sus preferencias, deseos, motivaciones, ideas, emociones y creencias, al tiempo que es imperativo trabajar sobre la expresión libre de estas y su apropiación como puntos de partida para establecer vínculos con otras y otros, para construir acuerdos y para la acción cotidiana.

Para el manejo de esta categoría es necesario tener en cuenta también que los NNAJ pueden estar pasando por un momento de su curso de vida donde se encuentran al cuidado de familias, comunidades o instituciones, por lo que puede ser importante trabajar también conceptos como responsabilidad, cuidado del otro, construcción de acuerdos, negociación, interpretación, comprensión y apropiación de acuerdos de relación y convivencia.

Esta categoría puede orientarse por las siguientes preguntas: ¿Qué cosas te gustan de tu vida actualmente? ¿Qué cosas no te gustan? ¿Qué cosas te gustaría cambiar? ¿Qué crees que podrías hacer para cambiarlas? ¿Hablas con alguien sobre las cosas que te gustan y no te gustan? ¿Expresas cuando algo no te gusta? ¿Explicas por qué? ¿Expresas cuando no quieres hacer algo? ¿Explicas por qué no lo quieres hacer? ¿Construyes acuerdos con otras personas? ¿Qué tipo de acuerdos construyes? ¿Cómo cuidas tus relaciones con los demás? ¿Cómo cuidas a otras personas? ¿Qué haces cuando no estás de acuerdo con alguien o con algo?

Acerca de las relaciones

Parte significativa del transcurrir vital es el manejo de las relaciones con otros desde el ejercicio de la autonomía, el reconocimiento de los límites propios y de los demás, entendiendo que la vida, sus significados y sentidos se construyen en relación y que los NNAJ se encuentran en este proceso de manera permanente.

La construcción de relaciones es un tema fundamental que debe considerarse dentro de la estabilización. Por ello, es importante comprender, por un lado, cuáles son las relaciones

de importancia y significado para los NNAJ en el presente y, por el otro, cómo él o ella reconoce a los demás y teje sus relaciones en la actualidad, con el fin de aproximarse al reconocimiento de redes de apoyo, vínculos y duelos, así como explorar y trabajar sentidos, significados, emociones y prácticas que atraviesan las formas de relacionamiento de los NNAJ.

Esta categoría puede orientarse por las siguientes preguntas: ¿Qué personas son importantes para ti en este momento? ¿Por qué estas personas son importantes? ¿Quién eres tú para esas personas importantes? ¿Cómo son esas relaciones? ¿Cómo te tratan estas personas? ¿Cómo las tratas tú? ¿Qué has aprendido de tus relaciones con ellos/ellas? ¿Qué crees que ellos/ellas han aprendido de ti? ¿Qué personas quieres que te acompañen en este momento de tu vida? ¿Por qué? Las siguientes preguntas pueden referirse tanto a vínculos con personas cercanas como a interacciones esporádicas o con personas desconocidas:

¿Cómo te gusta que te traten? ¿Cómo tratas a los demás? ¿Demuestras a otras personas lo que sientes? ¿Qué haces cuando te sientes molesto con alguien? ¿Qué haces cuando quieres demostrarle afecto a una persona? ¿Qué haces cuando otras personas están molestas contigo? ¿Qué haces cuando otras personas te cuentan o te demuestran cómo se sienten? ¿Cómo son tus relaciones con personas que recién conoces?

4.8.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un acercamiento comprensivo y respetuoso que permita un espacio de diálogo y reflexión, para identificar niveles de afectación producidos por los hechos victimizantes, reconociendo sus capacidades y recursos de afrontamiento. 2. Identificar en forma conjunta las áreas para llevar a cabo acciones de mitigación del daño psicosocial.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento, descrito en el apartado 4.1.4.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Permitir la expresión de distintos aspectos de la identidad de los NNAJ, recordando que esta no es estable y puede dinamizarse dependiendo del contexto y el curso de vida.	**Apertura de la sesión** Puede iniciar el encuentro preguntando al NNAJ acerca de su definición de identidad, incluso ayudándole a cuestionar la idea de una identidad estática en los seres humanos. El/la profesional psicosocial puede nombrarse como punto de referencia, dejándole ver cómo su propia identidad ha cambiado con el paso del tiempo y dependiendo de los contextos en donde se desenvuelve. Invite al NNAJ a que se narre contando los cambios que ha notado en su identidad.
	Desarrollo de la sesión Proponga al NNAJ que van a construir una máscara utilizando yeso, agua y un globo, con el propósito de que el NNA le dé una identidad y cuente una historia acerca de ese personaje. Mientras le ayuda e indica cómo se construye la máscara, pueden ir dialogando acerca de aspectos constitutivos de la identidad y de cómo utilizamos metafóricamente distintas máscaras en distintos contextos. Es importante recalcar que la idea de las máscaras es una metáfora que busca generar un diálogo en torno a la manera en que construimos o pautamos relaciones con las distintas personas con quienes interactuamos. ¿En cuántos contextos te desenvuelves? ¿Cómo crees que te ven en cada uno de esos contextos? ¿Qué cambia en ti en cada uno de esos contextos? ¿Crees que los seres humanos usamos máscaras en algunos contextos? ¿Por qué? ¿Crees usar máscaras en algún momento? ¿Cuántas máscaras crees tener? ¿Con que máscara te sientes más a gusto? ¿Qué máscara te gustaría construir? ¿Tienes máscaras contigo mismo?
	Cierre de la sesión Al finalizar, reflexione frente a la idea de que las máscaras que metafóricamente usamos los seres humanos no son ni buenas ni malas, simplemente son útiles dependiendo del contexto, siempre y cuando sepamos y seamos conscientes de qué forma las usamos. Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca alguna habilidad o fortaleza identificada en el NNAJ.
Recursos logísticos	Globos, agua, gasa o yeso.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Identificar aspectos relacionados con decisiones del aquí y ahora en cada NNAJ y cómo estos se relacionan con la identidad.	**Apertura de la sesión** Inicie con preguntas acerca de las reflexiones, aprendizajes o expectativas que le dejó la sesión anterior. **Desarrollo de la sesión** Por medio de una tabla que el/la profesional psicosocial pueda dibujar en un tablero, en una cartelera o facilitar en una hoja, invite al NNAJ a pensar en los siguientes escenarios: Familia | Educación | Trabajo | Vida cotidiana | | | | Solicítele al NNAJ que pueda pensar: ¿Qué espera en cada uno de estos escenarios? Para ello, tenga en cuenta la siguiente indicación: Pensemos el futuro en dos años, ¿cómo se imagina en cada uno de estos escenarios de su vida? A partir de las respuestas, el/la profesional psicosocial puede indagar por qué el NNAJ desea eso particularmente en cada escenario y el camino que se debe tomar para conseguirlo. Resulta importante puntualizar en el cómo alcanzarlo, teniendo en cuenta la realidad del contexto y las posibilidades y recursos con los que cuenta el NNAJ. Al ser la tercera sesión, puede darse representaciones a futuro ligadas a su identidad armada o de poder. En aquellos casos en los que ocurra, se sugiere relacionar el trabajo realizado con el proceso de identidad, a través de las siguientes preguntas: ¿Por qué quisiera verse así o que eso ocurriera? ¿Hay otras alternativas? ¿Se podrían construir otras alternativas? **Cierre de la sesión** Es importante que el/la profesional psicosocial esté atento/a a reflexionar y aterrizar las ideas que los NNAJ manifiesten, evitando sobrepasar la realidad y cuidando también de no coartar las expectativas de cada NNAJ.
Recursos logísticos	Hoja o tablero o papel kraft. Marcadores.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Fortalecer recursos de afrontamiento que otorguen y generen sentido de vida para el NNAJ. 2. Generar apertura a nuevos propósitos y sentidos de vida en cada NNAJ.	**Apertura de la sesión** Se inicia con un saludo y reconocimiento apreciativo que recuerde la importancia de este espacio para el proceso del NNAJ. De igual manera, es importante preguntar qué ha sucedido desde la última sesión hasta hoy. ¿Qué aprendizajes han sido útiles?
	Desarrollo de la sesión Construyendo un árbol de sentido: Utilizando como recurso un árbol a escala dibujado en varios pliegos de papel (periódico o kraft), solicite al NNAJ que en cada una de sus ramas pegue una "hoja de sentido" (previamente, el/la profesional psicosocial deberá preparar recortes de papel que asemejen una hoja de árbol, en donde cada NNAJ debe escribir o representar algo que le dé sentido a su propia vida). Cada hoja de sentido será entendida como un aspecto que le genere motivación para proseguir con su curso de vida, por ejemplo: una persona, una situación, un recuerdo, una expectativa, una emoción, una idea que sea significativa e importante para el NNAJ y le invite a mantener la intención de mejorar día a día su calidad de vida. Al finalizar la actividad, genere reflexión a partir de las siguientes preguntas: ¿Qué podemos hacer para que este árbol siga dando frutos? Es posible que algunas ramas caigan con el paso de alguna tempestad, pero siempre renacerán, ¿qué podrías hacer para que esos frutos renazcan? ¿Qué personas te ayudan a regar todos los días ese árbol?
	Cierre de la sesión Se finaliza reflexionando frente a cómo el árbol representa su propio proceso y reconociendo los diferentes elementos que se abordaron en la actividad.
Recursos logísticos	* Hoja, lápices, borrador y colores.

Sesión 5

objetivo

1. Reconocer las emociones que experimenta el NNAJ en el momento de transición.
2. Construir relatos comprensivos de las emociones, haciendo conscientes y visibles sus relaciones con eventos, personas y prácticas.

actividades

Apertura de la sesión

El/la profesional psicosocial da la bienvenida al NNAJ, estableciendo una conversación de apertura. Esta puede orientarse a partir de las siguientes preguntas:

¿Cómo has estado? ¿Cómo te has sentido?

Puede indagar también por los eventos ligados a estas emociones:

¿Qué te hizo sentir así? ¿Qué ha pasado en tu vida desde la última vez que nos vimos?

Desarrollo de la sesión

Una vez se haya configurado un relato sobre el estado actual, proponga la construcción de una representación gráfica del relato, retomando los objetivos planteados:

1. Identificar emociones:

¿Qué emociones conoces? ¿Cuáles de ellas sientes en este momento? (en los últimos días o meses).

2. Vincular relaciones con eventos:

¿Por qué te sientes así? ¿Qué sucesos o eventos te hacen sentir así?

Pueden ser más específicas dependiendo de las emociones que se hayan identificado:

¿Qué cosas te hacen feliz, qué te hace reír? ¿Qué te genera tristeza? ¿Qué te da miedo? ¿Qué cosas te enojan?

Se sugieren recursos gráficos como:

- Collage: composición de recortes de imágenes, papeles de colores o texturas diversas que representen los tres elementos del relato.
- Mapa de relaciones: que parta de las emociones identificadas y, mediante flechas, las relacione con lugares, eventos, personas, creencias, significados, recursos.

Este producto gráfico puede funcionar como un relato para enriquecer y transformar, trayéndolo y trabajándolo en otras sesiones.

Después de que el NNAJ presente el mapa de emociones, dirija la conversación a profundizar sobre las emociones de bienestar:

¿Qué haces cuando te sientes así? ¿Cómo lo expresas? ¿Cómo lo compartes? Si es una emoción negativa, ¿qué te ha funcionado antes para sentirte mejor?

objetivo	actividades
	Cierre de la sesión Explique que las emociones son parte permanente de nuestra vida, que hacen parte de nuestras relaciones y experiencias y que es importante sentirlas y entender cómo se relacionan con lo que ocurre en nuestras vidas. Hable sobre la expresión de las emociones e indague: ¿Por qué crees que es importante expresar lo que sentimos? ¿Por qué es importante para ti? Hable también sobre los aprendizajes de la actividad: ¿Qué aprendiste sobre tus emociones? ¿Cómo pueden servirte estos aprendizajes en tu vida diaria?
Recursos logísticos	Papel kraft o cartulina, recortes de revistas, papel de colores, papel de diferentes texturas, colbón, marcadores.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Facilitar la definición de quién soy y cómo veo el mundo, a través de la reflexión y expresión de preferencias, deseos, motivaciones, ideas y creencias. 2. Establecer conexiones entre preferencias, deseos, motivaciones, ideas, creencias y la toma de decisiones para actuar, a través de la reflexión sobre la situación de vida.	Apertura de la sesión Se recomienda establecer una conversación de apertura sobre reflexiones, preguntas o aprendizajes derivados de la última sesión. Desarrollo de la sesión Puede empezar la actividad hablando sobre cómo cada persona es distinta a las demás y cada persona a pesar de sus relaciones con un contexto y una comunidad construye ideas propias sobre lo que ve, escucha o vive. A continuación, indague: ¿Qué cosas te gustan? ¿Qué cosas no te gustan? ¿Qué te gustaría tener? ¿Qué te gustaría hacer? ¿En qué crees? Formule otras preguntas que permitan establecer deseos, preferencias, creencias, ideas y lecturas propias. Después de esta corta conversación, puede hablarse sobre cómo esos elementos propios de cada quien se expresan todo el tiempo en las relaciones con los demás y en las decisiones que tomamos.

objetivo	actividades
	Posteriormente, usando una cámara (puede ser la de un celular) o a través de un dibujo, se le propone al NNAJ recorrer el lugar donde se encuentran (institución, barrio, casa) para tomar fotografías o dibujos que muestren qué le llama la atención de ese lugar, cómo vive él o ella allí, qué le gusta hacer, qué no le gusta, qué cosas son importantes de este lugar (desde su experiencia, su sentir y su mirada), qué detalles observa, etc. (todo lo que ayude a elaborar una perspectiva propia de ese sitio). Después de hacer el recorrido para tomar las fotografías o realizar los dibujos, puede sentarse con el NNAJ a revisarlas una por una y conversar sobre lo que él o ella quería mostrar o hacer visible y por qué. Es importante detenerse en la expresión de deseos, preferencias, creencias, ideas, lecturas propias y hacer énfasis en ellas para que permanezcan evidentes durante el proceso. Luego, la conversación puede dirigirse a identificar cómo estos elementos que le son propios están presentes en sus relaciones con las demás personas y en la toma de decisiones: cómo defiende y negocia lo que cree, piensa, desea, siente, quiere.
Recursos logísticos	Cierre de la sesión Para finalizar, indague: ¿Qué aprendiste sobre ti mismo hoy? Cierre reafirmando la importancia de pensar y nutrir ese universo propio que orienta el comportamiento y las relaciones del NNAJ.
	Cámara fotográfica (si no se tiene la posibilidad de acceder a una cámara, puede hacerse un dibujo del lugar).

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Favorecer el fortalecimiento de los vínculos que le son significativos al NNAJ en este momento de su vida, a través de la reflexión sobre su significado y la toma de decisiones sobre su cuidado.	**Apertura de la sesión** Se recomienda establecer una conversación de apertura sobre reflexiones, preguntas o aprendizajes derivados de la última sesión. **Desarrollo de la sesión** Inicie hablando sobre cómo las relaciones con otras personas nos traen bienestar y apoyo, y cómo también son medios en los cuales aprendemos mucho. Invite al NNAJ a pensar en: ¿Cuáles son las relaciones que le ofrecen tranquilidad, alegría, seguridad y aprendizajes? ¿Con quién o quiénes me río? ¿Con quién o quiénes me siento tranquilo? ¿En quién o quiénes confío? ¿De quiénes aprendo cosas nuevas? Elija preguntas que considere pertinentes para el NNAJ. Es importante que sitúe estas preguntas en el presente y en el contexto en el que el NNAJ está ubicado en el momento. Ahora, invítelo/a a pensar: ¿Qué han aprendido esas personas de ti? ¿Qué les gusta a esas personas de ti? Propóngale elegir una persona (entre las que se han mencionado durante el encuentro) e invítelo/a a pensar si le gustaría decirle algo en especial. Sugiérale escribirle una carta. Si el NNAJ no ha fortalecido sus habilidades lectoescritoras, usted puede cumplir el rol de escribiente mientras él o ella dictan el mensaje. Cuando haya terminado la carta, y si el NNAJ ha permitido que usted conozca el contenido, proponga una conversación sobre lo que allí dice y por qué es importante para él o ella expresarlo. **Cierre de la sesión** Pregúntele si le gustaría entregar esa carta a la persona a quien se la escribió. Es importante que el NNAJ tome esta decisión por sí solo/a, y se sugiere motivar una conversación sobre el sentido de entregar la carta a su destinatario o conservarla para sí mismo/a. Converse también sobre las expectativas al entregarla. Cualquier decisión es válida en la medida en que tenga sentido para el NNAJ. Nota: Si el NNAJ decide entregarla, en la próxima sesión invítelo/a a relatar qué sucedió, cómo se sintió y que aprendió de esa experiencia.
Recursos logísticos	Hojas de papel, marcadores, lápices, esferos.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.

5 Orientaciones metodológicas para la atención en consejería y apoyo. Técnicas individuales - grupales

5.1. Principios generales de la atención individual - grupal

Denominamos como técnica **Individual - Grupal** al conjunto de actividades en las que se emplea como recurso la conformación de pequeños grupos, como alternativa a la atención individual, que pretende promover un cambio y disminuir el malestar o sufrimiento derivado de una problemática específica, mediante algunas estrategias terapéuticas particulares llevadas a cabo con el colectivo. Aquí el foco no es la demanda o necesidad del grupo en particular, sino las identificadas como afectaciones individuales producto de los hechos victimizantes.

La relevancia de esta modalidad de atención radica en varios elementos: en primer lugar, destaca el papel de las relaciones y vínculos con otros, es decir, restaurar la confianza y seguridad en la interacción con las personas. Realzar este interés se debe a que ha sido común identificar que muchas de estas cualidades humanas (de un ser en relación) se deterioren por la violación a los Derechos Humanos.

En segundo lugar, la atención psicosocial con un fin de reparación y de rehabilitación persigue el restaurar y

fortalecer las habilidades, competencias y conocimientos que posibilitan actuar en relación con los otros, poder movilizarse en escenarios no solo de restitución de derechos, sino también de reconstrucción de los vínculos y de la vida (Villa, 2012).

Su importancia también se señala en el papel que han tenido los trabajos en grupo en la atención a víctimas. Algunas experiencias describen sus resultados en los que, si bien están construidos sobre modelos a largo plazo, destacan el rol agenciador de estas acciones en quienes han sido afectados por la violencia (Mondaca, 2002).

Trabajar en grupo parte de una forma estructurada de repetir lo que constituye la respuesta normal del ser humano ante situaciones de la vida cotidiana: comentarlo y hablarlo con aquellos que le rodean para intentar buscar opiniones, sugerencias o soluciones en común. Este proceso facilita el restablecimiento de los vínculos sociales con el descubrimiento de "yo no estoy solo(a)", cualidad que es muy poderosa dentro de un trabajo grupal. De otra parte, permite abordar temáticas en donde, por razones personales o culturales, hay dificultades para hablar de los impactos personales que deja cualquier hecho traumático.

También podemos destacar la importancia de tipo pragmático, como es la de vincular a varias personas en una acción terapéutica, que, como se ha señalado en diversos estudios, proporciona un importante efecto positivo similar a lo que ocurre en la atención individual (Fernández, Rodríguez, Muñoz & Cebolla, 2012).

Es indispensable aquí diferenciar esta modalidad de atención con la que se realiza en la estrategia comunitaria, por lo menos en los siguientes aspectos:

a. En el trabajo grupal con enfoque individual, como el que se propone aquí, la atención se dirige a problemáticas más o menos identificadas, en donde el grupo se crea para este propósito.

b. En la estrategia comunitaria, la atención se dirige es a las necesidades del grupo, que por lo general es un grupo con características preexistentes, y no siempre hay conocimiento previo de todos sus participantes.

Los espacios grupales son lugares en los que se construye un "microcosmos" en donde se van a poner en juego las formas de relacionarnos, en un ambiente "controlado", protegido por el/la profesional. Es por ello que, a partir de los fenómenos grupales como son los de pertenencia, cohesión, establecimiento de normas, diferenciación de roles, identidad, satisfacción, entre otros, se van a incentivar transformaciones en las creencias, pensamientos y acciones de sus miembros a partir de la aplicación de técnicas de tipo terapéutico de forma intencionada (Díaz, 2000; Pacheco, 2016).

Se han identificado y descrito una serie de proceso que ocurren dentro de este tipo de grupos y que promueven el cambio en sus integrantes. Reconocerlos permite al/la facilitador/a del grupo promover algunas acciones que impulsen al cambio.

Estos elementos los han denominado "Factores terapéuticos en la dinámica grupal" y fueron descritos por Yalom (1986) y Vinogradov & Yalom (1996), así:

Los Factores Terapéuticos identificados son:

Infundir esperanza

Comprende la capacidad de alentar en el grupo la posibilidad de resolver o enfocar sus problemas de una forma más favorable.

Universalidad

Involucra el hecho de comprobar que otros miembros tienen problemas y preocupaciones similares a los propios.

Información

El papel que brinda la disponibilidad de información no solo del terapeuta sino de la experiencia factual de los otros participantes, que le proveen no solo consejos sino prácticas con las que han enfrentado los problemas.

Altruismo

Es la experiencia que comprende que en el grupo sus opiniones (de los participantes) resulten de importancia y de ayuda para otros.

Experiencia emocional correctiva

La posibilidad que el participante reviva experiencias familiares con un criterio más consciente, con mediación del terapeuta.

Desarrollo de técnicas de socialización

El grupo ofrece la posibilidad de expresar su experiencia y modificar sus habilidades y actitudes con respecto a los demás. Aprendizaje de tácticas que han sido útiles a los demás y elaboración colectiva de posibles estrategias ante situaciones complejas.

Comportamiento imitativo

Posibilidad de adopción de los modos de hacer de algunos participantes influyentes del grupo.

Aprendizaje interpersonal

El participante se comprende a sí mismo a través de compartir su experiencia con los otros miembros.

Cohesión grupal

El participante se siente integrado en el grupo. Refleja el hecho de que el desarrollo personal solo puede tener lugar en un contacto interpersonal.

Catarsis

La oportunidad de alivio que ofrece al participante al poder expresar sus pensamientos y sus emociones (en particular sus sensaciones de vergüenza y culpa), sin inhibiciones a un grupo de personas.

Factores existenciales

Se promueve en el participante que sea más consciente y responsable de su propia vida (realidad). Por ejemplo, reconocer que la vida es, en ocasiones, injusta. Reconocer

que, en última instancia, no hay manera de escapar de al menos parte del dolor inherente a la vida o de la muerte.

Grupo como fuente de compromiso para el cambio[14] (Pérez-Sales, Hernangómez & Santiago, 2000).

Posibilidad que el grupo actúe como presión y/o motivador para el cambio individual.

El grupo como origen de cambio social

Posibilidad de convertir los componentes sociopolíticos en el identificador de rol social, el rol de víctima y su papel social, de ciudadanía, de sujeto de derechos.

Este conjunto de categorías permite comprender un poco más el movimiento y los procesos al interior de los grupos. Todas estas dinámicas no aparecen consecutivamente ni en todos los grupos. Existen variables en los que se aprecia o potencia algunos de estos factores. Una de ellas es el tipo de grupo en el que se desarrolla el proceso de acompañamiento. Es diferente si se trata de grupo de personas que están hospitalizadas, grupos que se reúnen con un fin de autoayuda o grupos externos. Estos últimos, como en nuestro caso, señalan que tienden a movilizarse más los procesos de universalidad, la orientación, el altruismo y la cohesión, el funcionamiento interpersonal y el autoconocimiento (Vinogradov & Yalom, 1996).

5.2. Elementos operativos de la técnica individual - grupal

El trabajo con un grupo requiere atender algunas especificidades que difieren considerablemente de la atención realizada en forma individual. Se va a señalar, entonces, lo relacionado con el papel del/la profesional, la selección de los participantes, el encuadre y la conformación del grupo. Estas recomendaciones son pertinentes a la mayoría de atenciones en este formato Individual - Grupal.

5.2.1. Papel del/la profesional

Se trata de un agente que va a mantener el grupo, va a construir una cultura grupal, con el fin de posibilitar el cambio a partir de unos conocimientos y técnicas específicas, en donde aquí, en el grupo, además de ser un/una participante más, va a estimular algunos procesos tanto de carácter individual como grupal, para incidir en temáticas que permitan resignificar, comprender y movilizar recursos para enfrentar las consecuencias de la violencia.

[14] Estos dos últimos son propuestos por Pérez-Sales en una investigación en grupos de duelo.

En el ámbito de grupo se deben atender aquellos procesos grupales señalados arriba, y que facilitan el efecto terapéutico del grupo, todo ello a partir de dos procesos fundamentales: promover una activa relación o alianza terapéutica y mantener la cohesión del grupo (Joyce, Piper & Ogrodniczuk, 2007).

El primero refiere a todas aquellas acciones, muchas de ellas descritas en la atención individual, como son la escucha activa, el manejo de silencios, las formas de conversación, las preguntas, la actitud empática y de respeto, que permiten el establecimiento de un vínculo de confianza entre el grupo y el/la facilitador/a, en donde se promueve una atmósfera de tranquilidad y aceptación para que los participantes puedan expresarse en el grupo (Miller, 2008).

Por otra parte, la cohesión refiere el proceso por el cual los participantes generan un sentimiento de vínculo entre todos, que promueve la sensación de hacer parte y estar integrado al grupo, se percibe la aceptación y el apoyo mutuo (Vinogradov & Yalom, 1996).

De esta manera, el rol del/la profesional se puede resumir en los siguientes términos (Weiner, 1996; Klein, 1996):

- Identifica e invita a los/las participantes que pueden beneficiarse del grupo.
- Informa de las características y alcances del trabajo en grupo.
- Explica el papel de la facilitación al grupo. Usted no es la autoridad que sabe todas las respuestas; su papel es el de organizar para que todos puedan participar. Todos son responsables del bienestar.
- Dirige al grupo democráticamente. Todos merecen participar.
- Propone algunas actividades para trabajar temas específicos.
- Crea un ambiente de confianza mutua y de ánimo.
- Establece límites para las discusiones y reencausa a los participantes que se salen del tema.
- Retroalimenta. Es el proceso que permite a los y las participantes ver las reacciones de los demás. Esta es una de las principales acciones terapéuticas de los grupos.
- Proporciona resúmenes que ayuden a los miembros a comprender lo que se ha expresado y ayuda a tomar conciencia de los sentimientos expresados.
- Anima a aceptar los sentimientos de los demás con respeto. Los sentimientos no son correctos o incorrectos.
- Está atento/a al propio lenguaje corporal y al de los/las participantes.
- Facilita la comunicación.
- Plantea y discute la importancia de la confidencialidad. Evocar algunos recuerdos dolorosos no es fácil y de allí la importancia de cuidar la confianza entre todos.

- Destaca la importancia de comunicar que a las personas se les acepta tal como son y que es seguro expresar sus sentimientos. No menosprecia ni ridiculiza a la gente.

- El silencio es bueno. Es importante que el/la facilitador/a no se apresure a hablar cuando hay silencio.

- Para escuchar atentamente es importante no discutir, interrumpir, juzgar o sacar conclusiones precipitadas.

- El/la facilitador/a demuestra que está tratando de entender y ayudar a la persona a aclarar y evaluar sus sentimientos.

- Presta atención a los/las participantes que quedan en silencio. Es importante observar a quienes no intervienen y su actitud. Si hay incomodidad o inquietud, puede ser útil hablar con ellos/ellas posteriormente y en privado.

- Muchas de las acciones en un grupo pueden tener un carácter didáctico y de aprendizaje; proporcione la información necesaria sobre el mundo y las formas más eficaces para afrontar sus exigencias.

- Es importante mantener una perspectiva del "aquí y el ahora", atendiendo a las problemáticas actuales en forma real y la discusión de metas en términos realizables.

Finalmente, el/la facilitador/a debe entender la importancia de familiarizarse con estas indicaciones, a fin de llevar a cabo acciones productivas, protectoras y con un propósito de rehabilitación.

Es importante atender otro principio, y es que, si bien este trabajo en grupo tiene un formato a corto plazo, por esto no se trata de acelerar procesos. Es bueno ir despacio e ir observando las respuestas que da el grupo frente a las actividades propuestas.

5.2.2. Selección de los participantes

Este es un momento fundamental y de ello depende buena parte de los resultados del trabajo en grupo. Como se describió en el apartado 3.1 sobre el procedimiento general para las Orientaciones Metodológicas Individuales, en este caso se trata de reconocer personas que durante la entrevista de Acercamiento y Reconocimiento identifiquen como tema central de sus preocupaciones la inseguridad, la baja autoestima o la necesidad de autoafirmarse para iniciar acciones (u otra problemática para lo cual se convoque un grupo), y además se observen cualidades para participar en grupo (Pacheco, 2016; Klein, 1996):

- La capacidad de una persona para tolerar un grupo y trabajar en él.

- Interés para participar en este.

- Áreas problemáticas compatibles con los objetivos del grupo.

- Compromiso para asistir.

- Expectativas de mejorar con el trabajo grupal.

- Capacidad para definir sus dificultades.
- Antecedentes de adaptación de problemas en forma eficaz.

En sentido contrario, hay algunos criterios que señalarían la no pertinencia de este trabajo para alguna persona si se observa:

- Estado de agitación o comportamientos extremos impulsivos.
- Posible incompatibilidad con otros miembros de un grupo.
- Dificultad para adaptarse a las normas del grupo.
- Temores a mostrarse en grupo.
- Uso excesivo de la negación.

En la selección y composición del grupo también se tendrán en cuenta elementos que hagan homogéneo al grupo: primero, similitud en términos de las problemáticas a abordar y, segundo, que no se evidencien contrastes muy grandes en sus capacidades cognitivas y de escolarización. Un aspecto muy importante, referido a los hechos de victimización, es procurar que el grupo lo integren víctimas de un mismo grupo armado más o menos identificado o bien sea desconocido. La experiencia ha señalado que en grupos de víctimas en donde sus victimarios han sido de diverso origen o grupos, se pueden presentar malestares, desconfianzas o confrontaciones que pueden desviar el interés inicial del trabajo en grupo.

5.2.3. Conformación del grupo

Esta modalidad de atención individual se realizará en pequeños grupos de mínimo de 5 y un máximo de 12, idealmente 10 personas. Para la conformación de grupos: en primer lugar, el equipo psicosocial y el equipo focalizador (aquel conformado para apoyar la localización e identificación de víctimas) deben haber llevado a cabo el proceso de identificación preliminar, en donde se recoja la identificación de personas y/o grupos con quienes se cuenta con interés para realizar la atención psicosocial en el periodo de tiempo definido, considerando las diversas particularidades, como son adultos, NNAJ, lideres, lideresas, personas con identidades y orientaciones sexuales no hegemónicas, etc. Una vez se tenga esta información para el contacto, se procede a establecer el plan de encuentros.

Dado que este proceso es un tanto especializado de focalización, se propone que en el periodo de implementación de la estrategia de atención psicosocial se destine el primer ciclo (periodo de atención que comprende 8 semanas) para esta ubicación preliminar de los grupos, ya que luego de la identificación de las personas o grupos, la conformación de estos es una labor que deberá realizar el

grupo de profesionales, quienes identificarán necesidades de atención y la orientación metodológica que se llevará a cabo según estas necesidades.

A partir de la información recogida por el equipo focalizador, en donde se dispone de datos de un grupo de personas víctimas (localizadas bien en forma individual o a través un grupo en particular, como asociaciones, colegios, etc.) que podrían beneficiarse de esta técnica, el equipo psicosocial procede a generar un escenario (puede ser en el lugar donde se encuentre el grupo o por invitación a un espacio en particular, etc.) en donde se pueda abrir una conversación acerca de los posibles impactos de la violencia y recursos de afrontamiento, y a partir de allí proponer alguna de estas técnicas, como también se identifiquen los/las interesados/as para conformar grupos que quieran trabajar algún tema mediante esta técnica Individual - Grupal. Los pasos pueden ser:

a. Convocar el grupo cuyo propósito es aproximarse y conocer a los interesados a este tipo de grupo.

b. Realizar la actividad para la exploración preliminar de impactos, necesidades y recursos de afrontamiento, a partir de una conversación abierta en donde se conducirá de la siguiente forma:

"Mi nombre es _____ y hago parte de los equipos de atención psicosocial del Papsivi, que en este municipio realiza atención a las víctimas del conflicto armado. Y estos equipos pertenecen a la Secretaría de Salud de (departamento).

La forma como se lleva a cabo esta atención es mediante acciones de atención individual, familiar y comunitaria, en donde, además de estas actividades, se han diseñado unos procedimientos para realizar atención a pequeños grupos, particularmente en algunos temas que posiblemente pueden ser de interés para algunos de ustedes.

Es por ello que ustedes fueron convocados, porque conocemos que hay una historia común de muchos hechos derivados de la violencia en donde consideramos que podemos brindarles algunas forma de ayuda mediante el trabajo en grupos.

(Llevar a cabo una ronda de presentación de los asistentes)

Ahora, y para conocerlos y conocerlas un poco mejor, ¿en qué forma han sentido ustedes qué más los ha afectado la violencia? ¿Cómo se nota esto en las personas? ¿Qué cosas hacen las personas para manejar estos problemas?

(Se recogen algunos comentarios de los participantes)

Con lo que ustedes me cuentan, por ejemplo, podemos llevar a cabo reuniones en donde se trate el _____(Nombre de la orientación Individual - Grupal)_____, en el que hemos encontrado

importante apoyar a las personas para ____(objetivos de la orientación)_____.

Es así como, a partir de nuestra experiencia de atención, vemos que también las personas sienten que… _____ o tienen dificultades para… _____. En este caso, el/la facilitador/a en grupo ayuda a… _____".

c. Identificación de temáticas centrales frente a las necesidades de atención. A partir de estas temáticas, el equipo psicosocial convocará a las personas a la primera sesión de acercamiento y reconocimiento grupal.

(Continuación de la conversación con el grupo…)

"Para que esto funcione, es importante que se lleven a cabo algunas sesiones, pues en un solo encuentro no se puede lograr todo esto, para eso se han propuesto que se realicen ocho encuentros grupales.

Entonces, ¿a quiénes les interesa participar en estos grupos? ¿Y en qué temas?

(Se irán listando los temas y el número de interesados. Hay que recordar que en promedio se espera que sean entre 8 y 12 personas en el caso de Jóvenes y Adultos y entre 8 y 10 personas para el caso de NNA. Así, se definirán los grupos a trabajar).

Entonces, con ustedes __(se identifica el número de personas)___ nos reuniremos para comenzar la atención el _(día)_ hacia las _(hora)_ en _(lugar)".

Una vez concluido este procedimiento, se continuará, en la primera sesión, con el proceso de Acercamiento y Reconocimiento grupal.

d. En el caso de la atención a NNA, se debe convocar a esta sesión, además de los NNA, a su familiar, cuidador o defensor de familia. El primer momento de la sesión estará dirigido a los familiares, cuidadores o defensores de familia, con el propósito de identificar algunos aspectos relevantes de la atención al NNA, y el segundo momento estará dirigido a los NNA y familiares, cuidadores o defensores de familia, con el fin de construir de manera conjunta el contexto de la atención.

La oferta de tipos de grupos se realizará a partir del conjunto de temáticas, preparadas para la atención Individual - Grupal (y considerando las diseñadas para NNA), independientemente de los hechos victimizantes que originaron afectaciones.

Los temas para trabajo en técnica Individual - Grupal son:

- Fortalecimiento y desarrollo de autoestima en grupo.
- Grupos para el fortalecimiento en solución de problemas.
- Grupos para el desarrollo de proyectos de vida.
- Comprensión grupal del conflicto armado y reconstrucción de memoria en NNA.
- Atención grupal para la resiliencia con mujeres lideresas.
- Atención grupal para el empoderamiento de personas con identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas.
- Grupo para el desarrollo de estrategias para afrontar del miedo.
- Grupos para el enfrentamiento de pérdidas.
- Atención grupal para el manejo de emociones en NNA.

Para adoptar esta mecánica de identificación y conformación de grupos, es necesario que:

a. El/la profesional esté familiarizado/a con los objetivos y acciones de cada una de las técnicas Individuales - Grupales.

b. Se realice un proceso de identificación de los grupos a los que se les podría proponer esta alternativa, y así presentar aquellos que sean más pertinentes (por ejemplo, en las organizaciones femeninas, el tema de fortalecimiento a lideresas; en grupos más heterogéneos, ofrecer temas más globales como solución de problemas y reconstrucción en proyecto de vida).

c. Tener siempre presente los criterios mínimos para que una persona pueda participar y beneficiarse de esta técnica:

- Capacidad para tolerar un grupo y trabajar en él.
- Interés para participar en el grupo.
- Áreas problemáticas compatibles con los objetivos del grupo.
- Compromiso para asistir.
- Expectativas de mejorar con el trabajo grupal.
- Capacidad para definir sus dificultades.

d. No se recomienda este trabajo cuando se observe:

- Estado de agitación o comportamientos extremos impulsivos.
- Posible incompatibilidad con otros miembros del grupo.

- Dificultad para adaptarse a las normas del grupo.
- Temores a mostrarse en grupo.
- Uso excesivo de la negación.

e. Esta técnica Individual - Grupal requiere que el grupo sea cerrado, es decir, que a lo largo de todas las sesiones permanezcan los mismos participantes, en donde se recomienda admitir nuevos integrantes máximo en la segunda sesión grupal.

f. En el momento de presentar las orientaciones con las que se puede trabajar, es indispensables que, además, se identifiquen algunos de sus objetivos y se puedan ilustrar los beneficios de estos temas mediante ejemplos.

g. Recordar que para ofertar el trabajo con NNA se debe realizar una reunión informativa previa con los adultos cuidadores, como se describió arriba.

h. Una vez se defina el o los temas, se realizará una lista de los/las interesados/as y se confirmará que todos y todas estén registrados en el RUV.

i. A partir de esto se irán convocando las personas para realizar el respectivo Acercamiento y Reconocimiento en forma grupal, de acuerdo con la planeación establecida.

j. Tenga en cuenta que para el desarrollo de la modalidad Individual - Grupal es indispensable que el lugar en donde se vaya a realizar este trabajo sea céntrico y de fácil acceso mediante transporte público.

5.2.4. El encuadre

Refiere a todas las acciones que se realizan para favorecer la instalación de un grupo y permitir su funcionamiento. Concierne a la información previa, el establecimiento de normas mínimas, el lugar y la frecuencia de encuentros.

Información previa

En el momento en que se decide que una persona podría beneficiarse de una atención en grupo, durante el proceso de Acercamiento y Reconocimiento se le planteará esta opción, informando:

"Un trabajo en grupo tiene el propósito de compartir con otras personas, que sienten preocupaciones similares, las experiencias frente a ellas, poder conocer el manejo que otros han hechos de estas dificultades. Dentro del grupo también realizaremos algunas actividades (como discusión alrededor de textos, ejercicios, juegos de roles) que nos

ayuden a encontrar las mejores alternativas para enfrentar lo que a cada uno le ocurre.

Estas reuniones tendrán una duración entre una y media a dos horas, esperamos reunirnos cerca de ocho ocasiones, por lo que es importante asistir a todas las que se programen.

Durante las reuniones, cada cual participa cuando lo estime conveniente. También en silencio podemos aprender muchas cosas de lo que se discute en grupo".

Normas para el funcionamiento del grupo

Por lo general, estas se discutirán en grupo, durante el primer encuentro; sin embargo, se sugieren las siguientes:

- Libertad de expresión: Todos están en libertad de quedar en silencio, pero a todos se les anima a participar.
- Respeto por los demás.
- Confidencialidad.
- No se juzga ni se critica a nadie.
- Respeto en las intervenciones. Callar aspectos íntimos que puedan incomodar a otros.
- Respeto por la confidencialidad e intimidad. Evitar divulgar los temas o problemas de otros discutidos en el grupo.
- Igualdad.
- Respeto por los aspectos culturales. Ciertas tradiciones y creencias influyen en la forma de expresar las emociones.
- Puntualidad.
- Manejo de los celulares.
- Si es necesario, algunas pautas para mantener cuidado el lugar de reunión.
- Si es el caso, señalar también la importancia de evitar, durante el tiempo que duren las sesiones, las relaciones afectivas entre los participantes.

Duración, frecuencia y lugar de encuentros

Las orientaciones Individuales - Grupales se han diseñado para ser realizadas en un periodo de 90 a 120 minutos. Se propone un total de 8 sesiones, que se realizarán en forma semanal.

El lugar debe ser cómodo para un máximo de 12 personas, ventilado, con buena iluminación y lo suficientemente privado para dar intimidad al grupo. Asimismo, que ofrezca seguridad, control y tranquilidad para los participantes.

Se dispondrán sillas individuales que serán organizadas en círculo para que todos se puedan ver y escuchar apropiadamente.

5.2.5. Indicaciones generales que deben evitarse y riesgos para tener en cuenta en la práctica

Se deberán atender todos los elementos que puedan ocasionar malestar, riesgo de revictimización o maltrato. Por ello, atienda lo siguiente:

- Tenga en cuenta que algunos temas que se traten en los grupos pueden generar de nuevo victimización o revictimización en alguno(s) los participantes, al escuchar de nuevo experiencias dolorosas de otros. Se requiere, entonces, atenta observación del grupo.
- Evite dejar temas abiertos, sin concluir, cuando no se conoce bien el procedimiento.
- Cuando no se aclara el propósito del trabajo grupal, puede ocasionar desmotivación o abandono del grupo.
- Cuando no se conoce bien el grupo previamente, se pueden generar conflictos, resistencias y desmotivación.
- Las diferencias entre los participantes, la competitividad y las envidias pueden ocasionar obstáculos en el proceso grupal. Por ello, es necesario identificarlas y abordarlas oportunamente.
- El hecho de que las temáticas se centren en el presente principalmente puede hacer que se adopte una postura "cómoda" por cuanto no se hacen esfuerzos por entender la relación y efectos de acontecimientos y experiencias pasadas con las actuales.
- Un grupo cerrado puede generar dependencia.
- La intensidad de sentimientos experimentados en las reuniones puede llevar a la idealización del grupo y del/la facilitador/a.
- Pueden presentarse dificultades en el mantenimiento de las reuniones acordadas por factores de los miembros del grupo (abandonos, enfermedad, transporte, razones económicas), contextuales (posibles riesgos, seguridad, invierno, etc.), disponibilidad de lugar, políticas institucionales, etc. Anticipe medidas alternativas al respecto.
- Finalmente, para evitar las ausencias y asegurar la participación de todos los convocados al grupo, es recomendable que el/la facilitador/a haga llamadas a los integrantes del grupo, máximo dos días antes, para recordar la fecha y el lugar del encuentro.

5.3. Acercamiento y reconocimiento mediante técnica individual - grupal, dirigido a jóvenes y adultos

Para este tipo de técnica es necesario tener en cuenta los mecanismos por los cuales se va a convocar el grupo. En primer lugar, el equipo psicosocial debe haber llevado a cabo un proceso de focalización y de preselección de

personas o grupos, que a criterio del equipo puedan beneficiarse de esta técnica, considerando las diversas particularidades, como son adultos, jóvenes, NNA, líderes, lideresas, grupos de identidades y orientaciones sexuales no hegemónicas.

Una vez se tenga esta información para el contacto, los miembros del equipo se dirigirán a estos grupos y se procederá a generar un escenario en donde se puedan ventilar posibles impactos de la violencia, se oferten algunas temáticas que por el conocimiento del grupo puedan ser de utilidad y, a partir de allí, se identifiquen las y los interesados para conformar grupos que quieran trabajar algún tema con esta técnica Individual - Grupal.

Finalmente, una vez se definió el grupo y se acordó la técnica en particular que se abordará, se procede entonces a llevar a cabo este momento de Acercamiento y Reconocimiento, cuyo propósito es identificar afectaciones, daños y mecanismos de afrontamiento de los participantes, así como fortalecer el beneficio que puede traer el llevar a cabo el desarrollo de la orientación elegida.

5.3.1. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Abrir la entrevista y establecer confianza.	**Presentación del/la funcionario/a:** Se presenta y se indica, además del nombre, su rol y entidad a la que pertenece. Recuerde la forma como conoció y convocó al grupo. Si es necesario, presente alguna identificación que lo/la acredite como tal.
2. Establecer el propósito de la conversación.	"Este trabajo, como lo explicamos en días anteriores, hace parte de las acciones de atención psicosocial dirigidas a disminuir los efectos que ha dejado la violencia, y de esta forma pretende una acción reparadora y de rehabilitación frente a los dolores ocasionados. Para ello nos reunimos y vamos a hablar de muchas cosas que nos pueden ayudar y hacernos sentir mejor".
3. Establecer el consentimiento informado.	Siguiendo los apartados de la ficha de registro PAP013: "Antes de continuar, es importante que ustedes estén de acuerdo en lo que vamos a realizar; por ello voy a explicar un poco más de qué se trata y después, como parte del acuerdo, firmarán el consentimiento informado".

objetivo	actividades
	Se lee y explica el consentimiento de formato individual y se circula la hoja para firmar el Formato de Acercamiento y Reconocimiento. Se hace la presentación de los participantes.
4. Recoger los datos de identificación.	Se diligencia el apartado I. Datos de identificación del grupo: Se anotará un nombre que distinga al grupo y, mediante la Ficha General de Asistencia PAP030, se irá recogiendo la información allí solicitada. Nota: Es importante informar que durante la conversación tomará algunas notas para asegurarse de recordar lo que cada uno dice, añadiendo que esto no quiere decir que no esté atento/a a la conversación.
5. Identificar afrontamientos.	En la Ficha de Acercamiento y Reconocimiento se encuentran las preguntas orientadoras de aquí en adelante. II. Comprensión de los recursos de afrontamiento: "… De acuerdo a lo que hablamos en el momento en que nos conocimos, sabemos que ustedes hacen parte del grupo de víctimas afectadas por el conflicto y acogidas por la Ley de Víctimas. Con el interés de comprender mejor y ver de qué manera les podemos apoyar, quiero que me cuenten: ¿Qué les ha permitido seguir adelante desde que ocurrieron los hechos de violencia? ¿De qué se sienten orgullosos cuando piensan en cómo han afrontado el sufrimiento producido por el conflicto armado? Se recogen algunas frases que ilustren las ideas expresadas. Anime la conversación identificando los aspectos de sí mismo/a que ayudan (el ser), las acciones que ha hecho (el hacer), los elementos de que dispone y tiene para afrontar (el tener) y aquello del lugar en que se encuentra que le ha ayudado (el estar). Motive la participación espontánea y anote los comentarios particulares en la tabla Descripción General de Recursos, Afectaciones y Expectativas.

objetivo	actividades
6. Identificar y comprender impactos.	III. Afectaciones psicosociales identificadas: "Hablamos acerca de la forma como ustedes han enfrentado las dificultades. Ahora les pregunto: ¿De qué manera se dan cuenta que el sufrimiento por lo que ocurrió aún está presente? ¿Ello les motivó a participar en este grupo?". Para tener en cuenta al abordar este apartado Observar los cambios que se pueden presentar en el momento de hacer memoria de los hechos. Preguntar cómo se siente al hablar de ello. Si la persona lo desea, se pueden suspender estas preguntas. La persona puede estar en libertad de continuar o no. No obstante, es útil reconocer el esfuerzo y valor para narrar lo sucedido. Preguntar sobre los hechos victimizantes no se dirige a la recolección de información para un ámbito jurídico; no se trata aquí de cuestionar la veracidad o no de los hechos. A veces pueden observarse confusiones en la narración, lo que da cuenta más es del estado emocional en que se encuentra. Las víctimas en general pueden hablar de lo ocurrido, y estas acciones pueden tener una importante función de alivio si se conducen en forma comprensiva y respetuosa. Algunos de los hechos victimizantes narrados por las personas pueden involucrar información muy confidencial, por lo que es necesario atender esta privacidad. Fomente la sensación de privacidad y reserva. No se puede establecer una relación lineal causal entre los acontecimientos violentos y los deterioros y vulnerabilidades identificadas. Recuerde que, en muchas ocasiones, las víctimas necesitan ser escuchadas en SU verdad y que sean comprendidas las circunstancias en que se han encontrado. Esta disposición fortalece la confianza y favorece la restauración de la autoestima y la actitud antes a la vida. De nuevo, en cada una de estas preguntas, intente identificar los aspectos que la persona reconoce afectados de la forma de ser, lo que cambia de lo que hace o hacía, lo que se deteriora o pierde de lo que tenía (material o simbólico), y los aspectos de donde estaba o está y se entienden como deteriorados o perdidos.

objetivo	actividades
7. Definir el problema y establecer un plan de trabajo.	VI. Análisis de estrategias y acciones para la atención psicosocial: "A partir de lo anterior… (se hace un breve resumen de la conversación, destacando algunas cualidades, recursos y dificultades por las que ha pasado). De acuerdo a lo que definimos en la primera vez que nos conocimos, hay interés por que trabajemos sobre _____ (se indica la orientación elegida). ¿De qué forma creen que esto les puede ayudar para enfrentar las dificultades que mencionan? ¿De qué forma quisieran que el hablar de este tema les pudiera ayudar? Al finalizar este proceso, ¿cómo quisieran sentirse?, ¿qué quisieran estar haciendo de diferente? ¿De qué forma creen que esto les puede ayudar para enfrentar las dificultades que mencionan?".
8. Establecer el encuadre o el marco en que se realizará el trabajo.	Finalmente, se hacen las aclaraciones de lo que se va a tratar durante el desarrollo de estas sesiones, indicando alguna de sus actividades y se cierra diciendo: "Para esto nos vamos a reunir en varias ocasiones en _____ (lugar)_____, a las _____, y estoy seguro/a de que va a ser muy útil para todas y todos, ya que en forma conjunta podremos encontrar formas de enfrentar estos problemas, relacionados con nuestra apreciación personal. El plan es que en las reuniones tengamos algunas actividades que nos ayuden a focalizar unos temas, y conversemos mucho sobre ello. Finalmente, como hablamos al principio, es muy importante que puedan asistir a todas las reuniones convocadas".
9. Dar cierre al encuentro.	Se hace la despedida.
10. Hacer el resumen y registro de la información.	Concluida la reunión, se revisa y precisa la información recogida, en cuanto a Recursos, Afectaciones y Expectativas de cada uno de los asistentes. Se registra esta información en el aplicativo web dispuesto en línea, siguiendo sus indicaciones.

5.4. Acercamiento y reconocimiento mediante técnica individual - grupal, dirigido a NNA

Para llevar a cabo esta actividad, como en el caso anterior, es necesario que previamente se haya identificado y convocado el grupo con quienes ya se propuso una temática de trabajo. Para este proceso se realizarán las siguientes dos actividades:

- La primera está dirigida solo a familiares, cuidadores o defensores de familia, con el propósito de identificar algunos aspectos relevantes de la atención al NNA.
- La segunda está dirigida a NNA y familiares, cuidadores o defensores de familia, con el fin de construir de manera conjunta el contexto de la atención.

La descripción de estas actividades se desarrolla a continuación:

5.4.1. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un espacio de confianza y seguridad.	Presentación del/la funcionario/a: Se presenta y se indica, además del nombre, su rol y entidad a la que pertenece. Recuerde la forma como conoció y convocó al grupo. Si es necesario, presente alguna identificación que lo/la acredite como tal. Nota: Esta presentación se realiza en el primer y segundo momento de la sesión de Acercamiento y Reconocimiento Grupal, siguiendo la Ficha PAP013.

objetivo	actividades
2. Establecer el propósito de la conversación.	Teniendo en cuenta que esta sesión cuenta con dos momentos, se hace necesario establecer el propósito de la conversación en el primer y segundo momento, como se muestra a continuación: <u>Primer momento (se realiza solo con los familiares, cuidadores o defensor de familia):</u> "Este trabajo, como lo explicamos en días anteriores, hace parte de las acciones de atención psicosocial dirigidas a disminuir los efectos que ha dejado la violencia, en este caso en los NNA, y de esta forma pretende ser una acción reparadora y de rehabilitación". Genere preguntas que le permitan comprender qué cambios han observado los familiares, cuidadores o defensores en el NNA luego de los hechos victimizantes y el nivel de conocimiento que tiene el NNA frente a lo ocurrido. De esta manera, se podrá dar inicio al segundo momento. <u>Segundo momento (se realiza con los NNA y sus familiares, cuidadores o defensores de familia):</u> "Este trabajo hace parte de las acciones de atención psicosocial dirigidas a trabajar sobre aquello que ha sido difícil, en este caso para los NNA. Este será un espacio que busca ayudar a los NNA para que puedan sentirse mejor frente a… (se plantea el objetivo de la orientación metodológica que se va a trabajar en el grupo)".
3. Establecer el consentimiento informado.	"Dado que el NNA y su familiar, cuidador o defensor de familia han manifestado el interés de que los NNA reciban la atención por parte de nosotros, les solicitamos a los familiares, cuidadores o defensores de familia que expresen esta voluntad con la firma del consentimiento informado, que dice: (se lee el texto). Si está de acuerdo, por favor, firme aquí. A los NNA también les solicitamos que expresen esta voluntad con la firma del consentimiento informado". Se lee y explica el consentimiento informado y se circula la hoja para firmar el Formato de Acercamiento y Reconocimiento.
4. Recoger los datos de identificación.	Se diligencia el apartado I. Datos de identificación del grupo: Se anotará un nombre que distinga al grupo y, mediante la Ficha General de Asistencia PAP030, se registran los nombres y demás datos de los NNA participantes y sus familiares/cuidadores/defensores de familia. Nota: Es importante informar que durante la conversación tomará algunas notas para asegurarse de recordar lo que cada uno dice, añadiendo que esto no quiere decir que no está atento/a a la conversación.

objetivo	actividades
5. Identificar recursos de afrontamiento.	II. Comprensión de los recursos de afrontamiento: Explore las siguientes preguntas tanto con los NNA como con los adultos participantes: En los momentos difíciles, ¿Qué cosas les han ayudado a los NNA a seguir adelante? ¿Qué recursos, cualidades o fortalezas han puesto en marcha los NNA en esos momentos difíciles? Se recogen algunas frases que ilustren las ideas expresadas. Anime la conversación identificando los aspectos propios de los NNA que ayudan (el ser), las acciones que ha hecho (el hacer), los elementos de que dispone y tiene para afrontar (el tener) y aquello del lugar en que se encuentra que le ha ayudado (el estar). Motive la participación espontánea y anote los comentarios particulares en la tabla Descripción General de Recursos, Afectaciones y Expectativas.
6. Identificar afectaciones y expectativas.	III. Afectaciones psicosociales y expectativas identificadas: Explore las siguientes preguntas solo con los NNA: - ¿Qué cosas han sido difíciles para los NNA? - Desde que ocurrieron esas cosas difíciles, ¿cómo se sienten ahora? - ¿Esto fue lo que los/las motivó a participar en este grupo? ¿El poder trabajar sobre eso? Para tener en cuenta al abordar este apartado • Solo podrá referirse a los hechos de violencia en aquellos casos en los que los NNA conocen de la existencia del hecho victimizante de manera directa o en su familia. • Observe los cambios que puede presentar el NNA en el momento de hablar de lo que ha sido difícil o de los hechos de violencia. Pregunte cómo se siente al hablar de ello. Si el NNA lo desea, se pueden suspender estas preguntas; recuerde que puede estar en libertad de continuar o no. • Preguntar sobre lo que ha sido difícil o los hechos victimizantes no se dirige a la recolección de información para un ámbito jurídico; no se trata aquí de cuestionar la veracidad o no de los hechos. A veces pueden observarse confusiones en la narración, lo que da cuenta del estado emocional en que se encuentra el NNA.

objetivo	actividades
	• Algunos de los hechos narrados por las personas pueden involucrar información muy confidencial, por lo que es necesario atender esta privacidad. • Recuerde que los NNA tienen diferentes formas de expresión y representación de lo vivido que no solo están en lo verbal; por ello, es indispensable respetar sus silencios —dado que estos también comunican— y mantener el contacto visual para mostrar que su presencia es importante. De nuevo, en cada una de estas preguntas intente identificar los aspectos en los que el NNA reconoce estar afectado/a en la forma de ser, lo que cambia de lo que hace o hacía, lo que se deteriora o pierde de lo que tenía (material o simbólico), y los aspectos de donde estaba o está y se entienden como deteriorados o perdidos.
7. Establecer el plan de trabajo.	VI. Análisis de estrategias y acciones para la atención psicosocial. "A partir de lo anterior… (se hace un breve resumen de la conversación, destacando algunas cualidades, recursos y dificultades por las que han pasado). De acuerdo a lo que definimos cuando nos conocimos, hay interés por que trabajemos sobre _____ (se indica la orientación metodológica elegida). ¿Creen que esto les puede ayudar para enfrentar las dificultades que mencionaron? ¿De qué forma? ¿Existe algún tema o situación que consideren importante y que no fue hablado en esta conversación?".
8. Realizar el encuadre de la atención psicosocial.	Finalmente, se hacen las aclaraciones de lo que se tratará durante el desarrollo de estas sesiones, indicando algunas de sus actividades, y se cierra diciendo: "Para esto nos vamos a reunir en varias ocasiones en _____(lugar)_____, a las _____, y estoy seguro/a de que será muy útil para todas y todos".
9. Hacer el cierre de la sesión.	Se hace la despedida.
10. Realizar el resumen y registro de la información.	Concluida la reunión, se revisa y precisa la información recogida, en cuanto a Recursos, Afectaciones y Expectativas de cada uno de los asistentes. Registre esta información en el aplicativo web dispuesto en línea, siguiendo sus indicaciones.

5.5. Fortalecimiento y desarrollo de la autoestima y afrontamiento en grupo

5.5.1. Justificación

Los fenómenos de violencia ocasionan numerosos efectos en la subjetividad de quienes han quedado en medio del conflicto, tales como temores, aislamiento, inseguridades, experiencias que ocasionan importantes transformaciones en la forma como se relacionan las personas entre sí y con su entorno, ocasionado por un deterioro en las creencias sobre sí mismo/a y los demás (Pérez-Sales, 2006).

Los propósitos de la orientación que se propone aquí para un trabajo grupal en autoestima y fortalecimiento de recursos son similares a la propuesta desarrollada para atención individual. Sus acciones se enmarcan en el desarrollo de temáticas alrededor de las afectaciones en la autoestima, su comprensión y en la construcción de estrategias individuales, a partir de las reflexiones grupales, para reconstruir la imagen y la afirmación de sí mismo/a (Souza, 2011).

Una de las estrategias para la atención psicosocial se debe dirigir al fortalecimiento del sentido de identidad, de autonomía y de autovaloración propuesta en apartados anteriores para atención individual, y aquí se presenta como una variación de esta estrategia mediante una técnica grupal.

La atención en forma grupal pretende que algunas dificultades específicas, referentes a la autoestima y la forma de hacer frente a las dificultades, puedan ser trabajadas a partir de las dinámicas que ocurren en los pequeños grupos.

Objetivos

- Propiciar un espacio grupal para comprender y reflexionar sobre la autoestima.
- Identificar y reflexionar sobre los efectos de la violación a los DD. HH. en la autoestima.
- Identificar elementos para fortalecer la autoestima y el autoconcepto.
- Identificar y fortalecer el empleo de los recursos para el afrontamiento.
- Mejorar el autoconocimiento.
- Promover el intercambio de experiencias.

Insumos para Indicadores de proceso

- Cambios en las prácticas, acciones o comportamientos frente a sí mismo/a, con mayor decisión y real y satisfactoria autovaloración.
- Comprensión y reconocimiento de las áreas en que su estima se vio afectada por los hechos de violencia.
- Incremento en la participación espontánea en grupo.
- Informe de percepción de mayor participación social, de acuerdo con sus roles y lugar productivo y en la comunidad.

5.5.2. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio. 5. Establecer el encuadre para la participación en grupo.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento para la técnica Individual - Grupal (apartado 5.3, en donde se identificó la importancia de abordar el tema de fortalecimiento de autoestima). Si en el proceso de establecimiento de necesidades de atención se concertó la participación en el grupo, se procederá a iniciar el encuadre y la invitación, suministrando la siguiente información (ver recomendaciones generales): - De qué se trata la atención en grupo. - Cuál va a ser la participación. - Cuánto dura cada sesión, cuándo se van a reunir y cuántas sesiones tiene este trabajo en grupo. - En dónde se van a realizar las reuniones. - Se aclaran las preguntas que surjan de esto. - Finalmente, se reconfirmará su asistencia.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Hacer la presentación del proceso general.	Se abre el grupo con la bienvenida. El/la facilitador/a se presenta de nuevo. Se suministran algunas indicaciones del trabajo a realizar: "Como ustedes conocen, este trabajo hace parte de las acciones de atención psicosocial dirigidas a disminuir los efectos que ha dejado la violencia, y de esta forma pretende una acción reparadora y de rehabilitación frente a los dolores ocasionados. "Los he convocado porque en conversaciones con cada uno y cada una de ustedes hemos visto la importancia de discutir algunos problemas que son similares en todas y todos, que tienen que ver con cómo se sienten con ustedes mismos/as… Para esto, nos vamos a reunir en varias ocasiones, y estoy seguro/a de que será muy útil para todas y todos, ya que en forma conjunta podremos encontrar formas de enfrentar estos problemas relacionados con nuestra apreciación personal. El plan es que en las reuniones tengamos algunas actividades que nos ayuden a focalizar unos temas, y conversemos mucho sobre ello. Por ahora vamos a ir conociéndonos".
2. Presentar a los y las participantes.	Existen muchas formas de presentar a los y las integrantes en grupo; una puede ser con la actividad Momentos de mi Vida. Se entrega una hoja que será dividida en cuatro partes y en cada cuadrante cada quien va a dibujar una imagen que represente: 1) Una cualidad que tengo: ___. 2) Yo nací en _____, he vivido en _____ y ahora vivo en _____. 3) Algo que he aprendido de mi familia ha sido _____. 4) Para el futuro yo quisiera _____. Una vez realizada la actividad, se organizarán por parejas y cada quien le cuenta al otro lo que representan los dibujos. En plenaria, uno de la pareja presenta a la persona con quien habló y luego cambian.

objetivo	actividades
3. Establecer el encuadre del grupo.	El/la facilitador/a) expresa: "Este es un grupo en el que vamos a apoyarnos y a crecer como personas. Entonces, vamos a plantear algunos aspectos que son importantes para que sea muy útil cada día que nos encontremos: ¿Ustedes qué consideran que debemos tener en cuenta? Anime al grupo a discutir y vaya anotando las normas en una cartelera. Se sugiere revisar las recomendaciones indicadas arriba del encuadre; por ejemplo, la confidencialidad, la puntualidad, etc.). Una vez se establecen las reglas, se acuerda que estas deben acatarse en las reuniones.
4. Identificar la importancia de tratar los temas de autoestima y de afrontamiento.	Se propone un breve diálogo acerca de lo que cada quien entiende por autoestima y por afrontamiento. Se recogen las diversas apreciaciones sobre el tema y se precisa que en el transcurro de estas sesiones se abordarán algunos de los temas expuestos por el grupo y, con ello, se generarán nuevas apreciaciones de sí mismo/a para que nos sintamos mejor cada día. Si es el caso. se aclaran las razones para no abordar otros temas expuestos por el grupo, cuando no estén asociados a la autoestima o el afrontamiento, en lo posible indicando otros espacios, acciones o atenciones que podrían ser útiles para estos. Para cerrar la actividad y con el fin de afirmar nuestro deseo de ser diferentes, proponga a cada participante traer una Carta de Bienvenida al nuevo _____ para el próximo encuentro. "Se trata de escribirse a sí mismo/a una carta en la que se dará la bienvenida a esa nueva persona que es usted, que ha trabajado para ser y sentirse mejor y por eso es el nuevo/a _____. Nos vamos a imaginar que esa carta será escrita en un futuro por lo menos dos meses después de esta fecha, momento en el cual cada quien ya ha participado en este trabajo de fortalecimiento en recursos y autoestima. Por esto, le damos la bienvenida, porque el nuevo/a) ____ es diferente en cuanto ha logrado ____, ha aprendido _____, ha superado _____, es capaz de _____. Por ello, con mucho gusto le da la bienvenida, porque se va a quedar con cada uno de ustedes.

objetivo	actividades
	***(En caso de limitaciones en lectoescritura, se propone traer un dibujo de sí mismo/a, en el que se represente cómo sería esa persona nueva a quien le haríamos una bienvenida. Después de unos meses, ilustrarlo y comentar que ha logrado ___, que ha superado ___, por lo cual esa persona nueva va a quedarse con usted _____). Es muy importante asegurarse de que la indicación fue entendida, por ejemplo, pidiéndole a alguno de los participantes que le cuente a otro lo que se debe hacer. Se puede dar un ejemplo para aportar mayor claridad a la solicitud. Se hace la despedida. Nota sobre el registro Para registrar las actividades realizadas en esta modalidad, se dispone de la Ficha PAP014 Registro Sesión Grupo, en la que se anotará: 1. Asistencia y firma de los participantes. 2. Actividad general del grupo. 3. Forma en que se caracterizó la participación de cada y cada una uno de los asistentes. Posteriormente, cargue estos registros en el aplicativo como una atención individual para cada uno de los participantes del grupo. Aquí no se registrará como atención comunitaria, sino como sesión individual de atención o de cierre según el caso.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Revisar la "tarea".	Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se explora quiénes realizaron la Carta de Bienvenida y se les invita a exponer las sensaciones e ideas que motivaron su elaboración. Aborde también a quienes no la realizaron indagando las razones. Consulte quiénes quieren compartir la carta al grupo y motive la lectura. Anime a identificar elementos que aspiramos a fortalecer en nuestra autoestima. A quienes no desean compartir la lectura se les pregunta sobre los elementos que descubrieron en este ejercicio. Finalmente, solicite guardar y conservar este material en un lugar seguro, ya que más adelante se volverá a trabajar con ella.
2. Reconocer la importancia de la autoestima.	Se motiva la discusión a partir de las siguientes preguntas: ¿Por qué es necesaria la autoestima en las personas? ¿Cómo hacemos para enfrentar las situaciones difíciles? ¿Qué les puede pasar a las personas que no tienen autoestima? Recoja las ideas principales, claves y comunes en un papelógrafo o en tarjetas para hacerlas visibles en la pared.
3. Identificar comprensiones de autoestima.	"A partir de lo escrito, ¿qué entendemos por autoestima? ¿Cómo entendemos los recursos personales?". Retome los conceptos del grupo y proponga algunas definiciones (el nivel de especificidad depende del tipo de grupo). Se puede sugerir: "La autoestima es la forma de percibirnos a nosotros mismos, es el valor que nos damos a nosotros mismos, es el valor personal o cómo nos sentimos acerca de nosotros mismos". Nota: La conceptualización del "sí mismo" tiene amplia discusión y modelos de interpretación; es importante consultar algunas fuentes para apoyar estas discusiones. Por ejemplo, Pervin (1998) y Carver & Scheier (1997).

objetivo	actividades
4. Recoger elementos comunes y elaborar síntesis.	"Voy a pedirles que preparen una pequeña caja o sobre grande, cuaderno o lo que quieran y lo decoren, pues allí vamos a ir guardando las notas y reflexiones de estos encuentros. Este será un Botiquín para el Corazón (u otro nombre que haga alusión a ello), ya que nos va a ayudar cuando nos sintamos mal o tristes por algo o tengamos dificultades con alguna emoción". Se realiza la síntesis y se hace la despedida.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Iniciar el encuentro y reflexionar acerca de la tarea.	Se da la bienvenida. Se realiza una breve síntesis de la sesión anterior, destacando las apreciaciones de cambio de todos y todas y la comprensión de la autoestima. Se comparte el ejercicio del Botiquín para el Corazón y se anima a los que no lo hayan podido elaborar. "En este botiquín vamos a ir guardando nuestros mensajes y reflexiones. Quiero que allí conserven lo que hemos hecho hasta hoy: el dibujo de presentación (sesión 2) y la Carta de Bienvenida (sesión 3)".
2. Identificar afectaciones en autoestima derivadas por la violencia.	"Como ustedes lo han vivido, la violencia del conflicto armado ha ocasionado muchos daños en todos los aspectos. Por eso, hoy hablaremos sobre cómo la violencia nos ha afectado en la vida y nuestra autoestima. Para esto, cada uno/a va a realizar un dibujo de sí mismo/a en una hoja o cartulina (puede ser tamaño carta o cartulinas de 1/8), en la que contarán gráficamente cómo eran antes y en otra cómo se sienten ahora en su autoestima (es necesario disponer de suficientes lápices y colores)". Una vez el grupo ha terminado, se procede a que cada quien comparta su trabajo (es importante centrarse en las afectaciones, NO necesariamente en la historia o hechos de victimización. Es posible que inevitablemente se mencionen los hechos, pero se debe atender a que se refieran las afectaciones en su ser, en el hacer).

objetivo	actividades
3. Destacar recursos de afrontamiento empleados.	A medida que se van narrando los efectos en la autoestima, pregunte: ¿Qué se ha hecho frente a ello? ¿Con quién o quiénes ha contado? Se busca, además, destacar las capacidades que cada quien ha tenido para hacer frente a ello y hoy las puede contar.
4. Ejercitar el autorreconocimiento: Tarea: Tres preguntas.	Para finalizar, agradezca por la confianza en compartir estas experiencias que denotan los valores y fortalezas de cada uno y cada una. "Con el fin recordar que los logros y cualidades las vivimos todos los días, les quiero proponer lo siguiente: De hoy hasta la próxima reunión, al finalizar su día, cada quien va a reflexionar o pensar sobre tres preguntas (Beyebach & Herrero de la Vega, 2014): 1. ¿Qué pequeña cosa he hecho hoy de la que estoy satisfecho/a? (por ejemplo, me puse un vestido bonito, salí a tiempo para el trabajo, preparé un plato que me gusta…). 2. ¿Qué pequeña cosa ha hecho hoy alguien conmigo por la cual me siento satisfecho/a o agradecido/a? ¿De qué forma mi reacción hace que se vuelva a repetir? (por ejemplo, me saludaron, me indicaron qué hacer, me sonrieron… y mi respuesta fue de sonrisa, agradecimiento, hice lo mismo, etc.). 3. ¿Qué veo a mi alrededor hoy por lo que me siento satisfecho/a o agradecido/a? (por ejemplo, que dispongo de una habitación, tengo ropa, alimento, etc.). Este ejercicio busca identificar momentos que nos hacen sentir satisfechos, bien, cómodos, tranquilos, no pretende que sean momentos de gran felicidad o placer; simplemente, se trata de detectar cosas pequeñas. Antes de terminar, quiero que me cuenten cómo entendió esto cada uno/una y me dé un ejemplo". Una vez escuchados algunos ejemplos, no necesariamente de todos, se hacen las precisiones del caso y se hace la despedida.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Revisar alcances de la "tarea".	Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Explore quiénes realizaron la tarea de las Tres Preguntas y motive a exponer las sensaciones e ideas que les produjo. Aborde también a quienes no la hicieron, indagando las razones. Consulte quiénes quieren compartir las cosas que los/las hizo sentir bien y anime a identificar elementos que fortalecen nuestra autoestima. Solicite escribir en una hoja enséñalo aprendido con este ejercicio y pida que sea guardado en el Botiquín para el Corazón.
2. Fortalecer autoconocimiento.	Se puede continuar señalando: "Nunca acabamos de conocernos. El conocimiento es un proceso que nos permite apreciar los logros y experiencias del pasado y aprovecharlas en el presente. Conocernos implica aceptar los aspectos positivos y negativos y de esta manera vernos en un continuo crecimiento. Por ello, vamos a trabajar con las siguientes preguntas, primero en forma individual (se puede preparar una hoja con estos textos impresos): 1. ¿Qué le gusta de sí mismo/a? ¿Por qué? 2. ¿Qué le gusta o valora de otra persona? ¿Por qué? 3. ¿Cuál considera que ha sido la mayor alegría en su vida? 4. ¿Qué cualidad es la que otros admiran o reconocen de usted? 5. ¿Qué cualidad o cualidades tiene que le han permitido ayudar a otros? 6. ¿Qué tan importantes han sido sus creencias religiosas para su vida? 7. ¿Qué tan satisfecho se siente hoy con su vida? 8. ¿Qué considera que es lo mejor de usted en las relaciones afectivas o de pareja? 9. ¿Qué cualidades tiene que le han ayudado a enfrentar los problemas? 10. ¿Qué cosas le gustaría hacer y raramente hace?". Después de esta reflexión, se hace una plenaria grupal para compartir algunas preguntas, de acuerdo con las que hayan llamado la atención del grupo.

objetivo	actividades
3. Elaborar síntesis y hacer cierre de sesión.	Antes de cerrar, se pide escribir en una hoja "Una cosa que hoy aprendí de mí mismo/a", la cual se guardará en el Botiquín para el Corazón, junto con las respuestas al cuestionario de la presente sesión. Se hace la despedida con una síntesis del trabajo de la sesión.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Fortalecer autoestima.	Se da la bienvenida y se hace un resumen de lo realizado la sesión anterior, destacando el proceso de autoconocimiento. "A partir del trabajo de la sesión anterior, se plantean las siguientes preguntas (considerar estos aspectos en términos reales de lo que cada quien es o se percibe): 1. ¿Qué aspectos tengo como cualidades que quisiera fortalecer? _____ _____ 2. ¿Por qué esto es importante?_____ 3. ¿Qué aspectos o cualidades quisiera desarrollar? 4. ¿Por qué razón? _____ 5. ¿De qué forma puedo hacer más cosas que sean gratificantes (que enriquezcan mi autoestima) para mí?". Después de la reflexión personal, realice una plenaria para compartir estas aspiraciones. Elija algunas y delimite, mediante el diálogo con el grupo, qué se puede hacer para alcanzar estas metas.

objetivo	actividades
2. Proyectar cambios.	"Con base en las preguntas anteriores, vamos a discutir qué pasos es necesario realizar para alcanzar estas metas: Es importante considerar las siguientes pistas que pueden ayudar para concretar aspiraciones y fortalecer la autoestima. 1. Que sea real, alcanzable. Identifique una meta que se sea posible llevar a cabo en realidad en las condiciones en que se encuentra cada persona. 2. No se puede alcanzar todo de una vez, dividir. Pensar en pequeños logros. Los propósitos no se alcanzan todos de una forma global total. Es bueno pensar en pequeños logros y por ello puede ser útil descomponer en pequeños pasos. 3. Escribirla. Muchos recomiendan incluso con gran detalle. 4. Leerla diariamente. 5. Qué se necesita para alcanzarla. Útil es pensar en lo que se requiere para alcanzar esta meta, con qué, con quiénes, etc. 6. Compartir estas iniciativas con otros puede ayudar a mantener la motivación. 7. Revisar logros. Una vez se inicia la acción, revisar lo que se ha ido alcanzando. 8. Aceptar como vienen las cosas y asumir responsabilidades. 9. Sea paciente. Los esfuerzos requieren de tiempo 10. Fechas. Planear fechas ayuda a organizar los pasos a seguir. 11. Considere posibles obstáculos. Qué puede presentarse para prepararse frente a ellos". A partir de estas ideas se puede considerar una proyección a los cambios. Discuta estos elementos en el grupo y apoye iniciativas para planear acciones dirigidas a los aspectos que se pueden fortalecer o desarrollar. Se plantea, entonces: ¿Qué es lo que cada uno/una cree que ha podido realizar para dentro de ocho días? Cierre la sesión con la reflexión "hoy he aprendido de mí que…" y solicite que sea guardada en el Botiquín para el Corazón.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Identificar logros personales.	Dé la bienvenida y explique el objetivo de la sesión: "El trabajo de la sesión se va a centrar en compartir las acciones que cada uno/una ha realizado en función de sus iniciativas. ¿Que se ha alcanzado?, ¿qué se hizo?
2. Valorar metas y logros alcanzados.	Reconozca el esfuerzo a partir de la exposición de las acciones iniciadas. Anime al reconocimiento mutuo dentro del grupo. Destaque las fortalezas y recursos personales.
3. Reconocer acciones para el mantenimiento de cambios.	"Es momento de ir continuando solos y solas, por lo que vamos a señalar y destacar en qué se va a poyar cada quien (sus recursos y cualidades) para mantener estos cambios". Se hace una ronda para discutir lo anterior en grupo. Anime a que haya intercambios mutuos acerca de los recursos y fortalezas que cada uno/una ve en los otros.
4. Elaborar síntesis y acordar última reunión.	Se realiza una síntesis del trabajo de la sesión y se programa una sesión de cierre. Recuerde al grupo traer el sobre o caja donde han ido acumulando las frases y cartas a lo largo del trabajo grupal.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Hacer seguimiento y mantenimiento de cambios.	Dé la bienvenida al grupo y evalúe las metas que se habían propuesto y que se han alcanzado, atendiendo también a las sensaciones, sentimientos y, en especial, cómo otros han notado los esfuerzos de cada uno y cada una. Motive la relectura de la Carta de Bienvenida escrita en la segunda sesión y promueva la discusión en el grupo respecto a lo que le sugiere esta carta. Se puede incluir también como trabajo individual releer las notas y frases elaboradas a lo largo de las sesiones, que fueron guardadas en el Botiquín para el Corazón.

objetivo	actividades
2. Realizar la evaluación final.	Se valoran los logros personales y se plantea cómo mantener lo alcanzado. "El Botiquín para el Corazón lo construimos como un apoyo y una ayuda para que lo miremos y consultemos cuando sintamos que estamos agotados o que nos faltan fuerzas… Aquí está todo lo que cada uno y cada una es, con sus fortalezas, ánimo, reflexiones, etc., que están ahí para ayudarnos". Se lleva a cabo una evaluación del proceso grupal a lo largo de estas siete sesiones, en donde se señale qué se ha logrado. Puede realizarse en forma escrita o verbal. Es importante precisar cómo se sentían antes de las sesiones y cómo se sienten ahora (este proceso puede realizarse en forma individual solamente, y si se cuenta con tiempo y disposición del grupo, realizarlo en forma colectiva). Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.
3. Realizar el cierre del proceso.	Ritual de despedida El propósito es marcar el cierre del trabajo, facilitando la transición de despedida y de autonomía que cada uno/una tiene. Se propone esta actividad (se puede variar por otras actividades con el mismo propósito): Regalo de Elogios Cada participante se quita un zapato y lo pone en el centro del círculo del grupo. Posteriormente, en un cuarto de hoja, cada uno/una le va a escribir un elogio, un reconocimiento, a cada dueño/a de los zapatos. Al final, quien quiera compartir lee los elogios. Realice la despedida final.

5.6. Grupo para el fortalecimiento en solución de problemas

5.6.1. Justificación

Se ha señalado reiteradamente la forma como la violencia emanada del conflicto armado interno afecta la subjetividad individual y colectiva en diversos órdenes: la afectividad, los vínculos, las proyecciones, las creencias frente a sí mismo/a y los demás y en la vida en general. Es decir, se genera una condición de sufrimiento y daño que incrementa la condición de vulnerabilidad de las víctimas a los riesgos en su salud mental y su salud física, así como en la capacidad de integración y convivencia social.

Los hechos de violencia impactan también en forma particular las capacidades de adaptación y de resistencia frente a su entorno, por la confusión, los temores y la incertidumbre que ocasiona la violación a los DD. HH. Por ello, un proceso de mitigación y rehabilitación requiere restaurar capacidades para afrontar y manejar el entorno (Martín Beristain, 2010).

De allí la pertinencia de una atención psicosocial dirigida al fortalecimiento en solución de problemas, en el que se revisan estrategias básicas para evaluar y afrontar problemas, lo cual se enriquece con la experiencia de la interacción derivada de un trabajo en grupo (Roca & Masip, 2011; Pacheco, 2016).

Objetivos

- Propiciar un espacio grupal para comprender y reflexionar formas para abordar problemas.
- Facilitar el conocimiento y comprensión de la estrategia para reconocer problemas.
- Identificar los medios de solución y la toma de decisión para la elección de una solución adecuada frente a un problema.
- Promover la incorporación de esta estrategia para abordar múltiples dificultades.
- Promover el intercambio de experiencias.

Insumos para Indicadores de proceso

- Sensación de autonomía y decisión en el manejo de dificultades.
- Empleo de estrategias prácticas que apoyan el enfrentamiento de problemas.
- Aumento de sensación de control de la propia vida.
- Aumento en la participación social.

5.6.2. Recomendaciones generales

El trabajo en grupo posee unas particularidades que difieren de la atención individual, las cuales hay que tener presente en el desarrollo de este tipo de actividades. Ellas conciernen a:

- El papel del/la profesional: es quien promueve el grupo, lo mantiene y fomenta su cohesión. En este caso, es quien lidera la mayoría de las actividades.
- La selección de participantes: además de la necesidad de trabajar en problemas, están las de tolerancia al grupo, motivación, compromiso, etc.
- El encuadre: refiere al momento en que se establece el marco en el cual funcionará el grupo. Esto es fundamental desde la convocatoria hasta el inicio y desarrollo de las actividades grupales.
- Las normas para el funcionamiento: comprende las pautas mínimas de respeto, escucha y participación.
- La duración y frecuencia de los encuentros: estos se plantean de 1 hora y media a 2 horas, y con frecuencia semanal durante siete ocasiones.
- La conformación del grupo: comprende el número de participantes, en donde se propone un mínimo de 5 y un máximo de 12 personas.

Para ampliar estas recomendaciones, lea los apartados 5.1 y 5.2, que contienen los principios de la atención y las cualidades de un grupo, aplicable a la mayoría de los grupos que se conforman con fines de atención en rehabilitación psicosocial.

5.6.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento para la técnica Individual - Grupal, apartado 5.3, en donde se identificó la importancia de abordar el tema de solución de problemas. En este momento se llevó a cabo una entrevista individual, como también puede ser familiar, en la que se identificó conjuntamente que es importante trabajar en estrategias que ayuden a tomar decisiones frente a un problema. Esta orientación en solución de problemas es pertinente cuando: - La persona reconoce que hay malestar o sufrimiento y reconoce que está muy relacionado con un conflicto, problema o situación el cual debe resolver. - Sus quejas o malestares no presentan una severidad grave, es decir, no alteran su funcionamiento cotidiano.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Hacer la presentación del proceso general.	Se da apertura dando la bienvenida al grupo. El/la facilitador/a se presenta de nuevo. Se suministran algunas indicaciones del trabajo que se llevará a cabo. "Como ustedes saben, este trabajo hace parte de las acciones de atención psicosocial dirigidas a disminuir los efectos que ha dejado la violencia, y de esta forma pretende una acción reparadora y de rehabilitación frente a los dolores ocasionados.

objetivo	actividades
	Los he convocado porque en conversaciones con cada uno y cada una de ustedes hemos visto la importancia de discutir algunos problemas que son similares en todas y todos, y que tienen que ver con la forma como se sienten con ustedes mismos/as… Para esto nos vamos a reunir en varias ocasiones y estoy seguro/a que será muy útil para todas y todos, ya que en forma conjunta podremos encontrar formas de enfrentar estos problemas. El plan es que en las reuniones tengamos algunas actividades que nos ayuden a focalizar unos temas, y conversaremos mucho sobre ello. Por ahora vamos a ir conociéndonos".
2. Hacer la presentación de los y las participantes.	Existen muchas formas de hacer la presentación de los y las integrantes en grupo; una puede ser con la actividad Momentos de mi Vida: Se entrega una hoja que será dividida en cuatro partes y en cada cuadrante cada uno va a dibujar una imagen que represente: 1) Una cualidad que tengo: ___. 2) Yo nací en ___, he vivido en_____ y ahora vivo en _____. 3) Algo que he aprendido de mi familia ha sido: _____. 4) Para el futuro yo quisiera: _____. Una vez realizada la actividad, se organizarán por parejas y cada uno le contará al otro lo que representan los dibujos. En plenaria, uno de la pareja presenta a la persona con quien habló y luego cambian.
3. Establecer el encuadre del grupo.	"Este es un grupo en el que vamos a apoyarnos y a crecer como personas. Para eso vamos a plantear algunos aspectos que son importantes para que sea muy útil cada día que nos encontremos ¿Qué consideran que debemos tener en cuenta?". Anime la discusión y vaya anotando las normas en una cartelera. Se sugiere revisar las recomendaciones indicadas arriba del encuadre, por ejemplo, la confidencialidad, la puntualidad, etc.). Una vez establecidas las normas, se acuerda que estas deben respetarse durante las reuniones.

objetivo	actividades
4. Establecer la relevancia de conocer la estrategia de solución de problemas.	Se abre una conversación grupal acerca de lo que entendemos por problemas y la toma de decisiones para solucionarlos. Pida ejemplos de problemas y cómo se han manejado (pueden ser simples, se trata de ir señalando los componentes de las acciones que se realizaron para decidir). Para cerrar, se puede explicar el proceso así: "Cada uno de nosotros está obligado cotidianamente a encarar algunos problemas insignificantes y otros muy importantes. Algunos problemas son rutinarios, como por ejemplo qué ropa nos vamos a poner, qué bus debemos tomar, dónde voy a almorzar. Otros problemas son más estresantes, como es el caso de manejar una relación difícil. Una forma de lograr la responsabilidad del autocontrol consiste en aprender técnicas para resolver dichos problemas. Dedicar el tiempo, la energía y el compromiso necesarios para resolver o manejar los problemas puede aliviar frustraciones o molestias futuras creadas por los problemas presentes. Por ello, vamos a emprender este camino en forma conjunta, donde aprenderemos todos y todas muchas cosas". Se cierra la sesión Nota sobre el registro Para registrar las actividades realizadas en esta modalidad, se dispone de la Ficha PAP014 Registro Sesión Grupo, en la que se anotará: 1. La asistencia y firma de los participantes. 2. La actividad general del grupo. 3. La forma como se caracterizó la participación de cada uno de los asistentes. Posteriormente, cargue estos registros en el aplicativo como una atención individual para cada uno de los participantes del grupo. Aquí no se registrará como atención comunitaria, sino como sesión individual de atención o de cierre, según el caso.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Identificar los problemas y sus componentes.	Se da la bienvenida al grupo y se realiza un breve resumen de la reunión anterior. Se abre una discusión acerca de "mi experiencia para la toma de decisiones", a partir de preguntas que primero se reflexionan a nivel individual y luego se comparten en grupo: 1. Recuerde dos situaciones en las que considera que tomó decisiones. 2. ¿Qué beneficios le trajeron esas decisiones? 3. ¿Qué fue lo difícil de estas decisiones? 4. ¿En qué aspectos de la vida ayuda el ejercicio de toma de decisiones?
2. Reflexionar sobre el impacto de la violencia y la capacidad para tomar decisiones.	Se pregunta al grupo. ¿De qué forma creen que la violencia ha afectado su capacidad para tomar decisiones? Se busca así señalar los impactos del conflicto y cómo ello se constituye en deterioros o daños.
3. Identificar el papel de este tipo de prácticas como aporte a las medidas de reparación y rehabilitación.	Se cierra señalando las intencionalidades que ha tenido la violencia en el marco del conflicto armado, y como respuesta a ello, el papel que tienen estas actividades dirigidas a la reconstrucción, al fortalecimiento; es decir, a aportar en cierto sentido a la rehabilitación psicosocial.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Presentar los pasos para la solución de problemas.	Se da la bienvenida al grupo y se realiza un breve resumen de la reunión anterior (puede pedirse a algún participante que lo haga). Presente el esquema general para la resolución de problemas: 1. Especificar el problema (definirlo, sus componentes, la situación, las personas, a dónde se quiere llegar, etc.).

objetivo	actividades
	2. Generación de alternativas (desarrollo de múltiples ideas que permitan disminuir o modificar el problema). 3. Análisis de consecuencias (qué pasaría si hago esto, lo otro, lo otro). 4. Elección de alternativa (toma de decisión y puesta en práctica). 5. Evaluación de la decisión. Es importante señalar que el elemento común a todos estos pasos es CREER EN SÍ MISMO/A.
2. Jerarquizar y descomponer los problemas.	"Comencemos por los problemas. En una hoja van a escribir 1 ó 2 problemas que quieran tratar o abordar. Deben ser actuales, reales, que originen preocupación o malestar, que tengan que ver con usted y que tengan cierta prioridad. (Dé ejemplos de problemas que no son susceptibles de resolver en forma inicial, como el precio del dólar, la impunidad en Colombia, el costo de la vida, etc.). 1. Describa el problema (trate de especificarlo, no de justificarlo). 2. Descomponga el problema en: a. ¿Cuándo ocurre? b. ¿Dónde ocurre? c. ¿Quién o quiénes están involucrados? Este trabajo es personal, preferiblemente". Se pregunta al grupo: ¿Cómo se sintieron en el análisis de estos problemas? ¿Las preguntas los orientaron?
3. Elaborar un plan para tomar decisiones (lluvia de ideas).	Con el listado de problemas se pide hacer en casa una "lluvia de ideas" de lo que se puede hacer frente a cada problema. Indique que en este paso son bienvenidas todo tipo de ideas.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Identificar y ponderar soluciones o abordajes.	Se da la bienvenida. Un integrante del grupo hace un breve recuento de lo realizado en la sesión anterior. Pregunte: ¿Cómo les fue con la tarea de escribir soluciones a sus problemas? "Ahora seguimos con la lista de problemas. Se trata de realizar un balance o ponderación que nos ayude a decidir. Este ejercicio consiste en analizar los pros y los contras de las acciones. Volviendo a la lista de problemas, elija uno de ellos y responda: 1. Si fuera resuelto ese problema, identifique dos resultados positivos. 2. ¿Qué pasaría si no se resuelve el problema? 3. Lean las soluciones que escribieron para ese problema y desechen aquellas que son extremas (irreales, imposibles, etc.). 4. De esas soluciones, identifiquen dos realizables. 5. De esas, señale dos que no se pueden hacer para resolver ese problema. ¿Explique por qué? 6. ¿Qué cosas necesitaría cambiar para resolver el problema? 7. ¿Qué cosa No? ¿Explique por qué?". El/la facilitador/a estará atento/a de orientar en los trabajos individuales.
2. Evaluar el ejercicio.	¿Cómo se sintieron con esta parte del ejercicio? ¿Qué aprendieron?

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Reflexionar acerca de la toma de decisión, evaluando riesgos y consecuencias.	Se da la bienvenida al grupo y se realiza un resumen de la actividad anterior. "El trabajo de hoy se dirige a la habilidad para la toma de decisiones. Tenemos hoy un amplio análisis de las opciones para solucionar nuestro problema, evaluamos las ventajas y desventajas. Seguramente hay varias soluciones posibles. Entonces, se trata de elegir cuál llevar a cabo". Decidirse. El/la facilitador/a presenta brevemente este marco para comprender las decisiones. "La vida está llena de desafíos, los cuales requieren habilidades constantes para tomar decisiones. Esas habilidades implican decisiones conscientes para arriesgarse o no arriesgarse. Arriesgarse puede producir resultados positivos negativos, pero el éxito y el mejoramiento de vida no podrán ser logrados sin arriesgarse". Es bueno tener presente que el arriesgarse puede tener beneficios: 1. El arriesgarse es una oportunidad para el crecimiento o cambios positivos. 2. Proporciona nuevas experiencias en la vida y aumenta la autoestima. 3. Da seguridad, estabilidad y confianza en sí mismo/a. 4. Implica desarrollo de nuevas habilidades". A partir de lo anterior se pregunta al grupo: ¿Por qué las personas tienen miedo a arriesgarse? Se hace una reflexión sobre los comentarios expuestos.
2. Puesta en marcha.	"Con lo anterior, entonces van a revisar las soluciones propuestas y van a elegir una para llevar a cabo, en el transcurso de la próxima semana y en la siguiente reunión evaluamos". Es importante mantener en el grupo la sensación de comprensión y apoyo.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Revisar experiencias y logros en la solución al problema.	Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. De nuevo, algún(a) participante hace un breve resumen de lo trabajando en la reunión anterior. Puede realizarse una ronda con la presentación de cómo les fue con la meta y la solución propuesta. "¿Cómo se sintieron y cómo se sienten ahora?".
2. Evaluar las decisiones.	Reflexión acerca de la expresión evaluación. Finalmente, con ello se orienta a fortalecer las elecciones, los esfuerzos y a seguir empleando las habilidades para solucionar y enfrentar. Se anima a seguir llevando a cabo estas acciones hasta el próximo encuentro, que será el último.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Hacer seguimiento para el fortalecimiento de logros.	Se abre la sesión con la bienvenida y con una síntesis de lo trabajado. Mediante una ronda, se explora cómo se siente cada uno/una, qué ha traído en sus vidas el hecho de tomar una decisión. Se pregunta en qué otros aspectos han llevado a cabo esta metodología para la toma de decisiones. Se anima a mantener estos logros.

objetivo	actividades
2. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica. 3. Hacer cierre del proceso.	"A manera de cierre, vamos a recoger lo aprendido en una carta que será dirigida a alguien que requiere de un consejo para tomar una decisión. **Ustedes son los expertos.** Entonces, por favor, elaboren la carta a alguien que esté pasando por la misma situación. En la carta le explicarán cómo se sentían cuando estaban mal y qué cosas han hecho para superar el problema. Quien desee puede compartir su carta y esta se va conservar como apoyo cuando sientan que hay dificultades". Si es posible, para terminar, se pide una copia de esta carta para el/la profesional. Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Se concluye con un acto de reconocimiento mutuo y con un abrazo colectivo.

5.7. Grupo para el desarrollo de proyectos de vida

5.7.1. Justificación

El deterioro en el proyecto de vida, como se ha anotado, es un daño que ha afectado a muchas de las víctimas en el contexto del conflicto armado. El desarrollo de acciones de atención en el marco de la rehabilitación como medida de reparación a quienes se han sentido vulnerados en este aspecto se desarrolla en el marco de llevar a cabo acciones dirigidas a la reflexión de los impactos y al replanteamiento de estos, para así propone la reconstrucción de iniciativas y metas que se vieron afectados por la violencia.

Esta orientación parte de las premisas desarrolladas en el capítulo anterior (Reconstrucción en proyecto de vida) y se propone llevar a cabo en el entorno grupal, en donde el componente interpersonal y de intercambio de experiencias aporta elementos valiosos para la consolidación de proyectos de vida.

Objetivos

- Propiciar un espacio grupal para comprender y reflexionar sobre el papel del proyecto de vida en los participantes.
- Identificar y reflexionar sobre los impactos en el proyecto de vida derivados de la violencia.
- Promover el autoconocimiento y la aceptación de capacidades, recursos y aspiraciones frente a la vida.
- Identificar necesidades y metas.
- Movilizar reflexiones para el establecimiento de estrategias para alcanzar metas.
- Apoyar la toma de decisiones.
- Promover el intercambio de experiencias.

Insumos para Indicadores de proceso

- Reconocen y comprenden los niveles de afectación, enfrentándolos con recursos en forma eficaz.
- Se identifica en los participantes iniciativas y acciones concretas para replantear algunas metas en la vida.
- Hay expresiones de tranquilidad, autonomía y satisfacción.
- Se aprecia activa participación en su entorno interpersonal y social.

5.7.2. Recomendaciones generales

El trabajo en grupo posee unas particularidades que difieren de la atención individual, las cuales hay que tener presente en el desarrollo de este tipo de actividades. Ellas conciernen a:

- El papel del/la profesional: es quien promueve el grupo, lo mantiene y fomenta su cohesión. En este caso, es quien lidera la mayoría de las actividades.

- La selección de participantes: además de la necesidad de trabajar en problemas, están las de tolerancia al grupo, motivación, compromiso, etc.

- El encuadre: refiere al momento en que se establece el marco en el que funcionará el grupo. Esto es fundamental desde la convocatoria hasta el inicio y desarrollo de las actividades grupales.

- Las normas para el funcionamiento: comprende las pautas mínimas de respeto, escucha y participación.

- La duración y frecuencia de los encuentros: estos se plantean de 1 hora y media a 2 horas, y con frecuencia semanal durante siete ocasiones.

- La conformación del grupo: comprende el número de participantes, en donde se propone un mínimo de 5 y un máximo de 12 personas.

Para ampliar estas recomendaciones, lea los apartados 5.1 y 5.2, que contienen los principios de la atención y las cualidades de un grupo, aplicable a la mayoría de los grupos que se conforman con fines de atención en rehabilitación psicosocial.

5.7.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento para la técnica Individual - Grupal, descrito en el apartado 5.3. En este momento se identificó que es importante abordar el tema de revisar o replantear sus actividades actuales y evaluar su proyección futura de vida. Es pertinente esta orientación cuando se identifican conjuntamente algunas de estas situaciones que ocasionan malestar y preocupación, como: - Sensación de insatisfacción con la vida.

objetivo	actividades
	- Confusión, malestar o rechazo respecto a su actual rol u ocupación. - Dificultades para reconocer o ausencia de aspiraciones y metas hacia el futuro. - Problemas para adaptarse a los cambios y demandas actuales del entorno. - Dificultades para dirigir y organizar sus actividades en forma autónoma. - Dificultad para desprenderse del pasado y actuar en el presente. Es importante que la persona reconozca que cuenta con un mínimo interés y alguna motivación para el cambio y puede considerar que necesita ayuda para ello.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Hacer la presentación del proceso general.	Se da apertura con la bienvenida al grupo. El/la facilitador/a se presenta de nuevo. Se suministran algunas indicaciones del trabajo que se llevará a cabo: "Como ustedes saben, este trabajo hace parte de las acciones de atención psicosocial dirigidas a disminuir los efectos que ha dejado la violencia, y de esta forma pretende una acción reparadora y de rehabilitación frente a los dolores ocasionados. Los he convocado porque en conversaciones con cada uno y cada una de ustedes hemos visto la importancia de discutir algunos problemas que son similares en todas y todos, y que tienen que ver con la forma como se sienten con ustedes mismos/mismas. Para esto, nos vamos a reunir en varias ocasiones, y estoy seguro/a de que será muy útil para todas y todos, ya que en forma conjunta podremos encontrar formas de enfrentar estos problemas. El plan es que en las reuniones tengamos algunas actividades que nos ayuden a focalizar unos temas, y conversaremos mucho sobre ello. Por ahora vamos a ir conociéndonos".

objetivo	actividades
2. Presentar a los y las participantes.	Existen muchas formas de hacer la presentación de los y las integrantes en grupo, una puede ser con la actividad Momentos de mi Vida: Se entrega una hoja que será dividida en cuatro partes y en cada cuadrante cada uno va a dibujar una imagen que represente: 1) Una cualidad que tengo: ___. 2) Yo nací en___, he vivido en _____ y ahora vivo en _____. 3) Algo que he aprendido de mi familia ha sido _____. 4) Para el futuro yo quisiera _____. Una vez realizada la actividad, se organizarán por parejas y cada uno le contará al otro lo que representan los dibujos. En plenaria, uno de la pareja presenta a la persona con quien habló y luego cambian.
3. Establecer el encuadre del grupo.	El/la facilitador/a expresa: "Este es un grupo en el que vamos a apoyarnos y a crecer como personas. Para eso, vamos a plantear algunos aspectos que son importantes para que sea muy útil cada día que nos encontremos. ¿Qué consideran que debemos tener en cuenta?". Anime la discusión y vaya anotando las normas en una cartelera. Se sugiere revisar las recomendaciones indicadas arriba del encuadre, por ejemplo, la confidencialidad, la puntualidad, etc. Una vez establecidas las normas, se acuerda que estas deben respetarse durante las reuniones.
4. Comprender la importancia de contar con un proyecto de vida.	Se abre una conversación grupal acerca de lo que se entiende por proyecto de vida. Se pueden plantear otras preguntas para introducir el tema: ¿Qué pasa cuando vemos que alguien no tiene proyección en la vida? ¿Qué ventajas tiene pensar en un proyecto de vida? Finalmente, el/la profesional realizará las precisiones necesarias (ver apartado 4.8.1. Justificación de Reconstruyendo proyecto de vida).

objetivo	actividades
	Nota sobre el registro Para registrar las actividades llevadas a cabo en esta modalidad se dispone de la Ficha PAP014 Registro Sesión Grupo, en la que se anotará: 1. La asistencia y firma de los participantes. 2. La actividad general del grupo. 3. La forma como se caracterizó la participación de cada uno de los asistentes. Posteriormente, cargue estos registros en el aplicativo como una atención individual para cada uno de los participantes del grupo. Aquí no se registrará como atención comunitaria, sino como sesión individual de atención o de cierre, según el caso.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Promover la reflexión acerca de los impactos de la violencia.	Se pregunta al grupo: ¿De qué forma creen que la violencia ha afectado su capacidad para tomar decisiones? Se busca señalar los impactos del conflicto y cómo se constituyen en deterioros o daños.
2. Establecer el papel de este tipo de prácticas como aporte a las medidas de reparación y rehabilitación.	Se cierra señalando las intencionalidades que ha tenido la violencia en el marco del conflicto armado, y como respuesta a ello, el papel que tienen estas actividades dirigidas a la reconstrucción, al fortalecimiento; es decir, a aportar en cierto sentido a la rehabilitación psicosocial.

objetivo	actividades
3. Explorar motivación al cambio.	Para motivar al grupo, se le pide realizar una tarea, que consiste en elaborar una Carta desde el Futuro, de la siguiente forma[15]: "En su casa van a realizar una Carta desde el Futuro a ustedes mismos/mismas. Van a imaginar que se encuentran a diez años de esta fecha (este rango variará según la edad del/la consultante: se proponen periodos cortos para adultos y mayores, y periodos largos, de 15 ó 20 años, para jóvenes). En esta carta van a relatar que han superado los problemas y las preocupaciones por no saber qué hacer con su vida, y en ese momento es diferente porque ustedes están más maduros(as) y sabios(as) en comparación con el momento en el que participaron en estos talleres. En la carta contarán cómo consiguieron tener claro lo que ahora quieren de la vida y lo han alcanzado, contarán qué personas les ayudaron y qué cualidades supieron aprovechar para lograr lo que se habían propuesto". Una vez comprendida la tarea, se cierra la sesión. En caso de que algún participante tenga dificultades en lectoescritura, se propone un dibujo de cómo se vería en el lapso de diez años, con similares indicaciones.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Incrementar el autoconocimiento.	Se abre la sesión con un breve resumen de lo trabajado en la reunión anterior. Se hace la lectura de la Carta desde el Futuro, preguntando cómo les fue en este ejercicio, qué pensaron, qué encuentran. Si alguien la quiere compartir, bien; si no, se deja como una reflexión personal. A partir de ello se identifican esperanzas, sueños, aspiraciones, y con ello se pueden establecer las primeras metas.

[15] Para proponer esta actividad es necesario explorar la capacidad que tiene la persona para escribir y estar seguro/a de que ha entendido bien de qué se trata el ejercicio. Puede dar ejemplos de textos para ello.

objetivo	actividades
	Para trabajar en el autoconocimiento se propone que, en una hoja, previamente preparada en forma de cuadrícula, se realice lo siguiente:

Dibuje 3 grandes logros	Dibuje 3 cualidades que los demás reconocen de usted	Dibuje 3 aspectos que debería mejorar	En el momento que usted no esté, describa 3 aspectos por los que le gustaría ser recordado/a

Posteriormente, se trabaja en grupo compartiendo el trabajo y destacando estas reflexiones.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Identificar motivaciones y aspiraciones en la vida.	Se abre la reunión con un breve resumen de lo trabajado en la sesión anterior. Se explora cómo los/las participantes se sienten con los conocimientos alcanzados sobre sí mismos/as. Mediante una matriz, se propone realizar una reflexión de los siguientes temas: Familia, pareja (si la hay o quisiera conseguir), ocupación (estudio /trabajo), estado de salud, estado físico (cuidado, presencia de enfermedades, peso, etc.), relación con amigos, la forma de ser (el ánimo, las cualidades, las fortalezas y debilidades).

objetivo

actividades

1. Reflexionar alrededor de cada tema qué es lo que cada uno quiere (desea alcanzar) y que dependa de usted mismo/a.
2. Después de concluir esa columna se responde: ¿Qué ha hecho para ello? Se indican las acciones, cambios, etc., así sean pocos, seguramente se ha hecho algo.
3. Enseguida, se concluye con: ¿Qué hace falta hacer para alcanzar lo que uno quiere en este aspecto?

	Qué es lo que quiero	Lo que he hecho	Lo que falta por hacer
Familia (padres, hnos., hijos)			
Pareja (si la hay o quisiera tener)			
Ocupación (estudio /trabajo)			
Salud /estado físico (cuidado, si hay enfermedades, peso…)			
Amigos y relaciones interpersonales			
De mi forma de ser (ánimo, cualidades, fortalezas, debilidades)			

Si el grupo lo desea, se puede hacer una breve ronda compartiendo los análisis de la tabla.

Sesión 6

objetivo

1. Establecer metas y elaborar planes de acción.

actividades

Se abre la reunión con un breve resumen de las actividades realizadas en la sesión anterior.

Se retoma la tabla desarrollada en la sesión anterior y se complementa con una reflexión sobre lo que se requiere para alcanzar esas metas (lo que falta por hacer)

	Lo que falta por hacer	¿Qué es necesario hacer para realizar lo que falta? (pasos)	¿En cuánto tiempo se puede alcanzar? (poco, bastante, días, meses, años)
Familia (padres, hnos., hijos)			
Pareja (si la hay o quisiera tener)			
Ocupación (estudio / trabajo)			
Salud/estado físico (cuidado, si hay enfermedades, peso…)			
Amigos y relaciones interpersonales			
De mi forma de ser (ánimo, cualidades, fortalezas, debilidades)			

Realice el análisis teniendo en cuenta que aquellas cosas que deseamos hacer sean reales y alcanzables.

objetivo	actividades
2. Promover decisiones.	La tabla contiene información muy importante que orienta sobre qué hacer. Se analiza, entonces, con qué comenzar y se motiva a la decisión. Tomar las decisiones es un momento muy importante. Muchas no son fáciles, pero su reflexión requiere valorar la importancia de los objetivos, asumir los riesgos, y como resultado, la sensación de bienestar por su capacidad para emprender, etc.
3.Poner en marcha.	Para concluir, se acuerda qué se va a poner en marcha hasta la siguiente sesión.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Hacer seguimiento de pasos iniciales.	Se inicia la sesión con un resumen de lo trabajado en la sesión anterior. Se pasa a abordar la experiencia de las acciones emprendidas y sus resultados.
2. Evaluar y fortalecer logros.	Se exploran sentimientos asociados mediante una ronda. Se promueve una valoración de los resultados, se determinan los ajustes necesarios y, sobre todo, se destacan los logros alcanzados. En caso de que alguno/a de los participantes no haya realizado lo propuesto, se revisan los motivos y si la persona quiere, se involucra al grupo para plantear alternativas.
3, Preparar el cierre.	Se discuten nuevas acciones que se pueden seguir desarrollando y se señala que se revisarán de nuevo en la siguiente sesión. Puede plantearse: "En este momento todos ya tienen una orientación en muchas cosas sobre qué hacer e incluso cómo hacerlo. Lo demás depende de cada uno(a). Por esto, la próxima sesión se concluirá el trabajo considerando que cada día ustedes pueden ser capaces de más cosas. Para la última sesión es necesario traer de nuevo la Carta desde el Futuro".

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Hacer seguimiento y evaluación del proceso.	Se abre la sesión con un resumen de lo realizado en la sesión anterior. En este momento también se puede incluir un resumen del proceso. De nuevo, se hace un balance de aquellas acciones que cada uno ha puesto en práctica. Incluso, se puede proponer cómo califican estos logros, por ejemplo, en una escala de 1 a 10. Es importante señalar que el grupo ha ganado paciencia y así va a ser la consecución de metas.
2. Retomar la Carta desde el Futuro.	Se trae de nuevo la Carta desde el Futuro. "Ahora vamos a revisar la forma como ustedes se quieren ver más adelante y vamos a volver a leer la carta. (Después de leerla) Con lo que se ha hecho, piensen en qué se ha avanzado. Como ven, esta carta parece que es su 'norte', el cual va a ayudar a cada uno(a) a acordarse cómo quiere verse más adelante y lo que está haciendo para ello. Consérvenla; es un tesoro importante".
3. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica. 4. Hacer cierre y despedida.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. "Ustedes han trabajado mucho, con esfuerzo y honestidad, por lo que cada uno merecería un regalo y eso se lo van dar ustedes mismos. Cada uno(a) va a poner un zapato en el centro de grupo. Cada uno/una va a anotar en media hoja un mensaje breve para cada uno/una de los demás integrantes del grupo, en donde destaque aquellas cualidades que ha conocido y han sido importantes también para usted. Una vez elaboren la nota, la doblan y la van dejando en cada zapato. No es necesario firmarlas. Se realiza el cierre con un abrazo colectivo de despedida.

5.8. Comprensión grupal del conflicto armado y reconstrucción de memoria en NNA

5.8.1. Justificación

Aunque los NNA son sujetos de especial protección y cuentan con derechos prevalentes e interdependientes, "han sido víctimas en nuestro país de graves violaciones a sus derechos humanos, y de infracciones al Derecho Internacional Humanitario; al igual que han sido testigos de violaciones perpetradas a sus familiares y adultos significativos o de personas cercanas en sus entornos comunitarios" (OIM, Unicef & ICBF, 2013). Lo anterior ha generado múltiples afectaciones psicosociales en los NNA y en sus dinámicas relacionales.

Es así como en algunas dinámicas familiares, sociales y culturales se niega o no surgen espacios para dialogar frente al hecho victimizante, el conflicto armado que vive el país y los cambios que estos han ocasionado en la familia o comunidad, llevando al NNA a sensaciones de vacío, confusión e incertidumbre, dado que sienten que algo ocurrió, pero no encuentran un escenario para hablarlo, abordarlo y/o tramitarlo.

Aún en aquellos casos en los que el NNA era muy pequeño cuando ocurrió el hecho de violencia, es natural que sienta o reconozca que algo sucedió. Esto surge porque los roles y la dinámica de la familia cambiaron y también porque en los adultos permanecen las emociones de tristeza, dolor, sufrimiento, rabia, entre otras. De igual manera, existen silencios y temas innombrables para la familia o comunidad.

Teniendo en cuenta lo anterior, esta orientación metodológica busca construir un espacio de confianza y seguridad donde los NNA puedan dialogar sobre las comprensiones, dudas e inquietudes que tienen frente al conflicto armado, y la forma como pueden ejercer sus derechos y aportar en la construcción de memoria histórica.

Dado el potencial que tiene el trabajo grupal en la socialización de experiencias, sentimientos y pensamientos que surgen frente a un tema en común, en este caso, la vivencia de hechos de violencia en el marco del conflicto armado, esta orientación se desarrolla a través de la técnica grupal en tanto el grupo es un "conjunto de personas que, ligadas por constantes de tiempo y espacio y articuladas por su mutua representación interna, se proponen en forma explícita o implícita llevar a cabo una tarea que constituye su finalidad, interactuando a través de complejos mecanismos de adjudicación y asunción de roles" (Pichon-Riviére, 1997).

Desde el trabajo con pares, el desarrollo de esta orientación permite fomentar el intercambio de experiencias y formas de afrontamiento, validándose en su interior los diferentes recursos, potencialidades y capacidades que han activado los NNA para el afrontamiento de los hechos de violencia.

Objetivos

- Generar un espacio de confianza y seguridad que permita construir de manera conjunta un contexto propicio para el desarrollo de las sesiones grupales.
- Comprender los significados, sentimientos y experiencias que tienen los NNA frente al conflicto armado, posibilitando la construcción de alternativas propias de exigibilidad de derechos.
- Promover el fortalecimiento de los recursos para el afrontamiento y la construcción de memoria histórica, desde el rol de sujetos de derechos que tienen los NNA víctimas.

Insumos para Indicadores de proceso

- Capacidad de los integrantes del grupo para comprender el conflicto armado y conectarlo con su propia experiencia de vida.
- Capacidad de los integrantes del grupo para construir alternativas propias de exigibilidad de derechos.
- Capacidad de los integrantes del grupo para fortalecer sus recursos y generar espacios de construcción de memoria histórica.

5.8.2. Recomendaciones generales

Es importante que esta orientación metodológica se desarrolle solo con NNA que conocen de la existencia de los hechos de violencia de manera directa o en sus familiares, dado que la intención de la atención psicosocial no es inducir o anclar en el NNA la identidad de víctima del conflicto armado. Para esto, tenga en cuenta en la conformación del grupo la información que brindó el familiar o cuidador durante el Momento de Acercamiento y Reconocimiento.

Asimismo y de acuerdo a lo planteado en el enfoque de Curso de Vida, en la conformación de los grupos tenga presente los referentes familiares, sociales, culturales e históricos que existen en el territorio frente al ser niño, niña o adolescente,

sus capacidades, su desarrollo y necesidades de atención. Partiendo de lo anterior, en lo posible, conforme un grupo específico para niños y niñas, y otro específico para adolescentes.

Cada grupo debe estar conformado por 10 NNA (aunque por las condiciones del territorio podrá ocurrir que se conformen con un mínimo 5 participantes). Harán parte NNA de diferentes hechos victimizantes e identidad de género y orientación sexual, debido a que el hecho de compartir su experiencia de vida con otros NNA favorece la construcción y fortalecimiento de su identidad[16]. No se incluirán en la atención grupal NNA víctimas de violencia sexual y reclutamiento forzado, pues para ellos se hace necesario otro tipo de abordaje, como el individual y el familiar.

Las sesiones grupales se llevan a cabo semanalmente con una duración de 2 horas. Los grupos son cerrados, es decir que el grupo está conformado por los NNA que asistieron a la segunda sesión. Durante el desarrollo de las siguientes sesiones no se dará ingreso a nuevos participantes.

Para el desarrollo de la orientación se requiere de un espacio amplio y con ventilación, que permita el desarrollo de las actividades de manera privada, segura y confidencial. En lo posible, desarrolle las actividades organizando el grupo de manera circular.

Es indispensable que este proceso de atención individual que está llevando a cabo el NNA se complemente con el proceso de atención psicosocial desde la modalidad familiar, en tanto que desde la experiencia se ha reconocido que se obtienen mayores cambios en el NNA y se mantienen en el tiempo cuando su entorno familiar también se encuentra recibiendo atención psicosocial. Recuerde que el NNA hace parte de un sistema familiar con el cual interactúa y se relaciona constantemente para posibilitar su desarrollo y crecimiento.

Para el desarrollo de la orientación metodológica, es indispensable que tenga en cuenta lo siguiente:

- Durante todas las sesiones, mantenga los acuerdos construidos en la segunda sesión, con el fin de promover un espacio de confianza, respeto, diálogo y escucha de las diferentes experiencias, opiniones, creencias y emociones que surjan en el grupo.

- Motive a los NNA para que realicen propuestas de actividades para el inicio o cierre de la sesión. En aquellos casos en los que existen propuestas, estas remplazarán la actividad que se ha descrito en la orientación metodológica.

- Respete los silencios —dado que estos también comunican— y use un lenguaje apropiado según

[16] *Esta apuesta metodológica en la conformación de los grupos se realiza teniendo en cuenta los aprendizajes que han surgido en el marco del Proyecto "Servicios de atención psicosocial a Niños, Niñas y Adolescentes víctimas del conflicto armado desde las Cajas de Compensación Familiar", en donde el Ministerio de Salud y Protección Social junto con el apoyo de la Cajas de Compensación Familiar Comfenalco-Cartagena, Comfaca-Caquetá y Cofrem-Meta se encuentran implementando la Estrategia de Recuperación Emocional a Nivel Grupal para NNA, la cual fue diseñada por la Unidad para la Atención y Reparación a las Víctimas.

sus capacidades, proceso de desarrollo y referentes culturales. Recuerde realizar preguntas lineales, reflexivas y circulares que sean claras para el NNA.

- Construya relaciones horizontales con los NNA que les permita sentirse validados y reconocidos como sujetos de derechos; para ello, es importante promover la toma de decisiones frente a su futuro y respetar los desarrollos que de manera individual o conjunta construyan frente a las actividades.

- Conéctese emocionalmente con la experiencia de vida de los NNA; para esto, incorpore los distintos roles que asume en su propia vida, como lo son el ser padre/madre, hijo/hija, esposo/esposa, amigo/a, abuelo/a, entre otros.

- Reconozca y valide la experiencia de dolor y sufrimiento. Asimismo, señale que los hechos de violencia vividos nunca debieron suceder, desinstalando la culpa y reconociendo los recursos que le han ayudado al NNA a sobrellevar lo vivido.

Indicaciones generales que deben evitarse y riesgos para tener en cuenta en la práctica

- Evite utilizar tecnicismos durante la explicación de las actividades a desarrollar en el espacio grupal; en caso de ser necesario, explíquelo claramente y dé lugar a preguntas que surjan por parte de los NNA.

- Evite tratar o utilizar un lenguaje en términos de inferioridad: por el contrario, en la atención psicosocial reconozca los recursos y capacidades de los NNA.

- Evite forzar a los NNA a hablar del hecho de violencia vivido. Recuerde que la atención psicosocial busca mitigar los daños o afectaciones psicosociales que se mantienen en el tiempo y no en la manera como ocurrieron los hechos victimizantes.

- Evite centrar su atención en un caso particular, promueva la participación de todos los NNA y aborde las situaciones presentadas desde la dinámica grupal, no de manera individual.

Recursos adicionales

Teniendo en cuenta que los NNA tienen diferentes formas de expresión y representación de lo vivido que no solo están en lo verbal, tenga presente que algunos niños y niñas prefieren trabajar con creaciones artísticas y simbólicas —técnicas expresivas— como el dibujo, los títeres, el juego, moldear plastilina, entre otros. Entretanto, algunos adolescentes prefieren actividades que requieren de expresión corporal —técnicas performativas— como el teatro, el baile, los juegos de roles y los juegos de superación de obstáculos, entre otros. Es importante señalar que algunas técnicas que se desarrollan en esta orientación metodológica fueron definidas por la OIM y ajustadas a los objetivos y alcances que tiene esta Estrategia de Atención Psicosocial (OIM, 2016).

Considere alternar el tipo de técnicas cuando algún NNA no pueda participar debido a sus condiciones particulares. Por ejemplo, si en alguna sesión se sugiere trabajar con técnicas performativas y dentro de los participantes está presente un NNA con discapacidad a quien le es imposible

realizar este tipo de técnicas, puede modificarla por una técnica de tipo expresivo. En estos casos, siempre deberá revisar que el tipo de técnica que incorporará facilitará la consecución de los objetivos de la sesión y es consecuente con los paradigmas epistemológicos de esta Estrategia de Atención Psicosocial: Hermenéutico y Crítico Social. Asimismo, deberá reportar en la casilla de observaciones del aplicativo web correspondiente al reporte de la sesión el motivo por el cual realizó el cambio y cuál fue la actividad alterna que desarrolló.

En aquellos casos en los que el grupo se encuentra disperso, deténgase un tiempo para llevar a cabo la actividad de Paso de Energía o de Chiquirirriquiri ranfanfán, las cuales buscan que el grupo vuelva a la concentración, atención y motivación:

Actividad de Paso de Energía: El grupo se hará en círculo y rotará la energía, haciendo un movimiento con el cuerpo y las manos como si se enviara un balón energético de una persona a otra, y cuando se realice se hará acompañado de la palabra "¡ya!". Es importante que se realice con la intención de pasar energía, se hará de uno en uno y deberá hacerse hacia un costado específico, a la derecha, por ejemplo.

Después de varias rondas o en otros momentos de las sesiones en los que vuelva la dispersión, se podrán incluir otros comandos, como "¡Jon dom!", que traerá consigo otro movimiento corporal: brazos hacia arriba estirados y bajando fuertemente hacia el pecho. Esto querrá decir que se devuelve la señal, es decir, se cambia la dirección del paso de energía: "¡Ya!". También se puede incluir "¡Boing!", que se hará estirando un brazo hacia una persona del círculo distinta a las que se tienen al lado y esta continuará con la dinámica. O incluir "¡Ay!", haciendo unos binóculos con las manos, que querrá decir saltarse a quien seguía y continuar.

Actividad de Chiquirirriquiri Ranfanfán: El grupo se organiza en círculo y, de manera aleatoria, el/la profesional dará las siguientes indicaciones:

Se enseña al grupo el ritmo con la palabra consigna, repitiéndola varias veces hasta que la aprendan "chiquirirriquiri ranfanfán", con el ritmo que acompañará al movimiento que se transmita. Deben designar un punto de inicio del círculo. La persona que ha sido propuesta como la primera deberá pensar en un movimiento que pasará a la segunda persona, y este al tercero y así sucesivamente. Este movimiento será cambiado por la persona que ocupa el primer lugar del círculo. De esta manera, cada integrante del equipo estará realizando un movimiento completamente diferente al mismo tiempo. Una vez llega el primer movimiento que se envió a la persona que ocupa el primer lugar, esta se integrará y empezará el primer ciclo o ronda. El ejercicio termina cuando se logran cinco ciclos o rondas completos.

Nota: Tenga en cuenta que en el juego el error es una oportunidad; por ello, en aquellos casos en los que el NNA se equivoque, manifieste que en este caso no vamos a criticar el error sino a celebrarlo. Celebre con aplausos y risas cada vez que un NNA se equivoque, señalando que los errores hacen parte de la vida.

5.8.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un acercamiento comprensivo y respetuoso que permita un espacio de diálogo y reflexión, para identificar niveles de afectación producidos por los hechos victimizantes, reconociendo sus capacidades y recursos de afrontamiento. 2. Identificar en forma conjunta las áreas para llevar a cabo acciones de mitigación del daño psicosocial.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento para la técnica Individual - Grupal, descrito en el apartado 5.4.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Generar un espacio de confianza y seguridad que permita el desarrollo de un contexto propicio para la atención. 2. Construir de manera conjunta acuerdos para el desarrollo de las sesiones grupales. 3. Comprender las expectativas que tienen frente a la atención y su proceso de cambio.	Apertura de la sesión 1. Teniendo en cuenta que esta es la primera sesión en la que están reunidos los NNA de manera grupal, la siguiente actividad se desarrolla con el fin de promover la espontaneidad, la aceptación del otro/a, la confianza, la escucha, la comunicación, la imaginación, la recursividad y el trabajo en equipo. Solicite al grupo que camine libremente por el espacio e indique que, cuando reciban la señal, saludarán a la primera persona con la que hagan contacto visual, con una intención particular definida por el/la profesional, como: - Saludar a alguien que quiero mucho y no veo hace años. - Saludar a alguien con quien estoy molesto/a. - Saludar a alguien a quien le tengo miedo.

objetivo	actividades
	- Saludar a alguien de quien sé un secreto. - Saludar a alguien que tiene un moco visible (entre otras tantas posibilidades que considere que se pueden traer al grupo). Se sugiere finalizar la actividad con preguntas que posibiliten recoger la experiencia vivida. 2. Se dará inicio a la presentación de cada participante a través de la siguiente actividad: Cada persona del grupo dirá su nombre acompañado de un ritmo o movimiento que todo el grupo imitará. En círculo, el/la profesional iniciará la actividad marcando el ritmo, por ejemplo: un golpe con las palmas de las manos sobre las piernas, una palmada, entre otros. Seguidamente, lo hará el NNA que se encuentre al lado derecho, empezando por el nombre y ritmo del/la profesional. Sucesivamente, se realizarán los movimientos y ritmos propuestos por cada participante hasta que el último NNA sea presentado. Nota: Se podrán hacer variantes, cambiando el ritmo, utilizando los pies, estando sentado, etc. En aquellos casos en los que se evidencian dificultades para memorizar los nombres y ritmos, se pedirá que solo se nombre a la persona anterior con su respectivo ritmo y no a los anteriores.
	Desarrollo de la sesión 1. Se desarrollará la actividad de Demografía Grupal, con el fin de lograr un mayor conocimiento de los gustos e intereses de los participantes. Para ello, el/la profesional le planteará al grupo una línea imaginaria sobre la que se deben ubicar; seguidamente, emitirá una de las siguientes preguntas: Cada NNA se movilizará al costado derecho o izquierdo de la línea de acuerdo a la instrucción. Estas preguntas se pueden ajustar dependiendo del conocimiento al que se pretende llegar con el grupo. Los NNA también podrán proponer preguntas. 1. Con el propósito de fomentar el trabajo en grupo y de construir los acuerdos necesarios para el desarrollo de las sesiones, se llevará a cabo la siguiente actividad: Se hará un círculo y, en el centro, el/la profesional contará la siguiente historia: "Vivimos en un reino donde el rey quiere realizar una fiesta por la entrada de la primavera, pero ya ha hecho muchas fiestas y no tiene ya ideas de cómo realizarla. El rey ha pedido a su pueblo que le compartan algunas ideas para realizarla, haciendo feliz a su pueblo. Como no se cuenta con mucho tiempo, el rey pide que se le entreguen estas ideas lo más pronto posible".

objetivo	actividades
	El/la profesional indicará que para el desarrollo de la actividad deberán elegir los roles que asumirá cada uno, como por ejemplo; ancianos del pueblo, hombres, mujeres, niños y animales, entre otros. De manera conjunta, plasmarán en un pliego de papel kraft* las ideas que les surjan desde el rol que están asumiendo. Contarán con 15 minutos para su construcción y luego será presentado al rey (este rol será asumido por el/la profesional). Es importante que el/la profesional observe cómo trabaja el grupo, si existe participación de todos los integrantes, cómo se organizaron, qué rol asumió cada uno. Luego de la presentación del mural, el/la profesional preguntará: ¿Cómo se sintieron durante el desarrollo de la actividad? ¿Qué cosas les gustaron del trabajo en grupo? ¿Qué cosas creen que se debe mejorar? Teniendo en cuenta que vamos a trabajar en grupo, ¿qué podrían aportarle al grupo para su desarrollo? En un pliego de papel kraft*, todos y todas anotarán las propuestas y acuerdos que surjan en el grupo. Como una muestra simbólica de lo construido, esta construcción estará en un lugar visible durante las próximas sesiones. 3. Con el fin de recoger las expectativas frente al trabajo grupal y a las necesidades de cambio, el/la profesional realizará en círculo las siguientes preguntas: ¿Qué creen que se va a hablar o trabajar aquí? ¿Por qué creen que vamos a reunirnos todos en grupo? Luego de recoger las respuestas de los NNA, el/la profesional señalará: "En este espacio nos vamos a reunir todos a dialogar, opinar, compartir, construir y reflexionar, para comprender aquellas cosas que han sido difíciles para nosotros, que en ocasiones no hemos hablado y que ahora en este espacio vamos a poder hacerlo, vamos a poder hablar, por ejemplo, del conflicto armado y de los cambios que ha generado en cada uno y cada una, así como de nuestros sueños y deseos a futuro. Lo vamos a hacer en grupo porque en grupo nos podemos apoyar y porque juntos podemos construir nuevas cosas. Nos vamos a encontrar una vez a la semana. Nos quedan seis encuentros en los que vamos a trabajar con diferentes materiales y temas. Es muy importante que puedan asistir a todos los encuentros".

objetivo	actividades
	Cierre de la sesión El/la profesional les solicitará que traigan una fotografía de cuando estaban pequeños. Se finalizará la sesión con la actividad de *Nudo Humano:* El grupo se hará en círculo tomándose de las manos, incluyendo al/la profesional, quien sin soltarse de las manos va a comenzar a meterse debajo o encima de los brazos agarrados de los distintos NNA hasta formar un nudo humano. Cada persona deberá mirar quién tiene su mano derecha y quién tiene su mano izquierda para buscar la manera de volver al círculo original, esto se deberá realizar sin hablar. Al finalizar, el/la profesional formulará preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad.
Recursos logísticos	*Pliegos de cartulina o papel kraft, lápices, colores, marcadores, cinta.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Construir un espacio reflexivo frente a las ideas, opiniones y creencias que tienen los NNA frente al conflicto armado. 2. Validar y reconocer los sentimientos que surjan en el espacio grupal.	Apertura de la sesión Para dar inicio a la sesión y continuar favoreciendo la integración de los participantes, el/la profesional repartirá un octavo de cartulina* a cada participante y solicitará que tomen en sus manos la fotografía que trajeron. Pedirá que doblen la cartulina en la mitad; en una parte pegarán la fotografía y en la otra escribirán datos de la infancia: Mi mayor travesura, El juego que más me gusta o me gustaba, Mi mejor regalo, Mis primeros amigos, entre otras. Al finalizar, todos los Álbumes de Recuerdos se pondrán en el centro del círculo y se repartirán aleatoriamente a los y las participantes. De esta manera, cada NNA tendrá un álbum de un participante distinto, que irán leyendo uno a uno y tratarán de adivinar a quién pertenece. Nota: En aquellos casos en los que el NNA no logró traer su fotografía, podrá realizar un dibujo de sí mismo. Si llega a ser necesario, este dibujo se realizará con el apoyo del/la profesional. El/la profesional hará preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad.

objetivo	actividades
	Desarrollo de la sesión 1. Con el fin de recoger las ideas, opiniones y creencias que tienen los NNA frente al conflicto armado, se elaborará un Collage con reportajes de prensa y recortes de revistas. Para ello, el/la profesional conformará dos grupos de la siguiente manera: Les pedirá que, en círculo, estén todos los participantes quienes siempre van a estar en movimiento, es decir, caminando. El/la profesional dará la indicación para que se reúnan en "pareja", luego "dos parejas", luego "dos parejas y una persona". Al escuchar la orden, los NNA deberán tomarse de la mano, quedando al final dos grupos de cinco personas. Cuando cada uno de los grupos estén conformados, el/la profesional realizará la entrega de diferentes materiales** e indicará que se construirá un Collage sobre el conflicto armado que vive el país. Cada grupo tendrá 20 minutos para su desarrollo. Al finalizar, cada grupo presentará el Collage a los demás participantes. En círculo, el/la profesional generará un espacio reflexivo en torno a las ideas, sentimientos y experiencias que los NNA expresaron a través del Collage, validando las emociones y señalando lo siguiente: "Los hechos de violencia que ocurrieron de manera directa o en sus familiares o comunidad nunca debieron suceder; estos hacen parte del conflicto armado que vive el país. Es importante que sepan que ninguno de ustedes son los responsables de lo sucedido y que hoy estamos aquí para hablar de lo que pasó y para que en grupo busquemos la manera de afrontarlo y superarlo". Nota: Recuerde que es importante desinstalar la culpa y generar un espacio en el que el NNA pueda hablar del conflicto armado. 2. Con el fin de validar y tramitar las emociones que surgieron en los NNA por el desarrollo de la actividad anterior, se desarrollará la actividad de la Escultura: El/la profesional les pedirá a los NNA que salgan del ejercicio anterior moviendo el cuerpo y sacudiéndolo. Les solicitará que caminen por el espacio y que formen un solo grupo. Se les dará la indicación de construir con sus cuerpos, sin hablar, una escultura de cómo se sintieron durante el desarrollo de la actividad anterior. La escultura permanecerá inmóvil durante un momento mientras el/la profesional observa a cada uno. Luego, les pedirá que la suelten y continúen caminando. Mientras caminan, el/la profesional motivará al grupo a que respire despacio y profundamente, señalando que cada vez que se respira ingresará al cuerpo un aire tranquilizador; podrá señalar que cada NNA le dará un color al aire que está ingresando en su cuerpo y otro color al aire que está saliendo de su cuerpo.

objetivo	actividades
	Después, dará la indicación de que paren nuevamente y, sin hablar, construyan con sus cuerpos una escultura de cómo se están sintiendo en este momento. El/la profesional observará cada escultura y luego les pedirá que la suelten y continúen caminando. El/la profesional les pedirá que, mientras caminan, expresen con el cuerpo un gesto de apoyo y cariño a las personas que se encuentren.
	Cierre de la sesión El/la profesional desarrollará la actividad del Bosque: Se les pedirá que caminen por el espacio y que escuchen la música**, que la sientan en su cuerpo. Poco a poco, se les dirá que se hagan al lado de la persona que tienen cerca y que muy paulatinamente se van a acercar para irse convirtiendo juntos en un árbol, como a cada pareja le parezca que es este. Una vez hecho el árbol, se les pide que entre ellos identifiquen, sin hablar, quién es el tronco y quién las enramadas. Quien se considere tronco cerrará los ojos y se quedará congelado. La persona que se haya identificado como enramada saldrá con el/la profesional, quién le dará la instrucción de hacer todos los movimientos que se les proponga con los troncos, ellos van a hacer toda la ambientación del bosque. Lo deben hacer fluidamente y con todos los compañeros, no solamente con su pareja. El/la profesional modelará la actividad haciendo de viento, silbidos, arañitas, monos, serpientes, entre otros sonidos, y movimientos que crean que puede haber en un bosque, de forma respetuosa y cuidadosa, y los demás que están asumiendo el rol de enramadas lo/la seguirán. Quienes están haciendo de troncos continuarán con los ojos cerrados. Para finalizar, se les dirán susurros al oído reconociendo algo de esa persona, como por ejemplo: admiro, reconozco, quisiera decirte que me caes muy bien, me gusta tu forma de vestir, quisiera conocerte más, etc. Seguidamente, se hará el mismo ejercicio cambiando de roles: los troncos serán enramadas y viceversa. El/la profesional hará preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad.
Recursos logísticos	* Octavos de cartulina, marcadores, lápices, lapiceros, colores, cinta y colbón. ** Revistas, periódicos, colbón, cinta, marcadores, colores, lápices. *** Música de relajación.

Sesión 4

objetivo

1. Comprender los significados y experiencias que tienen los NNA alrededor del conflicto armado.
2. Generar un espacio de construcción de nuevas alternativas de vida, que le permitan a los NNA afrontar la experiencia del conflicto armado.

actividades

Apertura de la sesión

Para dar inicio a la sesión, se desarrollará la actividad de la Orquesta:

Solicite a los participantes que se ubiquen en círculo. Voluntariamente, un participante saldrá del lugar y se elige a alguien para que dirija la orquesta. Todo el grupo deberá imitar al director, mientras el voluntario adivina quién está dirigiendo la orquesta. Al finalizar se podrán elegir otros voluntarios y directores para realizar nuevamente la actividad.

Desarrollo de la sesión

1. Con el propósito de comprender los significados y experiencias que tienen los NNA alrededor del conflicto armado, se utilizará la técnica narrativa de Lectura de Imágenes:

Solicite a los participantes que se ubiquen en círculo y entrégueles una imagen* (a cada NNA se le hará entrega de la misma imagen). Dé cinco minutos para que la observen detalladamente. Cuando esto se haya logrado, explore los significados que tienen los NNA, a través de las siguientes preguntas:

¿Quiénes están ahí? ¿Qué está haciendo cada uno? ¿Por qué lo hacen? ¿Qué están pensando? ¿Qué están sintiendo? ¿Cómo llegaron ahí? ¿Qué pasó antes? ¿Qué va a ocurrir después? ¿Por qué ocurrirá eso? ¿Qué otra cosa podría ocurrir? ¿Qué tendrían que hacer para que el final fuera diferente? ¿Hemos vivido algo similar? ¿Qué hemos hecho ante esa situación? (Grupo de Investigación en Socialización y Crianza, 2015).

Pida que dibujen en una hoja** ¿Qué cosas podrían hacer de manera distinta ante esa situación? Al finalizar el dibujo, formule preguntas que recojan las percepciones sobre el dibujo realizado y la experiencia vivida durante la actividad.

2. Se realizará una actividad a través de la técnica expresiva de Mandalas:

Solicite a los participantes que se ubiquen en círculo y ponga en el centro diferentes tipos de mandalas***, indicando que cada NNA podrá elegir la imagen que le guste y que desee trabajar. Indique que el mandala debe ser coloreado de afuera hacia adentro, con el fin de lograr que el NNA se centre en sí mismo y se propicie un espacio de contención de las emociones.

objetivo	actividades
	Cierre de la sesión Al finalizar el mandala, solicite a los NNA que dejen los mandalas en el centro del círculo y se pongan de pie. Indague: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué fue lo que más les gustó? ¿Qué fue lo que no les gustó tanto? ¿Qué recuerdos surgieron mientras coloreaban el mandala? Posteriormente, el/la profesional hará la reflexión de que a lo largo de las sesiones se han formado mandalas al estar organizados en círculos. Les solicitará que retiren los mandalas del centro y les dirá: "Ahora vamos a crear otro tipo de mandala, uno con nuestros cuerpos". Pida que se cojan de las manos y traiga a uno de los NNA al centro del círculo, soltando una de sus manos y manteniendo la otra tomando con la de su compañero (es importante que elija el NNA que considere que requiere del cuidado y apoyo de los otros). Solicite que se envuelvan los cuerpos girando hacia la derecha hasta que se genere una espiral humana, para que todos queden lo más cerca posible. Mientras tanto, reflexione frente a que muchas veces necesitamos ese abrazo colectivo, de la familia, de los amigos, de los compañeros, porque en ese abrazo colectivo nos podemos sentir unidos, seguros y protegidos.
Recursos logísticos	* Imagen de la película Pequeñas voces (Anexo 1). ** Hojas tamaño carta, lápices, colores y lapiceros. *** Preparar 10 imágenes de mandalas diferentes. Existen muchas páginas en la web en donde se pueden descargar. Se sugiere Escuela en la Nube: http://www.escuelaenlanube.com/mandalas-para-colorear/

Sesión 5

objetivo

1. Promover el fortalecimiento de los recursos para el afrontamiento en los NNA.
2. Construir un espacio reflexivo frente a las ideas, creencias y opiniones que tienen los NNA en torno a la memoria histórica.

actividades

Apertura de la sesión:

Se dará inicio a la sesión con la actividad del Escudo:

Cuente una breve historia de la Edad Media acerca de los linajes y las familias, las cuales tenían un escudo representando las características propias de cada familia. De esta manera se invitará a que los participantes dibujen en una hoja* su propio escudo. Podrán elegir la forma, los colores y los símbolos que consideren que deben estar en el escudo. Es importante que identifiquen dos características aprendidas de su familia y dos características propias de sí mismo/a y que las anote a un lado del escudo.

Al finalizar, haga preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad.

Desarrollo de la sesión

Con el fin de reconocer y fortalecer los recursos para el afrontamiento de situaciones difíciles en el marco del conflicto armado, solicite al grupo que caminen por el espacio, y mientras indique:

"Sabemos que el conflicto armado ha generado cambios en sus vidas y en sus familias o comunidades. Quisiera que en estos momentos pensaran en una situación que el conflicto armado ha cambiado y en cómo ustedes han respondido o responden ante eso, y qué emociones les hace sentir. Sigan caminando, sintiendo y conectándose con la situación y también con la emoción que les genera. Van a respirar profundamente y poco a poco van a ir haciendo una imagen en su cuerpo (se dad unos segundos) hasta que esta imagen quede congelada".

Solicite observar las demás estatuas y unirse con quienes consideren que tienen una imagen similar. Cada grupo hablará de la representación que realizó con su cuerpo.

Nuevamente, solicite que caminen por el espacio y que respiren profundamente soltando la imagen realizada. Pídales que esta vez piensen en ¿Qué cosas hicieron para que esta situación no fuera más difícil? Poco a poco, indíqueles que adopten una postura que represente esas cosas que lograron hacer, hasta que esta imagen quede congelada. Nuevamente, solicite observar las demás estatuas y unirse con aquellos participantes que consideren que tienen una imagen similar. Cada grupo hablará de las cosas que lograron hacer para que esta situación no fuera más difícil.

objetivo	actividades
	Al finalizar, solicite al grupo que se ubiquen en círculo en el suelo, y vaya haciendo preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad. Asimismo, realice una reflexión frente a las cosas que cada uno activó para sobrevivir, señalando que estos recursos están en cada uno/una y pueden ser activados ante otras situaciones que se presentan en la cotidianidad.
	Cierre de la sesión El/la profesional desarrollará la actividad del Abrazo Colectivo: Solicite que se pasen los brazos por encima del hombro del participante que está a su derecha y a su izquierda. Cuando todos estén abrazados, inicie un movimiento hacia los lados, adelante o atrás. El grupo seguirá progresivamente el ritmo hasta el punto en que el movimiento que surja ya no será el propuesto por el/la profesional, sino que será un movimiento grupal. Al finalizar, formule preguntas reflexivas y circulares que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad.
Recursos logísticos	* Hojas tamaño carta, lápices, colores y lapiceros.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Construir una noción conjunta de derechos humanos. 2. Comprender algunas situaciones de vulneración de derechos presentadas en NNA 3. Construir alternativas propias de exigibilidad de derechos, desde el marco normativo de la Ley 1448 de 2011.	Apertura de la sesión Para dar inicio a la sesión, el/la profesional solicitará que cada uno elija un animal de la jungla. Pídales que cierren los ojos y se imaginen que amanece. Los animales van a empezar a despertarse y van a hacer el ruido del animal elegido. Al principio va a ser un sonido muy bajito y luego cada vez más fuerte en la medida que el día avanza. Al finalizar la tarde, los sonidos de los animales irán perdiendo fuerza hasta el silencio que representará el atardecer. Desarrollo de la sesión Dado que algunos derechos han sido vulnerados en el marco del conflicto armado, es importante identificar cuándo ocurre esto y qué se puede hacer como sujetos de derechos.

objetivo	actividades
	1. Inicie la actividad preguntando ¿Qué son los derechos humanos? Anote en un mural* las ideas, creencias y opiniones que existen alrededor de este concepto. Luego, comparta el video https://www.youtube.com/watch?v=jRSv_9ez7pM o https://www.youtube.com/watch?v=qd91xuB-S3Iw**, que buscan informar de manera sencilla en qué consisten los derechos humanos. Al finalizar el video, indague y anote en el mural: ¿Qué otras ideas creen que se pueden agregar al mural? 2. Posteriormente, solicite a cada participante que dibuje en una hoja*** una situación que conozca en la que no fueron respetados los derechos de un NNA. Al terminar el dibujo, pida que se organicen por parejas y hablen de la situación que cada uno dibujó. Formule preguntas que permitan recoger elementos importantes de las situaciones en las que fueron vulneradas los derechos y vaya consignándolos en la mitad de un pliego de papel kraft. En la otra mitad del pliego de papel kraft, escriba las respuestas a la pregunta: ¿Qué propuestas tienen para que la situación sea distinta? 3. Reproduzca el audio del cuento Déjala volar****, el cual busca motivar en los NNA la apropiación y el desarrollo de la Ley de Víctimas y Restitución de Tierras. Al finalizar el cuento, realice preguntas que permitan recoger dudas, ideas y aportes de los NNA frente a la Ley de Víctimas, así como la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad.
	Cierre de la sesión Solicite que, de manera voluntaria, un NNA se sitúe en el centro con los ojos cerrados. Sus brazos estarán a lo largo de su cuerpo y se mantendrá totalmente derecho, para no caerse. El resto de los participantes conformará un círculo a su alrededor y le harán ir de un lado para otro, empujándole y recibiéndole con las manos. Al final del ejercicio, es importante volver al NNA a posición vertical antes de que abra sus ojos. Se podrá realizar esta actividad con otros participantes que quieran hacerlo voluntariamente. Formule preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad y señale que "es de esta manera como en el grupo nos apoyamos mutuamente". Informe la fecha y hora de la próxima sesión.

objetivo	actividades
Recursos logísticos:	* Pliegos de papel kraft, marcadores. ** Video Derechos Humanos https://www.youtube.com/watch?v=jRSv_9ez7pM o https://www.youtube.com/watch?v=qd91xuBS3Iw *** Hojas tamaño carta, lápices, colores y lapiceros. **** Audio del cuento Déjala volar, elaborado por el ICBF, el Ministerio de Justicia y del Derecho y Usaid (2012). Este material se encuentra en la Caja de Herramientas suministrado en la capacitación para el empleo de esta estrategia.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Facilitar un espacio reflexivo frente a la noción de memoria histórica. 2. Construir herramientas que les permitan a los NNA fomentar en su cotidianidad la memoria histórica.	Apertura de la sesión Para dar inicio a la sesión, solicite conformar grupos de tres personas. Cada grupo elegirá dos personas, quienes se tomarán de las manos para representar una cueva y el tercer participante será un oso, el cual estará ubicado dentro de la cueva. Dé las siguientes indicaciones: - La palabra Cuevas significa que las cuevas buscan otros osos que proteger. - La palabra Osos significa que los osos buscan otra cueva donde protegerse. - La palabra Terremoto significa que las cuevas podrán ser osos y viceversa. El/la profesional dirá una de las anteriores palabras y entrará al juego para que un integrante se quede sin cueva. La persona que queda sin cueva dará una indicación y buscará nuevamente ubicarse en el grupo. Sucesivamente, se darán diferentes indicaciones de palabra y el grupo se movilizará.
	Desarrollo de la sesión Solicite al grupo ubicarse en círculo y formule las siguientes preguntas:

objetivo	actividades
	¿Qué es la memoria histórica? ¿Qué papel ocupan los adultos frente a la memoria histórica? ¿Qué papel ocupan los NNA frente a la memoria histórica? Recoja las ideas que surjan de los NNA, anotando en el mural* los elementos principales. Teniendo en cuenta las ideas construidas, solicite conformar dos grupos conformados por 5 participantes. Cada grupo representará una situación heroica que han vivido y que quisieran que los NNA del otro grupo conocieran y recordaran con el tiempo. Cada grupo podrá elegir los roles, libreto y elementos de la representación. Al finalizar las representaciones, formule preguntas que permitan recoger la experiencia vivida en la actividad y señale que la memoria histórica fortalece la propia vida porque da respuesta frente a quiénes somos, de dónde venimos y qué ha pasado en la familia o comunidad. Invite a que durante la semana generen espacios de diálogo con familiares o miembros de la comunidad frente a diferentes situaciones de la vida.
	Cierre de la sesión Informe al grupo la fecha y hora de la próxima sesión. Dado que esta es la última sesión, solicite construir un dibujo, tarjeta o carta de despedida para algún miembro del grupo. Como cierre se desarrollará la siguiente actividad: Pida que conformen parejas donde uno será A y otro será B. Los A serán quienes realizan el masaje y los B quienes lo reciban. Invite a los A a que froten sus manos hasta calentarlas (si es posible, se les hará entrega de aceite de almendras o de naranja para el desarrollo del masaje). Indíqueles que, con el dedo pulgar, masajeen desde el codo izquierdo de la persona hasta el dedo meñique. Luego, completarán el masaje con cada dedo de la mano. De igual manera, realizarán los movimientos señalados con el codo y la mano derechos. Al finalizar, quienes eran A pasan a ser B y viceversa, iniciando nuevamente la indicación del masaje.
Recursos logísticos	* Pliegos de papel kraft, marcadores, cinta. Opcional: Aceite de almendras o de naranja.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Luego de la evaluación de resultados del proceso de rehabilitación psicosocial, solicite que dibujen, en la mitad de una hoja*, ¿Cómo se veían antes de esta atención grupal?, y en la otra mitad ¿Cómo se ven ahora? Formule preguntas que permitan recoger los dibujos realizados y la experiencia vivida durante su elaboración. Posteriormente, en otra hoja escribirán "Aquellas cosas que aprendieron de los demás participantes". Indique que tomen la hoja que acabaron de escribir y que con ella realicen un avión. Se ubicarán en círculo y cada uno lanzará su avión al centro. Invite a que los NNA se acerquen y tomen un avión. Voluntariamente, cada NNA leerá los aprendizajes escritos, reconociendo y tomando para sí mismos/as algunos aprendizajes que tengan sentido para ellos/ellas. Realice el cierre valorando los esfuerzos y reconociendo los recursos, habilidades y potencialidades de los NNA. Indique que ya no es tan útil el apoyo y mantenga "la puerta abierta" en caso de ser necesario. Se realizará la despedida entregándose los dibujos, tarjetas o cartas de despedida que realizaron los NNA a algún miembro del grupo. Nota: En aquellos casos en los que algún NNA se le olvidó traerlo, se darán algunos minutos para que pueda construirlo. En aquellos casos en los que se evidencie que algún NNA se va a quedar sin objeto de despedida, entréguele un dibujo, tarjeta o carta construida por usted.

5.9. Atención grupal para la resiliencia con mujeres lideresas

5.9.1. Justificación

Los actores armados han ejercido control desde los cuerpos y las subjetividades, la cotidianidad de las personas y los procesos organizativos. Estos controles buscaron, entre otras, la "construcción y conservación de jerarquías sociales fundadas en estrictos criterios de género, raza y generación" (Grupo de Memoria Histórica & CNRR, 2011).

Así, las mujeres que han desarrollado un rol de liderazgo en el contexto del conflicto armado han tenido afectaciones muy particulares, no solo por el hecho de ser mujeres, sino también por la naturaleza comunitaria de su trabajo, que supone una afrenta a los órdenes establecidos por los sectores armados. "Las distintas violaciones a los derechos humanos que sufrieron las mujeres (…) no son fruto del azar, sino que responden a las estrategias, repertorios violentos y protocolos de regulación social, así como a las concepciones sobre la feminidad y masculinidad promovidos por los comandantes de un actor armado (…)" (Grupo de Memoria Histórica & CNRR, 2011).

En esta medida, es necesario tener en cuenta que su proyecto de vida, así como las acciones relacionadas con el cuidado y la familia, han cambiado a partir de los hechos violentos, así como después de comenzar a liderar organizaciones o grupos. Los procesos organizativos de los que se han encargado las mujeres han redundado en su resiliencia, puesto que no solo trabajan en sus casos particulares, sino que están permanentemente ayudando a otras personas.

Objetivos

- Reconocer los elementos de la resiliencia en mujeres lideresas.
- Compartir de manera grupal las afectaciones relacionadas con el liderazgo y las herramientas de afrontamiento que las mujeres lideresas han desarrollado individualmente.
- Comprender los distintos efectos del rol de lideresas en los demás roles de las mujeres.

Insumos para Indicadores de proceso

- Identificación colectiva de herramientas individuales de resiliencia por parte de las mujeres lideresas.
- Intercambio de experiencias y saberes ante las afectaciones generadas por el ejercicio de liderazgos femeninos en el marco del conflicto armado.
- Fortalecimiento de mecanismos propios de resiliencia e incorporación de otras maneras de afrontamiento ante situaciones adversas.

5.9.2. Recomendaciones generales

Consideraciones del enfoque de Curso de Vida

Tenga en cuenta los momentos de la vida en que están las mujeres que conforman el grupo. Por ejemplo, si tienen hijas o hijos, si son adultas mayores, entre otras. Si el grupo tiene mujeres en diferentes momentos en su curso de vida, favorezca el diálogo intergeneracional en cada sesión.

Consideraciones del enfoque de Género

Evite generar significaciones inferiores sobre las mujeres desde el lenguaje. Procure no usar palabras como "chicas", "niñas" o cualquiera que ponga a las mujeres del grupo en un rol subordinado entre ellas o de ellas con usted.

Consideraciones del enfoque de Niñez y Adolescencia

En esta orientación metodológica no se deben involucrar NNA, pues está prevista para abordar niveles de reflexión crítica entre adultas. Se debe motivar a que las mujeres que asistan al grupo puedan dejar a sus NNA al cuidado de alguien en su red de apoyo.

Consideraciones étnicas

Evite comentarios o acciones de discriminación étnico-racial entre las mujeres y desde su rol como profesional psicosocial. Por ejemplo, propicie diálogos interculturales si hay mujeres pertenecientes a grupos étnicos, con el ánimo de reconocer respetuosamente los usos y costumbres de las mujeres del grupo.

Recursos adicionales

Considere alternar el tipo de técnicas cuando alguna integrante del grupo no pueda participar debido a sus condiciones particulares. Por ejemplo, si en alguna sesión se sugiere trabajar con técnicas performativas y dentro de las participantes está presente una mujer adulta mayor o una con discapacidad a quien le es imposible realizar este

tipo de técnicas, puede modificarla por una técnica de tipo expresivo mediante la cual todas puedan participar.

En estos casos, siempre deberá revisar que el tipo de técnica alterno que incorporará facilita la consecución de los objetivos de la sesión y es consecuente con los paradigmas epistemológicos de esta Estrategia de Atención Psicosocial: Hermenéutico y Crítico Social. Asimismo, deberá reportar en la casilla de observaciones del aplicativo web correspondiente al reporte de la sesión el motivo por el cual realizó el cambio y cuál fue la actividad alterna que desarrolló.

5.9.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio. 5. Establecer el encuadre para la participación en grupo.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento para la técnica Individual - Grupal, apartado 5.3, en donde se identificó que, en razón de las labores de liderazgo, se han derivado notorios impactos. Si en el proceso de establecimiento de necesidades de atención se concertó la participación en el grupo, se procederá a iniciar el encuadre y la invitación, suministrando la siguiente información: - De qué se trata la atención en grupo. - Cuál va a ser la participación. - Cuánto dura cada sesión, cuándo se van a reunir y cuántas sesiones tiene este trabajo en grupo. - En dónde se van a realizar las reuniones. Se aclaran las preguntas que surjan de esto. Finalmente, se reconfirma la asistencia.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Hacer la presentación del proceso general.	**Apertura y preguntas acerca de la conversación anterior** Siendo este el encuentro de atención psicosocial posterior al Acercamiento y Reconocimiento, para claridad de todas las integrantes del grupo, es necesario que el/la profesional psicosocial diga que, una vez sostenida esa primera conversación, se acordó con cada una de ellas realizar un proceso de atención psicosocial grupal, ya que se encontró que ello podría ayudar a disminuir las afectaciones que el conflicto armado ha dejado en ellas por el ejercicio de su liderazgo. Dicho esto, el/la profesional debe mencione que, si bien la mayoría de las mujeres lideresas enfrentan efectos específicos por el ejercicio de su liderazgo, en el marco del conflicto armado, las mujeres que ejercen este rol han tenido afectaciones psicosociales particulares que requieren de una atención específica. Es por eso que el/la profesional psicosocial está allí iniciando este proceso que se ha denominado "atención psicosocial Individual - Grupal".
2. Hacer la presentación de las participantes.	**Técnica performativa:** El Encuentro de Caminantes Se organiza el grupo en círculo Solicite al grupo caminar por el espacio, como si caminaran sobre un plato gigante que en su base es sostenido en el centro por un alfiler; por lo tanto, deben mantener el equilibrio del plato para que no se voltee. Deben evitar caminar en círculo y una persona detrás de otra. Tras el contacto visual con alguna persona, se presentará dando su nombre y otra información sobre sí misma (que decida libremente). Las indicaciones se dan aproximadamente cada dos minutos. En cada cambio, dé un aplauso y diga la palabra "cambio", indicando el cambio de parejas. Dependiendo del número de mujeres, el/la profesional dará tantos cambios como se requiera. Es importante que el/la profesional participe de la actividad para que las mujeres la/lo conozcan. Al concluir se volverá a la formación circular.
3. Establecer el encuadre del grupo.	**Técnica narrativa:** El Afiche de Mínimos Proponga a las participantes establecer unos mínimos sobre el desarrollo de la atención. Escriba estos mínimos en un pliego de papel, según lo establezcan las mujeres. Se sugiere hacer preguntas como ¿Qué tendría que pasar hoy para que estos encuentros sean agradables y significativos? Guíe la reflexión en torno a elementos que permitan llevar a cabo el ejercicio de la mejor manera (manejo del tiempo, actitudes, uso de celulares, espacios, recursos, confidencialidad, puntualidad, etc.). Informe que las reuniones se harán cada 8 días, en reuniones de 2 horas, durante 7 sesiones incluyendo esta.

objetivo	actividades
	Una vez se establecen estos acuerdos, proponga que esta cartelera estará presente en las reuniones. Se acordará en grupo si la lleva la/el profesional o si la rotarán entre las participantes.
4. Caracterizar la resiliencia.	**Técnica narrativa:** Reconocer la Resiliencia Motive una reflexión sobre lo que cada integrante hace ante situaciones complejas relacionadas con el ejercicio de su liderazgo. Se sugiere hacer preguntas que permitan a las mujeres hablar sobre las formas como han dado continuidad a sus procesos. Por ejemplo: En los momentos difíciles, ¿qué acciones han desarrollado para que no se acaben los procesos de sus organizaciones? Cuando han acompañado casos complejos, ¿cómo han ayudado a otras personas? ¿qué les anima a seguir trabajando por sus procesos organizativos? Promueva la reflexión colectiva sobre los ejemplos que las mujeres vayan dando, reconociendo en cada uno lo importante que ha sido para esa mujer tener esas herramientas para seguir enfrentando situaciones adversas. Esta actividad es el centro de la sesión. Permita que aparezcan las narraciones y sean escuchadas respetuosamente por todo el grupo.
	Cierre Proponga nuevamente la formación circular e indague por los sentimientos que han surgido en las mujeres a lo largo de la sesión: ¿Qué fue lo más fácil del ejercicio? ¿Qué fue lo más difícil de hacer en este ejercicio? ¿Cómo se sintieron? Retome y valide las emociones que surgieron, recordando que todas son legítimas y normales.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Comprender el liderazgo femenino en el contexto del conflicto armado y sus efectos en los otros roles de las mujeres.	**Apertura de la sesión** Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado.
	Desarrollo de la sesión **Técnica expresiva:** Lista Colectiva Reunidas en grupo, en un pliego de papel se dibuja una línea que lo separa en dos. De un lado se escriben las acciones de liderazgo que han realizado y del otro lado se escribe cómo se ha visto afectado ese liderazgo por los hechos violentos. **Técnica narrativa:** Conversación Grupal Guíe una conversación para reflexionar sobre cómo ha sido el ejercicio del liderazgo de las participantes. Voluntariamente, las lideresas hablarán sobre cómo ha sido su proceso de liderazgo, así como las herramientas que han desarrollado de cara al conflicto armado. Se sugieren preguntas del siguiente tipo: ¿Cómo comenzaron sus procesos de liderazgo? Frente a los hechos violentos, ¿qué hicieron o hacen para mantener sus organizaciones? ¿Con quién o quiénes cuentan para mantener esos procesos andando? Cuando escuchamos esto, ¿alguien más ha pasado por esa situación? ¿Cómo la ha sorteado? Estimule la interacción entre las mujeres que componen el grupo, a partir de las siguientes preguntas o indicaciones: ¿Alguien más ha estado en una situación como esta? ¿Qué otras herramientas creen ustedes que se podrían usar en este caso? ¿Qué herramientas o estrategias han usado ustedes ante casos parecidos que les hayan permitido sortear la situación?

objetivo	actividades
	Técnica expresiva: Símbolo de Liderazgo Utilizando pintura de colores y un pliego de cartulina blanca, invite a las participantes a dibujar un símbolo utilizando únicamente las palmas de sus manos como sello para hacer el gráfico. Se ubica el dibujo en una pared o en el centro del grupo y se invita a definir con una palabra qué es para ellas el liderazgo que está representado en este símbolo.
	Cierre Retome los elementos que han permitido construir la cartelera. Es importante hacer hincapié en que, si bien todas las organizaciones sociales tienen problemas y altibajos, en el marco del conflicto esos altibajos afectan particularmente a sus líderes o lideresas. Asimismo, se debe reconocer que cada lideresa ha desarrollado formas de afrontar y resistir ante estos eventos y, por lo tanto, estar en grupo permite reconocerse en otras personas e intercambiar experiencias y aprendizajes. Se sugieren las siguientes preguntas: ¿Qué nos llevamos hoy? ¿Qué sabemos ahora que no sabíamos cuando comenzó la sesión? Agradezca a las participantes por sus aportes, valídelos y haga la despedida.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Comprender el liderazgo femenino en el contexto del conflicto armado y sus relaciones con otros roles de las mujeres.	Apertura de la sesión Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado. Recoja las intervenciones y mencione que en esta sesión se trabajará la segunda parte del tema: los efectos que el liderazgo ha tenido en otros roles de la vida en las mujeres del grupo.

objetivo	actividades
	Desarrollo de la sesión Técnica expresiva: Siluetas Se entregan dos pliegos de papel por persona y se solicita organizarse en parejas. Una de ellas se acuesta sobre el papel y la otra dibuja la silueta; luego cambian, de manera que cada una tiene su propia silueta dibujada en un pliego de papel. A continuación, se pegan los pliegos en la pared y, de manera individual, se van asignando y escribiendo roles a diferentes partes del cuerpo, de acuerdo con las siguientes preguntas: ¿Dónde pondrían su rol como hijas, como ciudadanas, como mujeres, como esposas, como amigas, como madres, como hermanas (según sea el caso)? Esta lista se hará en un solo color. A continuación, de nuevo en parejas, una le indicará a su par cómo se ha relacionado cada rol con el ejercicio del liderazgo. Por ejemplo: Juana y Diana hacen pareja. En la silueta de Juana, Diana escribirá lo que Juana le indique según el rol, de manera que Juana pueda tener distancia de su propia silueta y ver cómo distintos roles de su vida se relacionan con el Ser lideresa. Estas relaciones pueden ser positivas o negativas, según lo indique Juana. Al terminar, cambiarán los roles y se procederá de la misma manera. Es importante reflexionar sobre las coincidencias entre las participantes, tanto en lo positivo como en lo negativo. Al terminar la segunda ronda, se volverá a la formación circular. Con la guía de la/el profesional, se hará una reflexión sobre las coincidencias tanto en lo positivo como en lo negativo. Se conversará sobre las maneras en que el liderazgo, los demás roles y los hechos violentos, así como las herramientas y estrategias para hacerles frente, se han articulado a lo largo de la vida de cada una de ellas.
	Cierre Recoja las experiencias recordando que la vida de las personas se ha visto afectada por el conflicto armado en todos sus ámbitos, tanto los públicos (por ejemplo, el liderazgo) como los privados (la familia, las amistades, etc.). Asimismo, se recalcan las fortalezas que como mujeres han tenido y las estrategias y elementos que pueden ser de utilidad para personas que han estado en situaciones similares. Pregunte al grupo qué quisieran hacer con las siluetas que han elaborado.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Compartir conocimientos sobre el cuidado de sí en las mujeres lideresas.	**Apertura de la sesión** Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado.
	Desarrollo de la sesión **Técnica mixta:** Tren de los Cuidados Se desarrollarán 3 estaciones. Dependiendo del número de personas, se harán grupos de mínimo 2 personas. Si el grupo está conformado por menos de 6 personas se trabajarán las 3 estaciones en un solo grupo. Se disponen 3 lugares equidistantes entre sí. En el primero se pega un pliego de papel, en el segundo se disponen hojas tamaño carta en blanco y marcadores pequeños y en el tercero se dispone un espacio en el que el grupo pueda estar cómodamente de pie, para moverse sin tocarse entre sí. Cada estación tiene un grupo de trabajo que desarrollará la actividad, teniendo en cuenta la experiencia en sesiones anteriores. Cada grupo trabajará de manera simultánea la primera parte y posteriormente expondrá su trabajo ante las demás cuando visiten su estación. Se darán 30 minutos para preparar simultáneamente cada estación. **Estación 1:** Mural En un mural de papel kraft, cada participante tiene 5 minutos para responder con una palabra, frase o dibujo, ¿qué es el Cuidado en el contexto de los liderazgos femeninos? ¿Para qué consideran que es importante que ellas como lideresas lo tengan en cuenta? Cada participante socializa y plasma su reflexión. Posteriormente, la persona que actúa como facilitadora recogiendo los elementos que aportó el grupo, articula los conceptos básicos acerca del cuidado.

objetivo	actividades
	Estación 2: Huellas Se entrega a cada persona una hoja blanca y marcadores de colores. En 5 minutos, las participantes deben dibujar la silueta de una mano y en ella deben representar las huellas que les ha dejado el trabajo como lideresas en el marco del conflicto armado (¿Qué huellas ha dejado en mí el trabajo con mi agrupación en el marco del conflicto armado?). Se promueve la socialización de lo identificado, finalizando con la articulación teórica de la facilitadora, quien recogerá los temas de las dimensiones del ser humano (Ser, Hacer, Tener, Estar. Ver capítulo conceptual: Dominio Ontológico). A medida que el/la facilitador/a vaya socializando las definiciones, irá ilustrando con ejemplos a las participantes para propiciar una comprensión más clara del tema; asimismo, hará preguntas estratégicas al grupo con el fin de que expresen situaciones de desgaste o riesgo de desgaste. **Estación 3:** Estatuas Cada participante deberá hacer en una escultura corporal en movimiento, una imagen con su cuerpo, sin hablar, que represente "cómo me cuido en el trabajo como lideresa". A partir de la reflexión de las imágenes representadas, se aborda el concepto de recursos de afrontamiento, salud y bienestar. Cuando los grupos terminen su preparación, los grupos 2 y 3 se formarán en fila para comenzar el desplazamiento por el espacio en forma de tren. El grupo 1 recibirá a sus visitantes exponiendo su trabajo y se unirá al tren, mientras el grupo 2 llega a su estación y presenta su trabajo. Se repite para el grupo 3. Se tendrán 30 minutos en cada grupo.
2. Elaborar síntesis y cerrar la sesión.	**Cierre de la sesión** Al terminar la tercera estación, la/el profesional indicará la agrupación circular y recogerá la experiencia de las mujeres participantes. Recordará la importancia del autocuidado en el trabajo como lideresas, así como la importancia de una red de pares que permita el intercambio de experiencias y el apoyo mutuo.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Fortalecer el liderazgo.	**Apertura de la sesión** Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado. Se realiza un resumen de lo realizado en la sesión anterior, destacando el proceso de autoconocimiento de cada una.
	Desarrollo de la sesión En círculo, se le entrega a cada mujer un cuarto de hoja carta y un marcador pequeño. En el centro del círculo se ubican dos pliegos unidos de papel periódico. Guíe una conversación sobre las características o cualidades que debe tener la lideresa ideal. Es importante aclarar que NO EXISTE una lideresa ideal y que en Colombia el conflicto armado ha afectado el liderazgo de muchas mujeres, no solo por ser lideresas, sino también por ser mujeres. Una vez hecha la aclaración se sugieren las siguientes preguntas: ¿Cómo sería una lideresa ideal? ¿Qué características debe tener? ¿Debe tener características físicas, mentales, sociales, de relacionamiento específicas? ¿Cuáles serían? Las participantes escribirán en sus hojas. Luego, se socializará lo que cada una escribió, resaltando las características que el grupo considera como las más importantes. Al terminar, se pegarán las hojas en el papel periódico, construyendo un círculo de hojas. Este círculo debe ser amplio, tan cerca de los bordes del papel como sea posible. A continuación, guíe una conversación para que las participantes rescaten sus propias características como lideresas. Con estas hojas se construirá un círculo más pequeño dentro del primero en el papel periódico. Algunas preguntas que pueden guiar esta ronda son: ¿Qué aspectos tengo, como cualidades, que me hacen una buena lideresa? ¿Por qué razón esto es importante para una lideresa?

objetivo	actividades
	Luego, las preguntas se dirigirán hacia los aspectos que cada una quisiera desarrollar en su ejercicio del liderazgo. En ese sentido, algunas preguntas que pueden orientar la conversación son: ¿Qué aspectos o cualidades quisiera desarrollar en mi proceso como lideresa? ¿Por qué razón estos aspectos y no otros? Después de la reflexión personal, realice una plenaria para compartir voluntariamente los aspectos individuales y pegarlos en el papel periódico. Este es el círculo más pequeño. Puede ocurrir que se sobrepongan unos papeles con otros. Dirija la reflexión a los aspectos comunes, aquellos que están en el centro. Asimismo, promueva la reflexión sobre lo que se puede hacer tanto en lo individual como en este grupo sobre esas metas, teniendo en cuenta que estas deben ser alcanzables en un tiempo determinado, deben tener un orden de importancia o de consecución para ir avanzando permanentemente y tener logros con frecuencia, así no sean muy grandes, y deben estar orientados a una mejor práctica del liderazgo individual.
	Cierre de la sesión Guíe la reflexión grupal sobre lo que se ha construido en la sesión, comenzando por el primer círculo (el más grande), en el que se puso de manera general y, por lo tanto, impersonal, lo que "debería" tener una lideresa, para llegar al más pequeño e íntimo, en el que se detallan aspectos muy personales de lo que cada una quiere llegar a ser como lideresa. Se sugiere hacer un ritual para la próxima sesión, en el que cada participante (incluida la profesional) lleve un objeto que le sea significativo, con la aclaración de que no tendrán que dejarlos en el lugar (pueden volver con ellos a sus casas).

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Resumir el proceso individual	**Apertura de la sesión** Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado.
	Desarrollo de la sesión ¿Qué ha cambiado en cada una desde que iniciamos este proceso de atención psicosocial? ¿Cómo ven ahora sus capacidades para afrontar los efectos del conflicto en sus roles de liderazgo? ¿Hay algo que hayan decidido al respecto originado en el proceso que han tenido? ¿Qué sigue siendo difícil de manejar en cuanto a estos roles en sus procesos u organizaciones? ¿Qué quisieran hacer frente a ello? Se sugiere que cada una escriba en un papel las respuestas a estas preguntas, de manera que pueda revisarlas posteriormente. Con las respuestas que den, se inicia un diálogo colectivo. El/la facilitador/a tendrá la función de establecer los puntos de convergencia y divergencia entre las respuestas, sin validar unos sobre otros, sino más bien buscando un reconocimiento de lo que pueden construir colectivamente.
2. Valorar metas y logros alcanzados.	**Cierre de la sesión** Si en la sesión anterior las participantes accedieron a realizar el ritual, la/el profesional deberá llevar una vela, una piedra, un recipiente con agua, una figura que represente el aire (un avión de papel, una figura de origami que sea un ave, una imagen de un ave, etc.), y una manta donde pueda disponer estos objetos y los que lleven las participantes. En el suelo se pone la manta y sobre esta los objetos, aclarando que cada uno corresponde a un elemento de la naturaleza (agua, tierra, fuego, aire). Explique que este es un ritual que conecta la tierra como fuente de energía y de fortaleza con ellas como portadoras de la fuerza de la naturaleza.

objetivo	actividades
	Cada una irá poniendo sobre la manta el objeto que trajo y explicará por qué es importante para ella y por qué quiere compartirlo con las demás. La última en poner su objeto significativo será la profesional, quien además de explicar su objeto dará las gracias al grupo por el trabajo que han venido realizando y se pondrá de pie, indicando que se tomen todas de las manos: la mano derecha hacia abajo (entregando) y la mano izquierda hacia arriba (recibiendo). Cada una dirá algo que agradece de este proceso, pensando siempre en compartir esa energía de la tierra con la compañera que tiene a su derecha. Al llegar a la profesional, se acercan todas para darse un abrazo colectivo en agradecimiento por el proceso. Se levantan los objetos personales y se recuerda que la próxima sesión se hará un seguimiento y evaluación de la atención, por lo que se espera la llegada puntual de todas.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Realizar seguimiento a los logros alcanzados.	Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado.
2. Valorar cierre del proceso de atención psicosocial.	Desarrollo de la sesión Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Técnica narrativa: Conversación Colectiva Mediante preguntas de tipo reflexivo, la profesional llevará a que las integrantes del grupo se piensen a sí mismas en cuanto a cambios que han podido iniciar o sostener con este proceso de atención psicosocial: ¿De qué habilidades que hayan visto en ustedes durante este proceso de atención psicosocial se sorprenden y se sienten orgullosas?

objetivo	actividades
	¿Qué efectos ha tenido en sus procesos de liderazgo haber participado en este proceso de atención psicosocial familiar? ¿Y en sus emociones individuales? ¿Han podido verse cambios en su manera de ser, de sentir o de pensar como persona y como lideresas? ¿Cuáles son los recursos que tienen ahora como lideresas para afrontar los problemas que se presentan en la cotidianidad de su organización o proceso? ¿De 1 a 10, siendo 1 el mínimo y 10 el máximo puntaje, en cuánto consideran que permanecen los niveles de malestar emocional en este grupo? Técnica expresiva Se les presentará a las participantes la siguiente imagen, para que califiquen su capacidad actual para sobreponerse a situaciones adversas en el ejercicio de su liderazgo. La esfera más pequeña representa mínima capacidad y, en la medida que aumenta el tamaño de la esfera, esto representa una mayor capacidad. El valor atribuido a cada esfera será solo para uso del/la profesional: Esfera pequeña: Valor=1 Esfera siguiente: Valor=3 Esfera siguiente: Valor=5 Esfera anterior a la más grande: Valor=7 Esfera más grande: Valor=9 La idea es que todas las integrantes puedan calificar, de tal forma que la profesional podrá ponderar y sacar la media una vez cada integrante haya evaluado seleccionando una de las esferas: Capacidad actual del grupo para afrontar los problemas:

objetivo	actividades
	Valoración para el cierre del proceso de atención psicosocial El/la profesional psicosocial considerará los siguientes elementos para valorar la posibilidad o no de realizar el cierre al proceso de atención psicosocial: • Tenga en cuenta lo que se concertó con el grupo cuando realizó el plan de atención psicosocial durante el Acercamiento y Reconocimiento y si esto ya fue cumplido. • Considere también los objetivos de esta orientación metodológica y asigne un porcentaje de logro frente a estos. • Tenga presente los indicadores de proceso de esta orientación metodológica y lo logrado hasta el momento (asigne a cada uno un porcentaje de logro). Considerados los elementos anteriores, decida si procede a cerrar el proceso de atención psicosocial de este grupo o si, por el contrario, su concepto es que esta debe continuar y en qué tema requiere atención psicosocial. Considere también si este grupo tiene integrantes que requieren de atención en la modalidad Individual - Individual y concierte con ella(s) la posibilidad de continuar el proceso de esta manera.

5.10. Atención grupal para el empoderamiento de personas con identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas (lgtbi)

5.10.1. Justificación

El conflicto armado en Colombia ha afectado muchos de los órdenes de la vida de las personas. Uno de ellos es el de la vida cotidiana y la identidad. Para las personas que no tienen una identidad de género o una orientación sexual hegemónica, la historia de violencia se basa en el prejuicio, así como la discriminación sistemática y generalizada desde la familia, el Estado, la escuela, la salud, la justicia y, en general, la sociedad en su conjunto, hace que sus historias de vida sean complejas y llenas de afrontamientos de realidades difíciles que con frecuencia están asociadas al riesgo.

"Estos factores estructurales se han engranado con las lógicas del conflicto armado colombiano, de manera que los imaginarios que sustentan las prácticas violentas de los armados coinciden en buena medida con aquellos imperantes en los contextos culturales en que ocurren tales violencias" (Centro Nacional de Memoria Histórica, 2015).

En esta medida, el conflicto ha afectado de manera diferenciada a las personas que no se ajustan a la norma heterosexual que indica una sola manera de ser hombre o mujer, así como la manera en que se constituyen la pareja y la familia, aprovechando *"los problemas sociales irresueltos de esta sociedad para sus fines, entre ellos, la discriminación por orientación sexual o identidad de género"* (Centro Nacional de Memoria Histórica, 2015).

Por lo anterior, la atención psicosocial procura empoderar a estas personas desde el fortalecimiento de su ejercicio de la identidad y el reconocimiento de su dignidad y sus capacidades para generar vínculos afectivos con otras personas. Dado que las afectaciones a estas personas tienen que ver con el ejercicio de su individualidad en la sociedad, se propone un acercamiento de tipo grupal que aborde las afectaciones que individualmente han tenido en el marco del conflicto armado.

Objetivos

- Promover el empoderamiento de las personas con identidades de género u orientaciones sexuales no hegemónicas.
- Compartir de manera grupal las afectaciones relacionadas con el ejercicio de las identidades de género y las orientaciones sexuales no hegemónicas, así como las herramientas de afrontamiento que han desarrollado individualmente.
- Comprender los distintos efectos del *continuum* de violencias en las personas que se apartan de la norma heterosexual, para generar procesos de cambio frente a este.

Insumos para Indicadores de proceso

- Identificación colectiva de recursos de afrontamiento individuales de personas con identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas que han sido victimizadas en el marco del conflicto armado.
- Intercambio de experiencias y saberes ante las afectaciones generadas por el ejercicio de identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas en el marco del conflicto armado.
- Fortalecimiento de mecanismos propios de resiliencia e incorporación de otras maneras de afrontamiento ante situaciones adversas.

5.10.2. Recomendaciones generales

Consideraciones del enfoque de Curso de Vida

Tenga en cuenta los momentos de la vida en que están las personas que conforman el grupo. Promueva el diálogo intergeneracional en cada sesión.

Consideraciones del enfoque de Género

Tenga en cuenta que el grupo está conformado por personas con identidades de género no hegemónicas, por lo que es **fundamental** evitar el trato discriminatorio. Pídale a cada persona su **nombre identitario,** de manera que, al referirse a ellas o ellos, sea de acuerdo con su propia construcción identitaria y no con respecto a lo que dicen sus documentos.

Evite el trato despectivo: los chistes y las actitudes despectivas ante personas no hegemónicas hieren su dignidad y se constituyen en acciones con daño.

Recuerde que usted representa al Estado colombiano en la atención psicosocial, por lo que debe reconocer la diversidad de las personas que conforman el grupo y promover el trato equitativo y respetuoso.

Consideraciones del enfoque de Niñez y Adolescencia

Esta orientación metodológica está prevista para abordar niveles de reflexión crítica entre personas adultas. Se debe motivar a que las personas que asistan al grupo puedan dejar a sus NNA al cuidado de su red de apoyo.

Consideraciones étnicas

Evite comentarios o acciones de discriminación étnico-racial entre las personas que conforman el grupo, y desde su rol como profesional psicosocial. Por ejemplo, propicie diálogos interculturales si hay personas pertenecientes a grupos étnicos, con el ánimo de reconocer respetuosamente los usos y costumbres de estas personas.

Recursos adicionales

Considere alternar el tipo de técnicas cuando alguna persona del grupo no pueda participar debido a sus condiciones particulares. Por ejemplo, si en alguna sesión se sugiere trabajar con técnicas performativas y dentro de las o los participantes hay alguien con discapacidad para quien le es imposible realizar este tipo de técnicas, puede modificarla por una técnica de tipo expresivo mediante la cual todas puedan participar.

En estos casos, siempre deberá revisar que el tipo de técnica alterno que incorporará facilita la consecución de los objetivos de la sesión y es consecuente con los paradigmas epistemológicos de esta Estrategia de Atención Psicosocial: Hermenéutico y Crítico Social. Asimismo, deberá reportar en la casilla de observaciones del aplicativo web correspondiente al reporte de la sesión el motivo por el cual realizó el cambio y cuál fue la actividad alterna que desarrolló.

5.10.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento para la técnica Individual -Grupal, apartado 5.3, en el que se identificó la importancia de abordar el tema de promover fortalezas y empoderar frente a su identidad y orientación sexual no hegemónica, por cuanto la violencia en el marco del conflicto armado lo/la ha victimizado por esta condición.
Establecer el encuadre para la participación en grupo.	Si en el proceso de establecimiento de necesidades de atención se concertó la participación en el grupo, se procederá a iniciar el encuadre y la invitación, suministrando la siguiente información: - De qué se trata la atención en grupo. - Cuál va a ser la participación - Cuánto dura cada sesión, cuándo se van a reunir y cuántas sesiones tiene este trabajo en grupo. - En dónde se van a realizar las reuniones. - Se aclaran las preguntas que surjan de esto. Finalmente, se reconfirma la asistencia.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Hacer la presentación del proceso general.	La aplicación de esta Orientación metodológica requiere que la/el profesional haya leído detenidamente el apartado de Identidades de género y orientaciones sexuales no hegemónicas del capítulo conceptual de esta Estrategia. Apertura y preguntas acerca de la conversación anterior Siendo este el encuentro de atención psicosocial posterior al Acercamiento y Reconocimiento, para claridad de todas y todos los integrantes del grupo, es necesario que el/la profesional psicosocial diga que, una vez sostenida esa primera conversación, se acordó con cada uno/una de ellas realizar un proceso de atención psicosocial grupal, ya que se encontró que ello podría ayudar a disminuir las afectaciones que el conflicto armado ha dejado en ellas y ellos por el ejercicio de su de su identidad de género u orientación sexual. Dicho esto, es necesario que el/la profesional mencione que, si bien en Colombia las personas que no se ajustan a las conductas tradicionales del género y la orientación sexual son discriminadas, en el marco del conflicto armado han sido victimizadas de manera diferenciada. Es por eso que usted como profesional está allí dando inicio a este proceso que en adelante se denominará el proceso de atención psicosocial Individual - Grupal.
2. Hacer la presentación de las y los participantes.	Técnica performativa: Encuentro de Caminantes Se organiza el grupo en círculo. El/la profesional indica al grupo que deben caminar por el espacio, como si caminaran sobre un plato gigante que en su base es sostenido en el centro por un alfiler y, por lo tanto, deben mantener el equilibrio del plato para que no se voltee. Evitar caminar en círculo y una persona detrás de otra. Tras el contacto visual con alguna persona, se presentará dando su nombre identitario y otra información sobre sí misma/o (que decida libremente). Dé las indicaciones en intervalos de aproximadamente 2 minutos. En cada cambio, dé una palmada y diga la palabra "cambio", indicando el cambio de parejas. Dependiendo del número de personas, haga tantos cambios como se requiera, participando de la actividad de forma que las personas del grupo la/lo conozcan. Al concluir se volverá a la formación circular.

objetivo	actividades
3. Establecer el encuadre del grupo.	**Técnica narrativa:** El afiche de Mínimos Proponga establecer unos mínimos sobre el desarrollo de la atención y escríbalos en un pliego de papel, según lo establezcan las y los participantes. Se sugieren las siguientes preguntas: ¿Qué tendría que pasar hoy para que estos encuentros sean agradables y significativos?
	Guíe la reflexión en torno a elementos que permitan llevar a cabo el ejercicio de la mejor manera (manejo del tiempo, actitudes, uso de celulares, espacios, recursos, confidencialidad, puntualidad, etc.). Informe que las reuniones se harán cada 8 días, en reuniones de 2 horas, durante 7 sesiones, incluida esta. Una vez se establecen estos acuerdos, se propone que esta cartelera estará presente en las reuniones. Se acordará en grupo si la lleva la/el profesional o si la rotarán entre las/los participantes.
4. Identificar las construcciones que han realizado las y los integrantes del grupo sobre la identidad de género y la orientación sexual.	**Técnica narrativa:** Las Caras de la Moneda (tenga en cuenta la descripción del capítulo conceptual de esta estrategia). En un pliego de papel se dibujan dos círculos contiguos, uno representa la cara y el otro, el sello de una moneda. Promueva una reflexión sobre lo que cada integrante entiende por **identidad de género** (cara) y por **orientación sexual** (sello)**.** La conversación debe estar abierta a las posibilidades, pero debe dirigirse a la comprensión diferenciada entre ambas categorías, teniendo siempre en cuenta que ambas son parte de la misma moneda (que representa a una persona). Una vez se unifican los criterios sobre estos conceptos, se procede a definir qué significa **"NO HEGEMÓNICO"** cuando se trata de la orientación sexual o la identidad de género. a profesional deberá orientar la conversación en el sentido de definir qué significa ser lesbiana, gay, bisexual o transgenerista. A partir de lo que van diciendo los y las participantes, se debe aclarar que el acrónimo LGBTI no siempre abarca a todas las personas, pues muchas no se identifican en ninguna de estas identidades. Esta es la razón por la que se habla de lo No hegemónico. En la cartelera con los círculos se irá sumando lo que corresponda a la identidad de género y a la orientación sexual. Cuando no se pueda incluir una categoría o palabra de los/las integrantes del grupo en la cara o el sello de la moneda, se pondrá por fuera. Al final, la/el profesional expresa que los dos lados de la moneda se mueven siempre juntos, aunque sean cosas diferentes, y que siempre se articulan en una persona.

objetivo	actividades
	Cierre Indique al grupo volver a la formación circular e indague por los sentimientos que han surgido a lo largo del ejercicio. Se sugieren preguntas como: ¿Qué fue lo más fácil del ejercicio? ¿Qué fue lo más difícil de hacer en este ejercicio? ¿Cómo se sintieron? Recoja y valide las emociones que surgieron, recordando que todas son legítimas y normales.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Comprender los distintos efectos del *continuum* de violencias en las personas que se apartan de la norma heterosexual, para generar procesos de cambio frente a este.	Apertura de la sesión Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las y los integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado. Desarrollo de la sesión Técnica expresiva: Siluetas En un pliego de papel se dibuja una silueta que representa a la persona que la dibuja. Oriente una conversación para abordar el tema de la discriminación. Se sugieren preguntas como antes de los hechos del conflicto armado: ¿Qué hacían cuando sentían discriminación? ¿A qué parte del cuerpo asociarían esa sensación? Solicite dibujar con un color diferente esos lugares en el cuerpo donde se ha sentido la discriminación. A continuación, los y las integrantes del grupo tomarán otro color para escribir sobre las primeras marcas aquellas formas de afrontar esas situaciones complejas. Al terminar, se socializarán las siluetas de manera voluntaria: ¿Alguien más se ha sentido así alguna vez? ¿Qué otra cosa se podría hacer en esa situación? ¿A quién se podría recurrir en este caso? ¿Qué herramientas o estrategias han usado ante casos parecidos que les hayan permitido sortear la situación?

objetivo	actividades
	Cierre Recoja las emociones surgidas en el grupo y recuerde que la discriminación a personas no hegemónicas en su identidad de género u orientación sexual ha estado presente desde antes del conflicto armado, así como han estado presentes las maneras de afrontarla. Reitere que uno de los propósitos del grupo es reconocer las herramientas propias, así como conocer las de otras personas ante situaciones complejas y, por lo tanto, estar en grupo permite reconocerse en otras personas e intercambiar experiencias y aprendizajes. Se sugieren preguntas como: ¿Qué nos llevamos hoy? ¿Qué sabemos ahora que no sabíamos cuando comenzó la sesión? Agradezca a las y los participantes por sus aportes, valídelos y haga la despedida.

Sesión 4

objetivo	actividades
Identificar contextos protectores afectados por el conflicto armado	Apertura de la sesión Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las y los integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado.
	Desarrollo de la sesión **Técnica narrativa:** Escenarios Protectores Suscite una conversación para abordar el tema de los contextos o factores protectores de las personas del grupo. Pida que se sienten en círculo y hablen sobre los lugares, las personas o los contextos en los que se sienten protegidas/os, reconocidos/as, tranquilas/os, etc.:

objetivo	actividades
	¿Quién o quiénes les hacen sentirse seguras/os? ¿En qué lugares pueden expresarse con más tranquilidad? ¿Cuáles son los contextos, personas o situaciones en los que se sienten más en confianza? A continuación, indague por los efectos del conflicto en esos contextos de protección para las personas del grupo: ¿Esos contextos o situaciones o personas se vieron debilitados cuando ocurrieron los hechos violentos? ¿Han buscado o generado otros? ¿Cómo han recuperado los anteriores? Técnica expresiva: Mapa de Protección Se entrega una hoja en blanco a cada participante y se invita a que ubique en el centro un símbolo que lo identifique. Se propone hacer un listado de las personas significativas en este momento de su vida. Finalmente, se procede a ubicar con gráficos alrededor del símbolo lo que representa la cercanía o distancia que tienen con estas personas en términos afectivos. Pueden complementar este gráfico con los lugares en los que se sienten protegidos/as.
	Cierre La/el profesional recogerá la experiencia recordando que la vida de las personas se ha visto afectada por el conflicto armado en todos sus ámbitos, tanto los públicos como los privados (la familia, las amistades, etc.). Asimismo, se recalcan las fortalezas que han tenido al afrontar las situaciones adversas, incluso antes del conflicto armado, y las estrategias y elementos que pueden ser de utilidad para personas que han estado en situaciones similares.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Compartir conocimientos sobre cuidado y empoderamiento.	Apertura de la sesión Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las y los integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado.

objetivo	actividades
	Desarrollo de la sesión Técnica expresiva: Clóset Abierto Cada persona tendrá hojas de papel blanco y marcadores de colores. Habrá un pliego de papel en la pared. Guíe la actividad solicitando a cada participante que dibuje el momento en que salió del clóset consigo mismo/a; es decir, cuando aceptó para sí mismo/a que no tenía una identidad de género u orientación sexual hegemónica. Si la persona no lo recuerda con claridad, pídale que exprese el momento que más le evoque esa sensación. La/el profesional pedirá que recuerden los sentimientos alrededor de ese momento: ¿Qué sintieron en ese momento? ¿Hubo más de una emoción? Traten de darle colores a cada emoción que tuvieron en ese momento. Al terminar, se socializarán lo dibujos. Esté atenta/o a los rasgos comunes y las emociones que la mayoría expresó y pregunte si lo han aceptado para más personas: ¿Qué les dio la fuerza para aceptarlo públicamente? Recoja la emocionalidad presente ante las respuestas y guíe la reflexión grupal sobre la potencia de reconocer que hay más personas que han pasado por esa situación. Motive a volver sobre los dibujos y marcar con palabras, imágenes, símbolos o colores las sensaciones que les produjeron los actores armados que estén relacionadas con el hecho de pertenecer a sectores no hegemónicos. Promueva la socialización comenzando por reconocer que, en contextos de conflicto, no ser heterosexual o no identificarse dentro del género esperado por la sociedad es aún más complejo, pero que todos los sentimientos son legítimos y las reacciones son normales en un contexto anormal.

objetivo	actividades
	Indague por las formas, herramientas, tácticas o estrategias que desarrollaron para protegerse en un ambiente que era hostil con su identidad de género o su orientación sexual: ¿De dónde sacan fuerzas? ¿Qué tácticas han usado en un contexto tan difícil para sentirse seguros/as? Ante las respuestas, formule preguntas que permitan la identificación de las y los participantes y que aporten a los casos que van emergiendo: ¿Quién ha estado en esa situación? ¿Qué más se les ocurre que podría funcionar en este caso? Fomente la solidaridad y el reconocimiento de las herramientas de los demás como una posibilidad de incorporar a la vida propia. Finalmente, solicite que dibujen un círculo alrededor de toda la situación que tienen en el papel, pensando en esas estrategias y herramientas que tuvieron y que han escuchado, y si lo desean, pongan las palabras que les recuerden esas herramientas que ahora conocen, demostrando que es posible tener espacios seguros incluso en contextos muy adversos, y que siempre es posible encontrar amistades y redes de apoyo.
2. Elaborar síntesis y cerrar la sesión.	Cierre de la sesión Al terminar, motive a aplaudir y reconocer los logros que han tenido al afrontar situaciones tan complejas. Pregunte al grupo qué desean hacer con los dibujos elaborados y proceda según lo que se decida.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Reconocer fortalezas y capacidades.	Apertura de la sesión Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las o los integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado. Se realiza un resumen de lo realizado la sesión anterior, destacando el proceso de autoconocimiento de cada uno/una.

objetivo	actividades
	Desarrollo de la sesión **Técnica expresiva:** Gráfico de Fortalezas Cada persona tendrá un pliego de papel, un marcador grande y varios pequeños de colores. Solicite conformar parejas. El trabajo procederá de la siguiente manera: durante 5 minutos, hablarán sobre lo que consideran que han sido sus fortalezas en momentos difíciles de la vida y que estén relacionados con su orientación sexual o su identidad de género. La conversación será guiada por la/el profesional a partir de las siguientes preguntas: Cuando han estado en situaciones complejas relacionadas con su identidad u orientación, ¿qué reconocerían en ustedes mismas/os como cualidades o fortalezas que les permitieron salir a delante? Cuando han dado a conocer su orientación o identidad, ¿qué es lo primero que piensan para sentirse seguras/os? Pida que hablen sobre las personas que les han dado fortaleza en algún momento importante de sus vidas. Este ejercicio durará máximo 10 minutos. Al concluir, una persona se acostará en el papel y la otra hará su silueta con un marcador. Luego intercambian roles. Al tener cada quien su silueta, las intercambiarán y las pegarán en la pared. Así, por ejemplo, si Penélope y Ulises han conformado pareja, Ulises dibujará sobre la silueta de Penélope. A continuación, Penélope escribirá sobre la silueta de Ulises lo que a partir de la conversación considere que son sus fortalezas (en un color) y lo que considere que puede mejorar (en otro color). Cada característica estará asociada a una parte del cuerpo. Simultáneamente, Ulises estará haciendo lo mismo con la silueta de Penélope. Luego, se contarán mutuamente qué han visto de la otra persona y por qué lo han asociado a esas partes del cuerpo. Guíe la actividad para que las características que se consideraron que pueden mejorarse sean expuestas de manera propositiva y positiva.
	Cierre de la sesión Promueva la reflexión grupal sobre lo que se ha construido en la sesión, comenzando por el momento de hacer las parejas: ¿Cómo fue el ejercicio de que alguien más vea fortalezas en mí? ¿Cómo veo yo las fortalezas en alguien más? Pregunte al grupo qué desean hacer con las siluetas y proceda según lo decidido.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Resumir el proceso individual.	**Apertura de la sesión** Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las y los integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado.
	Desarrollo de la sesión Promueva una conversación teniendo en cuenta las siguientes preguntas: • ¿Qué ha cambiado en cada uno/una desde que iniciamos este proceso de atención psicosocial? • ¿Los temas que han trabajado alrededor de las identidades de género y las orientaciones sexuales les han permitido fortalecerse? • ¿Sienten que el intercambio de experiencias y la realimentación en grupo les han aportado a sus procesos personales? ¿En qué medida? • ¿Cómo ven ahora sus capacidades para afrontar los efectos del conflicto en sus vidas cotidianas? • ¿Hay algo que hayan decidido al respecto originado en el proceso que han tenido? • ¿Qué sigue siendo difícil de manejar en cuanto a estos roles en sus procesos personales? • ¿Qué quisieran hacer frente a ello? Se sugiere que cada quien escriba en un papel las respuestas a estas preguntas, de manera que pueda revisarlas posteriormente.
2. Valorar metas y logros alcanzados.	**Cierre de la sesión** Se conformarán parejas a voluntad de las personas participantes. Técnica expresiva: Masaje de Mano (Terre des Hommes, 2009) Para la medicina tradicional china, la mano es un microsistema del cuerpo y refleja sus diferentes órganos y partes. En ella se reserva la historia de nuestra vida y las diversas experiencias que se tienen; por ello, sus líneas están en continua transformación.

objetivo	actividades
	El masaje de mano aporta a nivel físico y emocional. Se recomienda principalmente en situaciones de emergencia y en el trabajo con niños, por su sencillez, facilidad y utilidad. Acupresión con los dedos: a medida que se va realizando el masaje, se puede estimular cada uno de los dedos, cumpliendo su labor energética y sanadora. Pulgar: útil para la tristeza, el dolor y la pena emocional. Índice: útil para controlar el miedo. Medio: útil para manejar la cólera y la rabia. Anular: útil para controlar la ansiedad y el nerviosismo. Meñique: útil para aportar al trabajo de la autoestima, "yo sí puedo". Para el masaje de mano se requiere utilizar un aceite, puede ser de almendras o de naranja, para dar movilidad a las manos en la realización del masaje: "Por favor, siga estas instrucciones: 1. Ponga una mano de la persona entre las suyas para crear una conexión y acercarse con respeto y cariño. 2. Se invita a la persona que va a realizar el masaje que cierre los ojos, respire tres veces con el abdomen y dé gracias a la vida, a Dios, a las fuerzas de la naturaleza, a los ancestros o a quien desee por permitirle ser un instrumento de sanación y de apoyo para su ser querido. Imagine una luz blanca que sale de sus manos y cubre con esa energía a la de su ser querido, limpiando de esta manera tensiones y angustias. 3. Ahora, coloque aceite en sus manos y extienda suavemente. 4. Masajee abriendo la palma de la mano de la persona presionando suavemente y estirando los músculos de la mano. Presione con la yema de su dedo pulgar los diferentes puntos de la mano. 5. Masajee abriendo el dorso o la parte superior de la mano con sus dedos pulgares. 6. Con los nudillos, masajee la palma de la mano, haciendo círculos. 7. Masajee cada dedo y cada articulación, teniendo en cuenta la intención de cada dedo expuesta anteriormente.

objetivo	actividades
	8. Entrecruce su mano con la de la otra persona y masajee las partes intermedias de los dedos. 9. Recorra con su dedo pulgar e índice cada parte intermedia de los dedos de la persona. 10. Flexione suavemente la mano de la persona hacia arriba y hacia abajo. 11. Tome la muñeca de la persona y haga girar la mano hacia un lado y hacia el otro. 12. Frote la mano hasta sentir calor, envíe mentalmente o diga en voz alta los mejores deseos para la persona, aquellas cosas que sienta que necesita. 13. Para finalizar, ponga la mano de la persona entre las suyas y visualice luz tibia y energía entrando en la persona, dándole lo que necesita en el momento. 14. Realice el mismo procedimiento con la otra mano". Cuando se termine el proceso, la/el profesional dará la indicación de que se tomen todas y todos de las manos: la mano derecha hacia abajo (entregando) y la mano izquierda hacia arriba (recibiendo). Cada quien dirá algo que agradece del proceso, pensando siempre en compartir esa energía de la tierra con la compañera o compañero que tiene a su derecha. Al llegar a la/el profesional, se acercan todos para un abrazo colectivo y un aplauso por el proceso. Se recuerda que la próxima sesión se hará seguimiento y evaluación de la atención, por lo que se espera la llegada puntual de todas y todos.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Realizar seguimiento a los logros alcanzados.	Se abre la sesión con la bienvenida al grupo. Se revisa qué ha pasado desde la sesión anterior. Pregunte a las integrantes del grupo si hay algo que quieran mencionar sobre lo abordado en la sesión anterior o sobre lo que esto haya generado en el tiempo que ha pasado.
2. Valorar cierre del proceso de atención psicosocial.	Desarrollo de la sesión Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Técnica narrativa Mediante preguntas de tipo reflexivo, motive a pensar sobre sí mismo/a en cuanto a los cambios que ha podido iniciar o sostener con este proceso de atención psicosocial: ¿De qué habilidades que hayan visto en ustedes durante este proceso de atención psicosocial se sorprenden y se sienten orgullosas/os? ¿Qué efectos ha tenido en sus procesos de liderazgo el hecho de participar en este proceso de atención psicosocial? ¿Y en sus emociones individuales? ¿Han visto cambios en su manera de ser, de sentir o de pensar como personas? ¿De 1 a 10, siendo 1 el mínimo y 10 el máximo puntaje, en cuánto consideran que permanecen los niveles de malestar emocional en este grupo? Técnica expresiva: Valorando el Proceso Se les presentará a las y los participantes la siguiente imagen (puede estar impresa en una hoja tamaño carta), para que califiquen su capacidad actual para sobreponerse a situaciones adversas en el ejercicio de su identidad y orientación sexual. La esfera más pequeña representa mínima capacidad y en la medida que aumenta el tamaño de la esfera, esto representa una mayor capacidad. El valor atribuido a cada esfera será solo para uso del/la profesional:

objetivo	actividades
	Esfera pequeña: Valor=1 Esfera siguiente: Valor=3 Esfera siguiente: Valor=5 Esfera anterior a la más grande: Valor=7 Esfera más grande: Valor=9 La idea es que todos y todas puedan calificar, de tal forma que el/la profesional podrá ponderar y sacar la media, una vez cada integrante haya evaluado seleccionando una de las esferas: Capacidad actual del grupo para afrontar los problemas.
	Valoración para el cierre del proceso de atención psicosocial El/la profesional psicosocial considerará los siguientes elementos para valorar la posibilidad o no de realizar el cierre al proceso de atención psicosocial: • Tenga en cuenta lo que se concertó inicialmente con el grupo cuando se inició el trabajo en esta modalidad y si esto ya fue cumplido. • Considere también los objetivos de esta orientación metodológica y asigne un porcentaje de logro frente a estos. • Tenga presente los indicadores de proceso de esta orientación metodológica y lo logrado hasta el momento (asigne a cada uno un porcentaje de logro). Considerados los elementos anteriores, decida si procede a cerrar el proceso de atención psicosocial de este grupo o si, por el contrario, su concepto es que esta debe continuar y en qué tema requiere atención psicosocial. Considere también si este grupo tiene integrantes que requieren de atención en la modalidad Individual - Individual y concierte con ellas/ellos la posibilidad de continuar el proceso de esta manera.

6 Orientaciones metodológicas para la atención terapéutica

6.1. Atención en crisis o primeros auxilios psicológicos

6.1.1. Justificación

La experiencia de impacto ocasionada por los eventos violentos adquiere el significado de un cambio abrupto y radical, e independientemente de que sea esperado o inesperado, usualmente las personas no están preparadas para enfrentarlo, y exige el despliegue de toda la capacidad de control, de actitudes y comportamientos que antes han servido para enfrentar las dificultades, pero que ante este tipo de eventos pueden ser insuficientes. Una situación así constituye una crisis.

Así, la crisis es entendida como una respuesta a la percepción de sucesos peligrosos que generan un estado de malestar o sufrimiento emocional y movilizan recursos que la persona emplea para tratar de aliviar el malestar y volver al estado de equilibrio (Miller, 2011). Si lo consigue, la persona resuelve la crisis y, además, aprende a utilizar las reacciones adaptativas, con lo cual puede alcanzar un estado emocional superior al que tenía antes. Entonces, la crisis habrá sido un factor de crecimiento y desarrollo. Pero si las reacciones son desadaptativas, se intensifica el malestar, se profundiza la crisis y la persona tendrá dificultades para restablecer el equilibrio, ocasionando estados agudos de ansiedad y un importante riesgo para su salud mental, como también puede ocurrir que se refugie en etapas previas de su desarrollo, ocasionando deterioro de su funcionamiento (Green & Roberts, 2008).

El desenlace favorable (adaptativo) o desfavorable (desadaptativo) de las crisis depende de la naturaleza misma del problema que se enfrenta (evento estresante), así como de las características de la persona y del apoyo social disponible. Por ello, ante personas y grupos en crisis deben evaluarse cada uno de estos factores, para poder determinar mejor su naturaleza y posibles consecuencias, establecer si se requiere atención y fijar los aspectos en los que se debe hacer mayor énfasis al intervenir (Rubin & Bloch, 2001; Slaikeu, 2000).

El término crisis, según el Diccionario de la Real Academia Española (2001), refiere dentro de sus múltiples acepciones: "Cambio brusco en el curso de una enfermedad, ya sea para mejorarse, ya para agravarse el paciente. // Situación de

un asunto o proceso cuando está en duda la continuación, modificación o cese. // Momento decisivo de un negocio grave y de consecuencias importantes. // Escasez, carestía. // Situación dificultosa o complicada". Estas definiciones describen un cambio súbito o circunstancia con consecuencias impredecibles o de incertidumbre.

En el ámbito psicológico, el significado más empleado es el propuesto por Slaikeu (2000, p. 11), que lo plantea como "un estado temporal de trastorno y desorganización, caracterizado principalmente por la incapacidad del individuo para abordar situaciones particulares utilizando métodos acostumbrados para la solución de problemas, y por el potencial para tener un resultado radicalmente positivo o negativo".

Es por ello que las crisis, en este contexto, se convierten en situaciones que demandan ayuda y acompañamiento, es decir, una crisis es una circunstancia de emergencia que requiere de la actuación de profesionales que brinden algunas técnicas y estrategias que promuevan la restauración del bienestar de las personas, considerando, además, que estas respuestas críticas no se constituyen en un trastorno mental, pero según las circunstancias pueden desembocar en un estado psicopatológico.

Es por ello que la intervención general busca en principio alcanzar tres metas fundamentales (la intensidad está condicionada por el momento en que se lleve a cabo la intervención, por ejemplo, en emergencia), que deberán estar presentes en forma dinámica a lo largo de todo el proceso: evaluar, proporcionar seguridad y brindar apoyo (Myer, Lewis & James, 2013).

Estas tres acciones, que van a ser continuas, estarán mediatizadas por al menos cuatro objetivos muy particulares, los cuales tienen una duración más limitada en el tiempo: El establecimiento de contacto, El Restablecimiento del control, El análisis y la definición del problema y El seguimiento. A continuación, con base en estos principios, se presentan las orientaciones de actuación para estos casos (Roberts, 2000; (Myer, Lewis & James, 2013).

Objetivos

- Promover y restaurar el equilibrio frente a una experiencia traumática o situación crítica.
- Apoyar los recursos de afrontamiento para impulsar la adaptación psicosocial.

Insumos para Indicadores de proceso

- Nivel de restablecimiento del funcionamiento general después de la crisis.
- Grado de comprensión de la experiencia y reconocimiento de logros y manejo de recursos.

6.1.2. Recomendaciones generales

Estas son las denominadas Intervenciones de Primer Orden o los Primeros Auxilios Emocionales. Son acciones que se proporcionan de manera inmediata, generalmente dentro de las primeras horas de ocurrido el evento, y que están dirigidas a restaurar el equilibrio y la adaptación psicosocial. Se podría también señalar que son acciones que se realizan durante la fase de Emergencia. Permiten proteger a las víctimas de mayores daños y buscan reducir la descompensación fisiológica provocada por las características del evento. Permite también movilizar el apoyo para quienes están más afectados y casi siempre se desarrolla en un único encuentro.

Bajo estas circunstancias, no es posible el Acercamiento y Reconocimiento, ya que se necesita es una medida de carácter más urgente.

Una vez resuelta la situación crítica, se puede considerar necesario continuar una atención de tipo terapéutico, denominada de Segundo Orden (Slaikeu, 2000) (se presentan en el siguiente apartado), cuando las personas requieren contar con un apoyo por un tiempo más prolongado o sus reacciones se agudizan. Vale mencionar que en estos espacios se ha encontrado útil la utilización de técnicas de respiración guiada y relajación, para el manejo de las reacciones que presentan las personas en momentos de crisis.

Estas intervenciones presentan las siguientes ventajas:

- Esta primera atención puede llegar a prevenir la aparición de trastornos mentales crónicos.
- Es el espacio para expresar y dar nombre a las emociones vividas.
- Se constituye en el espacio en el que se logran identificar las herramientas y estrategias para afrontar la situación.
- Es un espacio en el que se normalizan y comprenden las reacciones generadas tras un evento o circunstancia critica (Pérez-Sales, 2006).

Estos procedimientos pueden presentar algunos de los siguientes riesgos:

- Son limitadas en el tiempo.
- Dado que este tipo de atención se presenta de forma

puntual, puede dejarse de lado la comprensión del contexto de la víctima por parte del/la acompañante psicosocial.

- Las personas pueden utilizar el silencio y el ocultamiento de la situación violenta como forma de respuesta y protección de sí mismos/as, por lo que no comparten con nadie lo sucedido, hasta un periodo posterior. Esto pasa comúnmente en las víctimas de tortura, debido al miedo aterrorizante que implica la deshumanización propia de dicho delito (Corporación AVRE & Corporación Vínculos, 2011).

6.1.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Evaluar la situación y el contexto en que se encuentra la víctima.	(No se lleva a cabo el Acercamiento y Reconocimiento por el carácter prioritario de esta atención). Recuerde los cinco componentes de los primeros auxilios psicológicos, que consisten en: 1. Realizar el contacto psicológico mediante una escucha activa que permita la verbalización del sentir de la víctima y la disminución de ansiedad que le produce la situación crítica. 2. Analizar las dimensiones del problema teniendo en cuenta las situaciones previas, durante y posteriores al hecho violento. 3. Sondear las posibles alternativas de solución inmediatas y a mediano plazo. 4. Asistir en la ejecución de pasos concretos. 5. Hacer seguimientos para verificar el progreso. (Slaikeu, 2000). Planee y realice una amplia observación y evaluación de la situación; el propósito es determinar el nivel de riesgo y peligro de la situación, considerando: • Necesidad de atención médica.

objetivo	actividades
	• Pensamientos o intentos de daño a sí mismo/a o a otros. • Si es víctima de violencia doméstica. • Si hay niños en peligro. • Necesidad de traslado a un hospital o lugar seguro. • Si hay violencia, cuál es la posibilidad de protegerse. • Si hay influencia de alcohol o drogas. • Presencia de armas en el lugar. Si hay algún estado agudo de trastorno mental (pánico, ansiedad, depresión, delirios, etc.).

2. Proveer seguridad y proporcionar apoyo.	Realice el contacto psicológico, establezca **rapport** y rápidamente establezca una relación.
	Es importante que la persona acepte la compañía y asistencia, y brindar una sensación de confianza de que se proporcionará ayuda.
	En este momento se promueve el establecimiento de relación y comunicación. Se busca animar a conversar y proporcionar calma. En caso de que la persona se encuentre muy alterada, siga estas recomendaciones propuestas por la OMS:
	• Hable con un tono de voz tranquilo y suave.
	• Si es culturalmente apropiado, intente mantener contacto visual con la persona mientras habla con ella.
	• Recuérdele que usted está allí para ayudarle. Recuérdele también, si es cierto, que está a salvo.
	• Si la persona tiene sensación de irrealidad o de desconexión con lo que le rodea, una posible ayuda consiste en que contacte con su entorno actual y consigo mismo/a. Para ello puede pedirle que:
	  • Ponga los pies en el suelo y note ese contacto.
	  • Repiquetee con los dedos o las manos en el regazo.

objetivo	actividades
	• Observe elementos tranquilizadores del entorno que le rodea, como cosas que pueda ver, oír o sentir, pidiéndole que describa lo que ve y oye. • Estimule a la persona a que centre la atención en su respiración y que respire despacio. (Organizacion Mundial de la Salud; War Trauma Fundation; Visión Mundial Internacional;, 2012)
3. Restablecer el funcionamiento.	Examine las dimensiones del problema con el propósito de definirlo. Evalúe los eventos precipitantes, el funcionamiento actual y las capacidades previas en el afrontamiento de situaciones. Promueva la exploración de sentimientos y emociones. Es importante animar a quien estamos acompañando a compartir sus sentimientos en un ambiente de comprensión y aceptación. Explore y evalúe las formas como se han intentado enfrentar las situaciones problema en el pasado, para evaluar otras alternativas e identificar cuáles han sido las estrategias de adaptación que han sido útiles y han funcionado. Al mismo tiempo, se debe intentar redefinir la situación identificada como problemática, haciendo énfasis en las fortalezas y las soluciones. Las técnicas centradas en solución de problemas aquí son útiles. Restaure el funcionamiento cognitivo hasta el establecimiento de un plan de acción concreto; con ello se logra proporcionar una sensación de control. Las personas necesitan conocer en forma real ¿qué y por qué ocurre?, ¿quiénes están involucrados?, ¿qué pudo motivar la crisis y cuál puede ser el resultado? En esta fase es fundamental proporcionar la oportunidad para explorar los significados y las creencias hacia la situación valorados por la persona a quien se acompaña. Finalmente, se debe posibilitar la reorganización o reestructuración de las creencias irracionales, erróneas, por nuevas comprensiones de lo que ocurre.
4. Evaluar otros riesgos.	Esté atento/a a otros riesgos de la situación de emergencia, como puede ser presencia de actores armados, condiciones geográficas, etc., para hacer ajustes en el proceso. Proponga un plan de seguimiento.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Hacer seguimiento y proporcionar apoyo frente a lo ocurrido.	Evalúe el estado en que se encuentra la persona, su ánimo, estado cognitivo, acciones y recursos empleados.
2. Cerrar la sesión.	Si se aprecia un importante nivel de estabilización, evalúe conjuntamente el trabajo y realice un cierre destacando los aprendizajes y experiencias adquiridas en la situación. Se propone realizar un seguimiento en un lapso de 2 a 3 semanas.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Realizar seguimiento.	Revise los cambios alcanzados y progresos en el tiempo. Considere una forma para continuar el contacto. Se trata de "mantener la puerta abierta".

6.2. Atención en crisis de segundo orden

6.2.1. Justificación

Las Intervenciones de Segundo Orden o Intervención en Crisis Especializada comprenden la atención que se ofrece en forma individual y aun familiar dirigida a aliviar el impacto de la experiencia de una crisis y así movilizar los recursos que se vean más afectados. En ella se emplean diversas técnicas cuyo fin primordial es restaurar el funcionamiento cognitivo y de esta manera se puedan llevar a cabo acciones para enfrentar la experiencia de crisis, de modo que el suceso llegue a integrarse en la estructura de la vida.

Hay diversos modelos de abordaje, pero en todos ellos son comunes los propósitos antes descritos. Es decir, una definición del problema, un análisis de la situación y la revisión de recursos y alternativas, para finalmente concluir y realizar un seguimiento (Slaikeu, 2000); (Greene, Lee, Trask & Rheinscheld, 2000). A continuación, se señalará una de estas estrategias de intervención breve centrada en las soluciones (Greene, Lee, Trask & Rheinscheld, 2000).

Objetivos

- Proporcionar apoyo frente a la situación derivada del hecho de violencia.
- Promover comprensión de sentimientos.
- Proporcionar apoyo y dirección.

Insumos para Indicadores de proceso

- Sensación de alivio en la medida que se han comprendido las respuestas y circunstancias críticas.
- Fortalecimiento de la autoestima y en el uso de recursos para manejo de problemas.
- Sensación de control y autonomía.

6.2.2. Recomendaciones generales

Este tipo de atenciones posteriores a un evento crítico permiten establecer un plan de atención más pausado y con fines terapéuticos a mediano plazo. Por ello, en este momento sí se realizará el proceso de Acercamiento y Reconocimiento.

Las recomendaciones sugeridas son similares a las expuestas en capítulos anteriores; el detalle de estas se describe en el apartado 4.2.2. Recomendaciones Generales, de la sección "Fortalecimiento de la autoestima".

6.2.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1. En este momento se identificó que es importante abordar y reflexionar sobre una experiencia de crisis vivida recientemente, en donde: - El o la consultante ha recuperado la estabilidad y el control de sí mismo/a. - Hay preocupaciones respecto a la experiencia de crisis vivida. - Hay motivación para trabajar en la comprensión de lo ocurrido.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Revisar y definir el problema.	Apertura del encuentro Realice un breve resumen de lo recogido durante el momento de Acercamiento. Inicie la conversación con la información recogida durante el momento de Acercamiento, en donde se identificó como foco de atención el reflexionar sobre una experiencia de crisis vivida recientemente: "En la primera conversación hablábamos del malestar que siente y las dificultades para hablarlo. Ahora, quisiera que precisáramos más sobre ello. Cuénteme un poco más acerca de…".
2. Fortalecer el vínculo de confianza.	Asegúrese de que la comunicación que se establezca ayude a generar actitud empática y de confianza. Impulse la ventilación de los sentimientos. Revise las recomendaciones del apartado 4.2.3, sesión 2.
3. Explorar sentimientos asociados a las quejas.	Anime a la discusión sobre los sentimientos experimentados posterior a la situación crítica.

objetivo	actividades
4. Identificar las expectativas de cambio.	En esta fase se evalúa el estado futuro deseado frente a cómo quisiera sentirse, estar o hacer en forma diferente, en un escenario posible. En la medida que se describa con más detalle cómo se quisiera estar, sentirse o qué se quisiera estar haciendo en forma diferente en el futuro, es más posible que ello se logre. Aquí, el empleo de diversas formas de preguntas de tipo reflexivo puede ayudar a especificar las metas y los cambios deseados. Un procedimiento puede ser el uso de una técnica empleada en la Intervención Breve Centrada en Soluciones (Beyebach, 2006), como lo es la Pregunta Milagro: "Imagínese que esta noche, después de ir a dormir, sucede un milagro y los problemas que le traen aquí se resuelven. Como está dormido/a, usted no se da cuenta de que sucede este milagro. Mañana por la mañana, ¿en qué notarán que este milagro se ha producido?, ¿qué les gustaría contarme?". Se puede adaptar la pregunta haciendo referencia a la magia o a una máquina del tiempo. Importante escuchar atentamente las respuestas, para identificar objetivos alcanzables.

Sesión 3

objetivo	actividades
1.Especificar metas.	Apertura del encuentro Realice un breve resumen de lo trabajado en la sesión anterior. Dado que las crisis dejan muchos cuestionamientos, se especifica cuáles de estos se desea modificar o manejar. Durante esta sesión se pueden utilizar dos técnicas: i. Los cambios pre-tratamiento y ii. Las excepciones. Los cambios pre-tratamiento son las mejorías que se producen desde el primer contacto, en razón a que, "por el hecho de pedir ayuda ya se genera cierta esperanza e implica pasar a la acción en la resolución del problema". Se podrían indagar dichos cambios de la siguiente manera: "Hemos observado con cierta frecuencia que, entre el momento en que acordamos el encuentro y ahora, suelen producirse algunas pequeñas mejorías: ¿Qué mejorías ha notado usted?". Las excepciones son las situaciones en las que el problema no se da y el/la consultante identifica que actuó de determinada manera, que a su vez podría ser replicable en el futuro. Es importante reflexionar y valorar lo anterior.

Sesión 4

objetivo

1. Revisar los afrontamientos empleados.

actividades

Se abre la sesión con un resumen de las actividades realizadas en el encuentro anterior.

Para el manejo de la crisis se manejaron numerosos mecanismos que permitieron recuperar el control y seguridad. Revíselos y destáquelos como parte de las cualidades personales del/la consultante que pueden ser útiles para experiencias similares a futuro.

Para ello, son útiles las siguientes técnicas: i. Preguntas de Escala y ii. Preguntas de Afrontamiento.

Las Preguntas de Escala invitan al/la consultante a puntuar su avance entre 1 y 10, siendo 10 la calificación más alta de avance con respecto a los problemas y 1 la más baja. Adecúe el siguiente ejemplo a la situación crítica identificada desde el Momento de Acercamiento y Reconocimiento:

Situación Problemática/ Avance	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Falta de comunicación										

Dependiendo de la puntuación en cada ítem, formule preguntas reflexivas:

- ¿Qué ha mejorado respecto a _____ (Ej. Falta de comunicación), respecto al momento en que consideraba que se encontraba en la escala más baja (Ej. 1)?
- ¿Cómo ha conseguido subir de 1 a 8/9/10 en _____, situación que fue identificada como problemática?
- ¿En qué ha contribuido su familia para lograr este avance?
- ¿Qué podría hacer para avanzar en _____, situación que tiene la puntuación más baja?

Las Preguntas de Afrontamiento sirven para identificar los recursos del/la consultante y la familia en situaciones críticas. Se puede iniciar la conversación así:

¿Qué está haciendo para sobrellevar todos estos problemas?

Se busca con ello fortalecer las áreas que fueron afectadas por la crisis.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Plantear propuesta e implementar estrategias de acción.	Se abre la sesión con un breve resumen de la reunión anterior. A partir de la identificación de las metas y recursos trabajados en las sesiones anteriores, se discute el plan para lleva a cabo acciones concretas, evaluando las ventajas y desventajas de las medidas. Se pueden utilizar gráficas que faciliten su identificación y análisis: Con ello se propone optar por algunas decisiones sobre las acciones a realizar.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Hacer análisis de resultados en la implementación de estrategias.	Se inicia la sesión con el resumen de las actividades realizadas en la sesión anterior. Se valora la implementación de nuevas estrategias, reconociendo esfuerzos y replanteando nuevos recursos, en caso de ser necesario. Se sugiere el uso de una técnica dirigida a la Prevención de Recaídas (Beyebach, 2006). Se trata de indagar qué factores podrían precipitar un retroceso o una recaída, y luego discutir los planes de acción individual o familiar: "Imaginemos que, pese a todo lo que hemos trabajado, la situación problema _____ puede volver a presentarse. ¿Cómo podría evitarla?, ¿cómo podría detenerla?, ¿cómo podría manejarla?". El/la profesional complementa la reflexión recordando aspectos relevantes que el/la consultante está realizando y por los cuales podrían sentirse orgulloso/a.
2. Promover la reflexión frente a los sentimientos asociados.	Análisis de los sentimientos involucrados en el proceso de afrontamiento.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Hacer evaluación general del proceso.	Se inicia la sesión con el resumen de las actividades realizadas en la sesión anterior. Promueva la reflexión y valoración del proceso realizado.
2. Fortalecer cambios.	Las crisis ocasionan una experiencia de ruptura y desequilibrio. Es por ello que la intervención procura la estabilización y el fortalecimiento de las estrategias de afrontamiento y adaptación. Un importante criterio para el cierre de estas intervenciones es la identificación de que la persona está iniciando o ha retornado a su funcionamiento habitual. No se pretende que se hayan solucionado todos los problemas en la vida, mas sí que se haya recuperado la capacidad para el enfrentamiento ante las situaciones cotidianas. Programe la sesión de seguimiento y cierre final.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Se fortalecen estos logros y se concluye el proceso, reconociendo cambios y esfuerzos realizados.
2. Hacer el cierre del proceso.	Se destacan cambios y se da una conclusión al trabajo realizado mediante un ritual. "Para fortalecer lo alcanzado, elaboraremos un texto (en caso de no contar plenamente con la habilidad de lectoescritura, recurrir a elaborar dibujos) en el que usted es el experto en el manejo de emociones difíciles, y le va a contar a otro que tiene un problema parecido al que usted tenía cómo manejar estos problemas, porque ya sabe mucho de ello". Una vez elaborado, se lee y se señala que será su permanente consejo de apoyo.

6.3. Afrontamiento del miedo

6.3.1. Justificación

El miedo es una emoción primaria casi universal en los seres humanos, que ha desempeñado un papel adaptativo por cuanto permite a los individuos, mediante respuestas sensoriales, conductuales y fisiológicas, protegerse de amenazas externas. El miedo nos insta a huir de las amenazas y, una vez que ha pasado el peligro, el miedo desaparece. Puede ocurrir que el miedo se convierta en desadaptativo cuando aparece ante una situación que en realidad no es peligrosa o lo fue en el pasado (Greenberg, 2000).

En los contextos de violencia política y de violaciones a los DD. HH. y al DIH, el miedo se ha convertido en una emoción que se ha manipulado mediante la instauración de la sensación de una amenaza permanente del riesgo de sufrir lesiones y daños por la violencia intencional. Estos mecanismos han llevado a que las personas, además de experimentar constante temor, se aíslen y silencien frente a los hechos de violencia. Estos fenómenos fueron evidenciados ampliamente en la larga historia de represión política del sur del continente y han perdurado como mecanismos de control social (Lira, 1989 y 1991).

Lira (1989) señala que "la violencia represiva no solo apunta a la aniquilación de los opositores (…) sino al sometimiento progresivo del conjunto de la población mediante la internalización de las amenazas vitales, de tal modo que se produzca una autorregulación aprendida (…) Se aprecia un temor generalizado a perder la vida (…) a expresarse, a opinar".

Los conflictos armados y la represión política persiguen mediante el horror de los asesinatos, las desapariciones, las persecuciones, que la gente experimente zozobra, temor, parálisis y no sea consciente de las finalidades de control; por lo tanto, que no pueda defenderse frente a situaciones que están afectando su dignidad y su vida (Martín Beristain & Riera, 2003).

En el contexto colombiano, el miedo sigue ocasionando impactos en las víctimas, sus familias y en todos los sectores sociales, a partir de asesinatos y millones de desplazamientos, no solo para extender la amenaza, sino también para generar insensibilidad frente al sufrimiento por parte de quienes no se sienten afectados. Por eso, el miedo es la emoción más constante y generalizada relatada por las víctimas, casi en cualquier contexto (Martín Beristain, 2012; (Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social, 2013).

Es por ello que abordar el miedo en la atención psicosocial va a aportar en la recuperación de los daños al capacitar y fortalecer mecanismos para hacer frente a la sensación de incertidumbre que ocasionan los hechos violentos y la amenaza. Permite salir de la inmovilidad que ocasionan estas estrategias y, en especial, contribuir a la recuperación del control y la autonomía.

La propuesta que sugieren estas orientaciones se dirige a reconocer la experiencia del miedo (en estos casos son de

origen psicosocial, no patológico), sus manifestaciones, a comprenderlos en el contexto de las violaciones a los DD. HH. y a generar mecanismos del control de esta emoción, que impidan la parálisis y promuevan posturas activas, reflexivas y solidarias.

Objetivos

- Promover comprensión de las intencionalidades de los actores armados en la generación del miedo.
- Reconocer las dimensiones y expresiones del miedo.
- Desarrollar estrategias de control del miedo.

Insumos para Indicadores de proceso

- Disminución de las sensaciones de temor y ansiedad provocada por hechos generadores de miedo.
- Comprensión y uso de recursos para manejar las experiencias de miedo.
- Incremento en sus actividades resultado del control del miedo.

6.3.2. Recomendaciones generales

El trabajo con el miedo, en este contexto del conflicto armado, requiere de su comprensión de desde una perspectiva psicosocial, como intencionalidad y como resultado del ejercicio de la violencia, y que en este ámbito y dimensiones debe comprenderse, con el fin de evitar el sesgo de psicologización de esta experiencia y explicarla solamente como una emoción que se debe manejar, pues su origen siempre es real y en un contexto social determinado.

Como se ha anotado, en general el miedo tiene una función adaptativa y de protección, y en estos casos es aún mayor, porque las fuentes de ese miedo son de carácter real, humano e irracional, con potencial grande de daño. Por eso, las estrategias que lleven a su enfrentamiento incluyen comprensión y actuación, pero se desestima siempre la confrontación directa o desensibilización, cuando estas fuentes de siguen presentes alguna forma.

El manejo del miedo implica reconocer que se siente miedo, que se pueden tomar precauciones y se pueden controlar sus respuestas internas para que permitan actuar con un sentido funcional, en protección de la vida, en donde una de las respuestas más sensatas puede ser la huida (Martín Beristain, 2012).

También puede ocurrir que, debido a la historia de hechos violentos, se instauren miedos y se mantengan en el tiempo. Aquí la experiencia de miedo puede surgir resultado de mecanismos de asociación junto con otras formas de memoria, que originan un intenso malestar y pueden ocasionar grandes limitaciones.

Su comprensión requiere conocer, además de los mecanismos de instauración de recuerdos traumáticos, que hay un mantenimiento de tipo social por las connotaciones en que ocurrieron estos hechos, en medio de la violencia infringida por otros seres humanos, y ocasiona distorsiones frente a la fuente del peligro respecto a si es interna o externa, dificultando su manejo, por lo que es necesario un análisis de tipo psicosocial (Lira, 1991).

Como en otras orientaciones para la atención psicosocial, se proponen recomendaciones generales dirigidas a propiciar las mejores condiciones para el encuentro de tipo terapéutico, acompañadas de una amplia comprensión de las particularidades como seres humanos y de la condición de víctimas de violaciones a los DD. HH. y al DIH, para adecuar así sus acciones de atención como medida de rehabilitación.

En el apartado 4.2.2. Recomendaciones generales de la sección "Fortalecimiento de la autoestima" se describen con más detalle estas indicaciones.

6.3.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1. En este momento se identificó que es importante abordar las dificultades asociadas a las sensaciones de miedo. Puede tratarse de temores respecto de la posibilidad cercana de ocurrencia o repetición de un hecho de violencia, o temores originados por la incertidumbre respecto a la ocurrencia de un acto violento.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Revisar y redefinir problemáticas.	Apertura del encuentro Iniciar la conversación con la información recogida durante el momento de Acercamiento, en donde se identificaron dificultades derivadas del manejo del miedo. Se trata, entonces, de ir particularizando más el ámbito del malestar. "En la primera conversación hablábamos del malestar que siente y las dificultades para hablarlo. Ahora, quisiera que precisáramos más sobre ello. Cuénteme un poco más acerca de…". Se emplean los recursos que permitan exteriorizar el problema hacia sus condiciones de vida.
2. Fortalecer la relación de confianza.	Asegúrese de que la comunicación que se establezca ayude a generar actitud empática y de confianza. Impulse la ventilación de los sentimientos. Revise las recomendaciones del apartado 4.2.3, sesión 2.
3. Identificar y reconocer las manifestaciones del miedo y las circunstancias a las que se asocia.	Ayude a reconocer que el/la consultante siente miedo: esto se logra facilitando que exprese qué ha sentido y pensado como consecuencia del hecho y cómo esto ha afectado su vida personal y familiar. Tranquilice a la persona mediante la validación de sus sentimientos y la explicación sobre las formas de expresión y las funciones del miedo.
4. Explorar motivación al cambio y hacer cierre de sesión.	Con el fin de estimar recursos y motivar el trabajo en el manejo de miedos, se propone la tarea de hacer una Carta de Despedida[17] al o los miedos identificados, que va a elaborar en casa y se trabajará en la siguiente sesión.

[17] Antes de emplear alguno de estos recursos, es importante que la persona cuente con capacidades para realizarla, se sienta cómoda con esta solicitud, y que sea entendida y aceptada plenamente.

objetivo	actividades

Día y hora	Fuente	Manifestación	Intensidad	Acción realizada
	Ej.: Oscuridad Ruido de las motos	Respiración rápida Sudor Dolor de cabeza Ritmo cardiaco acelerado, etc.	Insignificante Leve Moderada Aguda	Buscar compañía

Variación: Cuando identificamos escasa habilidad de lectoescritura, se puede proponer realizar dibujos.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Identificar formas en que se ha manejado el miedo.	Se abre la sesión con el resumen de lo abordado en el encuentro anterior. Se retoma la matriz de identificación de miedos y se identifican las múltiples alternativas y dimensiones del miedo. En la medida que se van identificando preocupaciones, se irán explorando formas de respuesta y afrontamiento. *En relación con esto, ¿cómo ha hecho para seguir adelante?, ¿qué o quiénes lo/la han ayudado?*
	Recuerde al/la consultante que la violencia como acto intencional busca un efecto sobre las personas y grupos, como son: - Fragmentar las comunidades y las formas de solidaridad. - Intimidar a la gente: las amenazas, los asesinatos, los secuestros, las masacres, etc., intentan difundir miedo para que exista desconfianza y que la gente se paralice sin hacer nada. - Obligar al exilio o al desplazamiento, como lo hace la violencia política. - Golpear y dejar huella en la persona, el grupo y la comunidad. - Mantener vivo el dolor y el daño, pero que la persona o la comunidad lo viva sola, que lo oculte a los demás.

objetivo	actividades
3. Construir la noción del daño ocasionado y establecer el papel de las acciones de atención como rehabilitación[18].	Este momento de la atención, dirigido a la construcción de la noción del daño, tiene la intención de facilitar el establecimiento de los nexos entre el malestar y las violaciones a los DD. HH. Su intención no es de peritaje o de prueba jurídica; se trata de encontrar un mecanismo para descentrar las posibles culpabilizaciones y así concertar cómo la atención que está recibiendo pretende mitigar y restaurar de alguna forma el daño; por lo tanto, se trata de una acción de rehabilitación. Lo siguiente **puede ser** una orientación para el diálogo: "Vemos que lo que pasó tuvo unas intencionalidades, no fue accidental; se pretendía que usted o ustedes se sintieran vulnerables, inseguros, temerosos… Es decir que ha habido una afectación por lo ocurrido. Por ello, esta atención se dirige a tratar de restaurar en algo eso que fue afectado, la capacidad para resolver algunas situaciones cotidianas, estamos en un proceso de rehabilitación de los daños ocasionados por el conflicto… ¿Cómo lo hace sentir el hablar de esta manera de lo sucedido?". Se procurará promover el diálogo respecto a que hubo un deterioro por causa de la violencia y, en respuesta a ello se está realizando esta atención.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Analizar las expresiones personales del miedo.	Se abre la sesión con un breve resumen de lo trabajado anteriormente. Aborde los elementos en que se expresa el miedo en la persona: ¿Qué piensa, qué siente, qué hace? Con ello se validan y normalizan las reacciones experimentadas.

[18] La rehabilitación en el contexto de la atención psicosocial "se entiende como derecho de las víctimas dentro del conjunto de la Reparación Integral, va más allá de una noción meramente clínica o funcional… se encuentra en que los procesos orientados hacia las víctimas permitan construir un sentido integrador de la experiencia de violencia a nivel individual y/o colectivo… y en un contexto en donde se devuelve dignidad a las víctimas…" (UARIV, 2014).

objetivo	actividades
2. Plantear estrategias para afrontar el miedo.	Se discuten y construyen formas para manejar el miedo. Aquí se sugieren algunos elementos clave: El trabajo sobre el miedo va dirigido a "ponerle nombre" al miedo, a pasar de nuestros miedos a la oscuridad, al "coco", a los miedos "perro que muerde", para poder prepararnos mejor. Se trata de concretar cuáles son esos miedos. Ello permitirá discutir los posibles problemas o riesgos de una forma más abierta y constructiva. Este proceso de ponerle nombre al miedo puede ayudar a cuatro cosas: 1) Que la gente pueda expresar cosas que tenía guardadas y disminuir su tensión. 2) Ver que muchos de esos miedos son comunes, de esa forma puede evitarse la imagen deteriorada de uno mismo por sentir miedo, al ver que los demás también lo tienen. 3) El miedo se hace más concreto y se puede objetivar la amenaza y prepararse mejor. 4) Mantener una postura activa, para evitar el consumo de energía vital que genera angustia y te domina. Afrontar directamente la situación que la produce (quizá es posible tomar precauciones, cambiar hábitos, etc.). Afrontar las consecuencias o intentar mantener el control evitando comportamientos impulsivos (relajarse, pensar repitiéndote que puedes mantener el control…). Trabajar los miedos, tratándolos al menos desde cuatro puntos: reconocerlos (el paso inicial para afrontarlos es ser consciente de ellos), analizarlos (para evaluar su base real), socializarlos (para hacerlos conscientes y liberarse de la imagen deteriorada de sí mismo/a por sentir miedo) y descomponerlos (para ver en qué riesgos se basan y ver qué se puede hacer para afrontarlos). El manejo implica evitar posturas rígidas. Con frecuencia, los miedos se niegan (para no sentirse mal), se ocultan (para no preocupar al resto o no ser mal considerados/as) y se hace como si no existieran, evitándolos o rehuyendo temas o situaciones que los provoquen ("mejor no hablar", "no tiene importancia", "lo dejaremos para otra ocasión, ahora no tenemos tiempo"…). Compartir los sentimientos. Las experiencias de miedo generan muchos sentimientos y emociones que no pueden ser calificados de negativos solo por no atenerse a razones "lógicas". Negarlo no resuelve nada; al contrario, genera prejuicios y complica aún más la situación de quienes los sufren. Compartir a un nivel más emocional de la lucha nos alivia y fortalece.

objetivo	actividades
	Promover la solidaridad. Las situaciones límite no las vivimos a solas, sino en grupo; por tanto, el grupo puede ser un gran recurso para hacerle frente al miedo. El grupo es un espacio para la confianza y la aceptación, muy útil para hacerle frente al miedo solidariamente. Favorece el refuerzo ideológico, creando un espacio de apoyo mutuo en el que se ofrecen fuerzas para controlar las reacciones impulsivas. A partir de las anteriores consideraciones, determinar las formas como se ha manejado el miedo y cuáles pueden ser funcionales para poner en práctica.
3. Plantear propuestas de estrategias.	A partir de las particularidades de la persona, se realiza una discusión para proponer mecanismos y estrategias para manejar el miedo.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Emplear estrategias para el manejo del miedo.	Se hace una valoración del trabajo de la sesión anterior, explorando algunos nuevos mecanismos para el manejo del miedo. Se propone el uso de otros recursos, como por ejemplo, la relajación. Se sugiere dar indicaciones para el empleo de estas técnicas. La relajación implica un proceso de distención muscular en forma progresiva. Puede estar acompañada de ejercicios de respiración lenta y profunda y, finalmente, asociarla a imágenes placenteras y positivas. Para el entrenamiento en relajación existen muchas técnicas. Es importante lograr un estado de tranquilidad mediante la respiración y la distención muscular. Se pueden consultar los textos de Smith (1992) o el de Robles & Peralta (2009). Consulte también las siguientes páginas web, que ilustran varios procedimientos: http://www.larelajacion.com/larelajacion/tecnicas.php y http://www.formarse.com.ar/ejercicios/ejercicios_relajacion.htm

Sesión 6

objetivo

1. Fortalecer otros recursos de apoyo.

actividades

Se abre la sesión con un resumen de lo trabajado, indagando frecuentemente acerca de los sentimientos que se movilizan en este proceso.

Se revisan las formas de implementar cambios y se destacan mecanismos empleados para enfrentar dificultades y miedos.

Es relevante en este momento hacer un análisis sobre los miedos y promover su resignificación, con el fin de señalar que sus manifestaciones son respuestas normales ante situaciones anormales. Se puede indagar en la persona víctima:

¿Para qué le ha servido sentir miedo?

¿Para qué le ha servido estar en constante alarma?

La siguiente tabla puede ayudar:

Modelo de resignificación de los síntomas postraumáticos como respuestas normales ante situaciones anormales (Pérez-Sales, 2006)	
Síntomas	Resignificación
Miedo	Reacción de defensa ante un hecho amenazante. Permite protegerse y ser prudente.
Síntomas intrusivos (flashbacks, pesadillas, rumiaciones)	Como un intento de dar sentido a la experiencia, como un intento del cerebro de asimilar lo ocurrido, de buscar un final a la película o una explicación. Como un intento de la mente por no olvidar a las personas o las cosas que se han perdido en lo ocurrido.
Síntomas de anestesia emocional, de despersonalización o de extrañeza	Intentos de la mente por desconectarse de la realidad, de poner un poco de distancia respecto al mundo y darse un tiempo muerto de respiro y recuperación.

objetivo	actividades
2. Analizar circunstancias generadoras de miedo.	

Intentar evitar situaciones	Un modo de protegerse, de permitirse ir afrontando lentamente las cosas. Dosificar el dolor de las pérdidas para poder digerirlo poco a poco.
Ganas de estar solo y aislarse	Intentos por no perder el control.
Hiperactividad y alarma	Cuando se está sufriendo una agresión, es necesario estar atento/a a todo, vigilante. Es una actitud del cuerpo agotadora pero que nos protege. Una vez pasada la amenaza, ya no es necesario mantenerla, pero a veces el cuerpo sigue manteniendo la alerta, aunque el peligro haya pasado.
Resentimiento	Un sentimiento comprensible si no se siente suficiente apoyo. Pero, ¿cómo la persona está influyendo a su vez en quienes le rodean? ¿Qué reacciones provoca?
Tristeza	Un modo de pararse a pensar y prepararse.
Reacciones demasiado radicales que no son habituales	En situaciones de amenaza vital hay que tomar decisiones rápidas en cuestión de segundos, y las cosas y las personas deben ser "buenos" o "malos", "amigos" o "enemigos", pero pasada la situación de alarma, seguir funcionando con esta estrategia que era correcta y adaptativa nos dificulta la vida.

Se trata es de descomponer las circunstancias que ocasionan miedo.

Los posibles hechos, y especialmente el analizar los efectos del rumor y como analizarlo atendiendo:

Detener la inercia social que ello ocasiona.

Atender la credibilidad de las fuentes de información.

Disminuir la ambigüedad de esta información.

Intentar anticiparse cuando el contexto puede ser propicio para ello.

3. Revisar nuevamente recursos de apoyo familiar.	Rescatar el papel del grupo familiar como fuente de apoyo de miedo, así como de enfrentamiento: ¿Quién se puede afectar más? ¿Quién puede tener más control? ¿Qué medidas se pueden tomar en grupo?

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Prevenir frente a la pérdida de control en situaciones de miedo.	Se inicia la sesión con un breve resumen del trabajo realizado. Se trabaja en lo que se está haciendo para el manejo del miedo y se discuten formas y mecanismos para evitar perder el control. Por ejemplo, la verbalización, el reconocimiento de que se siente miedo, elaborar planes de acción, etc. Con el fin de estimar recursos y motivar el trabajo en el manejo de miedos, se propone la tarea de hacer una Carta de Despedida al o los miedos identificados, que va a elaborar en casa y que se trabajará en la siguiente sesión. "La Carta de Despedida se trata de un texto en el que nos vamos a despedir del problema, en el que después de agradecer sus servicios prestados, vamos a detallar las razones por las cuales prescindiremos de él o ya no lo necesitamos (es decir, cuando considere que se ha resuelto el problema)". Variación: si identifica escasa habilidad de lectoescritura, proponga realizar dos dibujos de sí mismo/a, uno con el problema (puede ser personificado o con otro símbolo) y el otro como se ve sin este problema.
2. Preparar para el cierre.	Reconocer cambios y plantear el reto de continuar manejando estas circunstancias. Se pide traer la Carta de Despedida para la última sesión.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Se pretende hacer un seguimiento sobre los efectos del manejo de las problemáticas derivadas del miedo. ¿En qué otras circunstancias ha sido útil la estrategia? ¿Otras personas notan que hay cambios? ¿Qué dicen? Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Se fortalecen estos logros y se concluye el proceso, reconociendo cambios y esfuerzos realizados. Se retoma la Carta de Despedida y se utiliza la metáfora de las hojas en el río, técnica que emplea la imaginación para poner los miedos en una hoja que se suelta en el río y se aleja hasta desaparecer por completo. Para profundizar en este técnica, se sugiere consultar el siguiente enlace: http://news.psykia.com/content/técnica-de-liberación-metáfora-de-las-hojas-en-el-río
2. Evaluar alcances en el manejo de estos sentimientos.	Se retoma la Carta de Despedida y se reflexiona acerca de si efectivamente se ha ido, si quiere volver, etc.
3. Hacer el cierre del proceso.	Se fortalecen estos logros y se concluye el proceso, reconociendo cambios y esfuerzos realizados. Se realiza la despedida.

6.4. Afrontamiento de la amenaza

6.4.1. Justificación

El conflicto armado ha persistido en Colombia por cerca de 50 años, manteniendo actualmente diversas formas de expresión. A lo largo de este periodo, ha tenido importantes transformaciones en donde, si bien la intensidad ha cambiado, persisten los asesinatos selectivos, las amenazas y las intimidaciones para una gran cantidad de población.

En estos contextos de violencia, el miedo se instala a partir de todas estas acciones, que pretenden impedir que se salga por la calle o por el campo, que se hable, en general se pretende constituir un ambiente de inseguridad y desconfianza. Finalmente, en este contexto político y de guerra se instaura el miedo como resultado de esa constante que es la amenaza (Lira, 1991).

Es por medio de la amenaza, en medio de la guerra, que ha cambiado significativamente la distribución de la tierra en Colombia, afectando también a las comunidades indígenas y afrocolombianas al ver cómo sus territorios han sido usurpados, controlados y expropiados, y muchos de estos han sido convertidos en territorios de enfrentamientos armados (Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social, 2013).

La amenaza no es aislada, ella aparece junto con el terror de asesinatos y masacres, instaurando el consecuente miedo a la muerte. Estas estrategias se hacen más intensas cuando en el ejercicio de control territorial se pretende apropiar nuevos terrenos, y para lograrlo someten a las comunidades con el poder de las armas a intimidaciones y con más fuerza contra quienes desempeñan algún papel activo en estos grupos (Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social, 2013).

Estas acciones tienen el propósito de inhibir la acción que como ciudadano puede ejercer cualquier persona para participar en organizaciones, en deliberación pública, en denuncia, mediante mecanismos de eliminación, amenazas, criminalización y, en especial, p romoviendo la sensación de terror en las comunidades.

Estas persecuciones han afectado a líderes y lideresas de organizaciones comunitarias, sociales, de partidos políticos, a docentes, a candidatos y candidatas a diversos cargos regionales, y tal vez el más crudo ejemplo fue el exterminio de la Unión Patriótica (Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social, 2013).

Es por ello que la atención psicosocial debe propender también por el apoyo, la reflexión y la comprensión de acciones dirigidas a contrarrestar las amenazas, mediante el desarrollo de estrategias para la autoprotección, que permitan preservar la integridad de las víctimas, y especialmente promover acciones de resistencia frente a los hechos de atentan contra el ejercicio de ciudadanía, de optar por opciones políticas y finalmente proteger su proyecto de vida.

Objetivos

- Contribuir a la evaluación y construcción de prácticas que gestionen el riesgo de las personas que lleven a proteger la vida, creando espacios seguros de actuación.
- Apoyar en la identificación de acciones que permitan "resguardarse del peligro" y desarrollar estrategias dirigidas a la protección individual o del grupo.
- Facilitar la comprensión de emociones derivadas del riesgo por amenazas.

Insumos para Indicadores de proceso

- Sensación de recuperación del control frente al riesgo de amenaza.
- Adopción de acciones dirigidas a disminuir la exposición al riesgo.
- Capacidad para expresar, reconocer y afrontar sentimientos derivados del riesgo.
- Considerable recuperación de actividades cotidianas.

6.4.2. Recomendaciones generales

El trabajo dirigido a afrontar las amenazas requiere de una comprensión amplia y ágil de las diversas circunstancias en las que hay riesgo para las víctimas del conflicto armado, pues existen ocasiones en las que, por la intensidad del hostigamiento o de antecedentes de intentos de asesinato contra estas, se requiere que estas actividades deban proponerse de una manera oportuna, rápida y en el menor tiempo posible.

De otra parte, debido al nivel de amenaza, es posible que no se puedan llevar a cabo todas las acciones propuestas,

por lo que es bueno que cada sesión pueda considerarse como única. Es decir, un trabajo muy centrado en el aquí y el ahora, con metas a corto plazo.

Como se ha mencionado, otros elementos que se deben atender en el análisis son: particularidades de los grupos con mayor riesgo, la situación del contexto en donde se lleva cabo el trabajo de atención psicosocial y la exposición al riesgo de los equipos psicosociales.

Grupos expuesto a la amenaza

Se deben identificar aquellas personas que ejercen una labor de liderazgo, hombres, mujeres, jóvenes, quienes por estas actividades realizan una importante labor pública, principalmente de denuncia. Asociado a ello están el tipo de organización a la que pertenecen, siendo las organizaciones de víctimas las más estigmatizadas, así como las organizaciones sociales, campesinas, sindicales, de defensa de derechos humanos y de carácter étnico.

El grupo de mujeres es un importante grupo objetivo permanente de ataques y agresiones de muchas formas, desde intimidaciones, amenazas, maltratos físicos hasta asesinatos.

De igual forma, han de considerarse las personas con orientaciones sexuales no hegemónicas, quienes también son objeto de numerosas formas de intimidación, lesiones y asesinatos.

Situación del contexto local y regional

En el ámbito de atención a víctimas, es prerrequisito disponer del conocimiento de las particularidades históricas, geográficas, políticas, sociales y de formas de expresión del conflicto en la región. Ello permite contar con elementos para ayudar en la valoración del riesgo en personas amenazadas, así como en el apoyo en gestión de medidas de protección. Además, permite a los equipos tomar decisiones frente a las acciones a llevar a cabo en el territorio, para mantener la seguridad tanto de las víctimas como del propio grupo de trabajo.

En este análisis es central identificar las organizaciones encargadas de la protección con sus referentes, así como aquellas organizaciones sociales, religiosas o internacionales que puedan brindar apoyo en medidas de protección y/o de traslado, si es necesario.

Seguridad del equipo psicosocial

El trabajo de atención psicosocial debe propender por brindar condiciones a las víctimas para que se sientan seguras, o no exponerlas a mayores riesgos cuando se han identificado condiciones de amenaza. Al lado de ellas estará el equipo psicosocial, por lo que es necesario evaluar la dimensión del riesgo para quienes están trabajando con las víctimas y adoptar medidas complementarias de autoprotección.

6.4.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1. En este momento se identificó como parte de la atención el malestar, temor e incertidumbre vinculado a la presencia de un riesgo por amenazas contra la vida.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Revisar y redefinir problemáticas.	Apertura del encuentro Iniciar la conversación con la información recogida durante el momento de Acercamiento, en donde se identificó como foco de atención las dificultades derivadas por las amenazas.
2. Fortalecer la relación de confianza.	Asegúrese de que la comunicación que se establezca ayude a generar actitud empática y de confianza. Impulse la ventilación de los sentimientos. Revise las recomendaciones del apartado 4.2.3, sesión 2. Asegure disponer de un espacio apropiado que brinde privacidad y sensación de seguridad.
3. Identificar situaciones de riesgo y amenaza.	Motive la exploración detenida del problema, discriminando los hechos y los sentimientos derivados de estos. Indague: ¿Quién o quiénes han sido los más afectados? ¿De qué forma?
4. Explorar sentimientos y explicaciones al respecto.	Una vez identificadas las situaciones, anime a que se expresen los sentimientos asociados a esto, señalando y validando las respuestas en este contexto.

objetivo	actividades
5. Identificar acciones realizadas al respecto.	Evalué conjuntamente qué se ha hecho frente a las situaciones de amenaza. ¿Qué respuestas ha habido? ¿Se han hecho denuncias? **Técnica expresiva:** Cartografía de Riesgos Una vez se haya surtido la conversación anterior, invite al/la consultante a elaborar en un pliego de cartulina un mapa que represente el territorio donde reside y donde se están presentando las situaciones de riesgo o amenaza. Es importante que en él se grafiquen o se escriba lo siguiente: • Lugares del territorio donde se han presentado situaciones de riesgo o amenaza. • Tipo de amenaza que se ha recibido o se puede recibir. • Probabilidad de que ocurra. • Consecuencia. • Posibles acciones inmediatas para minimizar el riesgo. Se inicia la elaboración de la cartografía durante la sesión y se da la instrucción de completar el ejercicio en casa junto con la red de apoyo, como tarea para la siguiente sesión. Variación: si identifica escasa habilidad de lectoescritura, proponga realizar dibujos.

objetivo	actividades
6. Sugerir acciones prioritarias según urgencia de situación.	Se trata de proveer algún grado de control y tranquilidad frente a la situación. A partir de las acciones ya emprendidas, se sugieren medidas adicionales, como por ejemplo: - Compartir con la familia lo ocurrido. - Identificar circunstancias de riesgo y seguridad en el trabajo (visitantes, manejo de información, acceso), en la casa (medidas de seguridad en la residencia, el vecindario), en los trayectos (informar de desplazamientos, cambio de rutinas, salir acompañado/a), en las comunicaciones (tipo de información que se divulga en medios electrónicos y de teléfono). - Construir mecanismos familiares de protección (llamadas, acompañarse, buscar apoyo de otros miembros, establecer planes en caso de algún incidente, etc.). - Identificar responsables de algunas acciones como movilización, comunicación, etc. - Considerar el uso de mecanismos legales de protección (denuncias, habeas corpus, derechos de petición, tutelas…). Finalmente, al concluir este encuentro, es indispensable valorar la estimación del riesgo frente al lugar donde se realiza la atención, la hora, los desplazamientos, para así acordar conjuntamente la siguiente sesión.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Explorar estado de ánimo y acciones realizadas.	Apertura del encuentro Explore el estado de ánimo y las posibles manifestaciones de riesgo. Explore las acciones diferentes iniciadas después de la primera sesión.

objetivo	actividades
2. Evaluar de nuevo situación de riesgo.	Brinde información sobre algunas nociones vinculadas con la protección, como qué es el Riesgo, qué es la Vulnerabilidad y las capacidades para hacerles frente. Apoye en la valoración de las dimensiones reales del riesgo y discuta las creencias, actitudes y temores al respecto. Retome la Cartografía de Riesgos, brindando información sobre algunas nociones vinculadas con la protección, como qué es el Riesgo, qué es la Vulnerabilidad y las capacidades para hacerles frente. Apoye en la valoración de las dimensiones reales del riesgo y discuta las creencias, actitudes y temores al respecto. Realice un análisis del Riesgo a partir de la siguiente ecuación: $\text{Riesgo} = \frac{\text{Amenaza X Vulnerabilidad}}{\text{Capacidad}}$ "Las amenazas representan la posibilidad de que alguien dañe la integridad física o moral de otra persona, o su propiedad, mediante una acción intencionada y a menudo violenta. La valoración de las amenazas nos será útil para saber qué probabilidad hay de que estas se lleven a cabo" (Eguren, 2005). "La vulnerabilidad hace referencia al grado en que la gente es sensible a la pérdida, el daño, el sufrimiento y la muerte al ser objeto de un ataque. Varía de persona a persona y de grupo a grupo; y también, para la misma persona o grupo, varía en el tiempo. La vulnerabilidad siempre es relativa, porque todas las personas y todos los grupos son de alguna manera vulnerables. No obstante, todo el mundo tiene su propio nivel y tipo de vulnerabilidad, dependiendo de sus circunstancias (Eguren, 2005, p. 19). Veamos algunos ejemplos: ✓ Vulnerabilidad y lugar físico: una defensora puede ser más vulnerable cuando está de viaje haciendo una visita de campo que cuando está en una oficina conocida por todos, pues es probable que en la oficina siempre haya testigos si se produce un ataque. ✓ La vulnerabilidad puede relacionarse con no tener acceso a un teléfono, con poder usar transporte terrestre seguro o con tener buenos cerrojos en las puertas de una casa. Pero también está relacionada con la falta de redes de contactos y de acción conjunta de las y los propios defensores.

objetivo	actividades
	✓ Vulnerabilidad, trabajo en equipo y miedo: si un defensor recibe una amenaza, tendrá miedo, y su trabajo se verá afectado por ese miedo. Si no sabe controlar su miedo (si no encuentra con quién hablarlo, buenos compañeros, etc.), es posible que cometa errores o que no tome la mejor decisión posible, lo que puede aumentar los problemas de seguridad" "La capacidad (de respuesta) en protección alude a los puntos fuertes y a los recursos que tiene un grupo o una persona para conseguir un grado razonable de seguridad. Algunos ejemplos son los cursos de formación dedicados a temas de seguridad o en temas legales, el trabajo en equipo, la posibilidad de usar un teléfono o un medio de transporte seguro, una buena red de contactos, una buena estrategia para controlar el miedo, etc." (Eguren, 2005, p. 19). En la mayoría de los casos, la vulnerabilidad y la capacidad son dos lados de una misma moneda. Considerando estos tres elementos, el/la profesional psicosocial orientará a la persona para que evalúe el nivel de riesgo en el que se encuentra. Técnica expresiva: Mediante una conversación, se indagará por los recursos familiares, individuales e institucionales con los que se cuenta para aminorar la situación de riesgo. Ello se podrá hacer en un nuevo pliego de cartulina, de tal forma que sea visible para la persona. Al final, se resaltarán los recursos que tienen mayor posibilidad de uso y los que urgen ser activados.
3. Discutir sobre lo que se entiende por autoprotección y protección.	Discuta las medidas y los comportamientos dirigidos a la autoprotección, la comprensión y especialmente la disposición a adoptar cambios en pro de la seguridad propia y del grupo familiar, del trabajo o de la comunidad.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Analizar recursos personales, familiares e institucionales de apoyo frente al riesgo.	Apertura del encuentro Inicie con un resumen de lo tratado en el encuentro anterior. Explore el estado de ánimo y las posibles manifestaciones de riesgo (revisar la Cartografía de Riesgos). Con el tema anterior, haga una valoración de los recursos que dispone o puede tener acceso. Atienda en esta medida el grado de confianza y confiabilidad que estos le generan. Considere el papel de los recursos que ofrecen las comunidades mediante prácticas tradicionales, espirituales de protección y apoyo a sus integrantes.
2. Considerar involucrar al grupo familiar para identificar estrategias de apoyo.	Un punto importante es la manera como el grupo familiar está involucrado o no es el riesgo. Considere la información que maneja de lo ocurrido, la causalidad de esto y los sentimientos y afectaciones ocasionadas.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Evaluar acciones y estrategias realizadas.	Inicie la sesión con la identificación de condiciones de riesgo, medidas adoptadas y estado emocional al respecto.
2. Evaluar continuamente la amenaza.	Analice la evolución de las dimensiones del riesgo, su expresión y, con ello, estime el recurso de medidas de urgencia, como puede ser cambio de residencia, de ciudad o aun de salir del país.
3. Abordar y resignificar las intencionalidades de las amenazas.	¿Qué pretende la intimidación en el contexto del conflicto? ¿Qué pensamientos me origina? ¿Cómo me siento frente a…?

objetivo	actividades
	A continuación, se presentan algunos componentes para valorar la vulnerabilidad o capacidad frente a las amenazas o incidentes de seguridad: **Exposición:** La necesidad de estar en o pasar por zonas peligrosas para realizar las tareas cotidianas u otras ocasionales, habiendo en ellas actores que suponen una amenaza a la seguridad. **Estructuras físicas**: Las características de los edificios (oficinas, casas, refugios); los materiales de construcción, puertas, ventanas, armarios; las barreras protectoras; la iluminación nocturna. **Lugares para ocultarse, rutas para escapar:** ¿Disponemos de lugares para ocultarnos? ¿Son de fácil acceso (a qué distancia física están)? ¿Quién puede usarlos (son para personas concretas o para todo el grupo)? En caso de necesidad, ¿podríamos abandonar la zona durante algún tiempo? **Acceso a la zona de residencia:** ¿Que tan fácil o difícil es el ingreso a la zona? **Transporte y alojamiento:** ¿Podemos usar transporte seguro (público o privado)? ¿Qué ventajas y desventajas tiene? ¿Podemos disponer de alojamiento seguro cuando estamos de viaje? **Vínculos con partes implicadas en el conflicto:** ¿Tenemos algún tipo de vínculo con alguna de las partes implicadas en el conflicto (familiares, gente de nuestra misma procedencia, con nuestros mismos intereses) que podría usarse contra nosotras/os? **Actividades de defensa de DD. HH. que afectan a las partes del conflicto:** ¿Nuestro trabajo afecta directamente los intereses de algún actor implicado (p.e. cuando protegemos recursos naturales valiosos, el derecho a la tierra u objetivos potenciales similares de los actores con poder)? ¿Trabajamos algún tema especialmente sensible para los poderosos (p.e. la propiedad de la tierra)? **Acceso a las autoridades y a un sistema judicial para reclamar los propios derechos:** ¿Podemos iniciar procesos judiciales para reclamar derechos (acceso a representación legal, presencia física en los juicios o en las reuniones, etc.)? ¿Podemos pedir ayuda para nuestro trabajo y protección a las autoridades que correspondan? Algunas acciones de Autoprotección: • Informar siempre a alguien cuando se sale a algún lugar y al llegar. • Evitar hacer recorridos en la noche.

objetivo	actividades
	• Establecer sistemas ágiles de comunicación con personas de confianza. "Cuando nos enfrentamos a una situación de amenazas que podría consumarse, es más fácil manejarla bien si se involucra a otros actores o partes implicadas que tengan un papel en esa situación y se trabaja conjuntamente. Por ejemplo, se podría involucrar al sistema judicial siempre y cuando este funcione bien, así como a redes de apoyo (nacionales e internacionales) que puedan presionar políticamente a los actores responsables de la seguridad de las personas, a redes de activistas sociales (en el propio grupo y entre organizaciones), a redes de familiares y amistades, al personal internacional o de la ONU para el mantenimiento de la paz, etc." (Eguren, 2005).

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Revisar nivel de riesgo y resultados de acciones y medidas propuestas.	Inicie la sesión con la identificación de condiciones de riesgo, medidas adoptadas y estado emocional al respecto.
2. Explorar respuesta emocional y brindar acciones de apoyo frente a la ampliación de actividades.	Discuta y evalúe cambios y logros alcanzados. Permanentemente, se deben explorar los sentimientos que movilizan estas medidas, prácticas y cambios. Con el fin de resignificar las emociones y comprender los sentimientos, motive una conversación de apoyo basada en preguntas reflexivas e indague sobre el significado que tienen ahora las emociones y los sentimientos de la/el consultante: Después de lo que hemos estado conversando en las últimas sesiones, ¿cómo comprende ahora sus emociones y sus sentimientos? ¿Qué personas son significativas y están vinculadas con estos sentimientos y emociones? Cuándo aparecen estas emociones y sentimientos, ¿los demás hacen algo o dejan que pase?

objetivo	actividades
	¿Cuáles recursos han sido más efectivos para disminuir la vulnerabilidad frente al riesgo de sufrir una agresión por amenazas o incidentes de seguridad? ¿Cuáles no han sido tan útiles para sentirse mejor? ¿Cómo piensa poner en práctica estos recursos para mejorar sus capacidades y disminuir su nivel de vulnerabilidad frente al riesgo?
4. Motivar a recuperar, hasta donde sea posible, las actividades cotidianas, con medidas de autoprotección.	La recuperación de las actividades cotidianas es un propósito importante, por ello es necesario evaluar y determinar la forma como se van recuperando acciones y prácticas como el trabajo, el estudio para menores, el descanso. etc.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Revisar de nivel de riesgo y resultados de acciones y medidas propuestas.	Inicie la sesión identificando condiciones de riesgo, medidas adoptadas y estado emocional al respecto, en especial si se ha recuperado la sensación de control y manejo emocional en estas circunstancias.
2. Explorar respuesta emocional y brindar acciones de apoyo frente a la ampliación de actividades.	Discuta y evalúe cambios y logros alcanzados. Procure una conversación mediante la cual la persona identifique aspectos que ha ido mejorando, a través del proceso de atención psicosocial que se ha venido realizando: ¿Qué ha cambiado en usted desde que iniciamos este proceso de atención psicosocial? ¿Cómo ve ahora sus capacidades para reducir la vulnerabilidad frente al riesgo por amenazas o incidentes de seguridad? ¿Hay algo que haya decidido al respecto?

objetivo	actividades
	¿Qué sigue siendo difícil de manejar respecto a la posibilidad de amenazas o incidentes de seguridad? ¿Qué quisiera hacer frente a ello? Técnica expresiva: Se invitará a la persona a que dibuje una maleta con dos compartimentos. Utilizando la metáfora del viaje por la vida, en uno de los compartimentos de esa maleta pondrán aquellas estrategias que individualmente le ayudan a protegerse de los incidentes de seguridad o posibles agresiones provenientes de amenazas de actores armados o con intereses estratégicos en la región; por ejemplo: cambiar las rutas que diariamente se recorren, cambiar los horarios, no transitar de noche, etc. En el otro compartimento de la maleta pondrán las estrategias o recursos familiares que ayudan a disminuir estos niveles de riesgo; por ejemplo: conversar y escucharse, reportarse con algún miembro de la familia cada vez que salen, permanecer en lugares públicos, etc. La idea es que, al finalizar, la persona pueda socializar su símbolo y hablar de los recursos que se llevan para disminuir su vulnerabilidad frente al riesgo de amenazas o incidentes de seguridad.
3. Preparar para el cierre.	En la medida que se experimente una relativa estabilidad, disminución del riesgo y control en las medidas de autoprotección, considere preparar a la/el consultante para el cierre, proponiendo una evaluación inicial del proceso.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Hacer seguimiento.	Se pretende hacer una evaluación de la percepción de riesgo, las medidas de autoprotección adoptadas y, en especial, si se ha recuperado la sensación de control y manejo emocional en estas circunstancias.
1. Evaluar el proceso realizado.	"Para fortalecer y evaluar lo alcanzado, vamos a elaborar un texto, una carta (en caso de no contar plenamente con la habilidad de lectoescritura, recurrir a elaborar dibujos), en el que usted es el/la experto/a en el manejo de estas situaciones difíciles, y le va a contar a otro u otros que tienen un problema parecido al que usted tenía cómo manejar estos problemas, porque ya sabe mucho de ello".

objetivo	actividades
	Una vez elaborado el texto, se lee y se señala que será su permanente consejo. Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.
2. Hacer el cierre manteniendo la opción de continuar con el apoyo.	Se hace el cierre valorando los esfuerzos e indicando que la atención llega hasta este momento. Comunique la seguridad que tiene el/la consultante y mantenga "la puerta abierta" en caso de ser necesario. Realice la despedida.

6.5. Afrontamiento de culpa y vergüenza

6.5.1. Justificación

Como ya se mencionó, las múltiples pérdidas y la ruptura de las relaciones interpersonales que se presentan en violencia política hacen que sea frecuente el surgimiento de sentimientos de culpa. Encontramos así muchas expresiones en las víctimas, recogidas en el informe ¡Basta Ya! (Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social, 2013):

"Este es el caso de las mujeres que fueron víctimas de violencia sexual; de los hombres que se sintieron 'incapaces' de proteger a sus familias y de las comunidades señaladas injustamente como responsables de la violencia ejercida. Muchas víctimas se reprochan a sí mismas continuar con sus vidas, y la recuperación de la cotidianidad se entiende como una deslealtad con la persona amada que está ausente, sea la pareja, el padre o la madre, sus hijos e hijas…" (Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social, 2013, p. 265).

Un mecanismo de afrontamiento común en estos casos es que las víctimas se cuestionan lo que habrían podido hacer diferente para evitar lo sucedido. Esta es una de las formas de buscar una atribución causal que permite retomar algo de control ante los hechos. En medio de la culpa, las personas pueden funcionar como si tuvieran una "clarividencia retrospectiva" (Pérez-Sales, 2006), que les permite culparse.

Esto es aún mayor si en la realidad existió alguna responsabilidad en los hechos o si hay recriminaciones de otros, lo que hace más difícil la elaboración del duelo y, por tanto, aumenta el malestar. Al igual que la culpa, los sentimientos de vergüenza son frecuentes como consecuencia de las dificultades en agenciar un lenguaje que dé sentido a lo ocurrido. También tienen un carácter interpersonal, pero su centro de gravedad está en la sensación de indignidad; es decir, en el YO hice. Además del sentimiento de haber causado daño a otros, en la vergüenza hay autodevaluación de sí mismo/a y un deseo de marginarse, escapar o esconderse (Pérez-Sales, 2006).

Por ello, es relevante abordar este tipo de emociones en particular, pues se trata es de movilizar estas creencias y sentimientos hacia una construcción de narrativas de comprensión, aceptación y reconciliación consigo mismo/a, siguiendo los lineamientos de Pérez-Sales (2006).

Objetivos

- Promover la descripción de los hechos que generan culpa y vergüenza.
- Analizar las interpretaciones frente a estos sentimientos.
- Identificar pautas de culpa y vergüenza en la historia del individuo.
- Analizar pensamientos asociados a la culpa y la vergüenza.
- Revalorar pensamientos que mantienen culpa y vergüenza.

Insumos para Indicadores de proceso

- Disminución o tolerancia funcional de la culpa.
- Disminución de acciones o prácticas de autodestrucción.
- Capacidad de reevaluación de creencias frente a los hechos que generaron culpa.
- Mayor satisfacción y disfrute de la vida.

6.5.2. Recomendaciones generales

Si bien es muy relevante poder generar un espacio de atención a las personas en quienes se generan sentimientos de angustia relacionados con la culpa y la vergüenza, estos generan un gran malestar que, en ocasiones, pueden derivar en conductas con intención autodestructiva, necesidad de perdón, como también considerables interferencias en la vida.

Por lo anterior, hay que estar atento/a al momento en que se encuentra la persona, como su grado de inmovilidad por las ideaciones de la culpa o la vergüenza, ya que ello puede determinar que se pueda iniciar un proceso de resolución o que se "congelen" más.

Abordar la culpa y la vergüenza implica movilizar las experiencias en que estas se generaron, por lo que es indispensable evaluar qué tan preparada está la persona para profundizar en ello.

Cuando se encuentre que hay acciones en las que se pretende expiar la culpa, búsqueda de perdón o realización de acciones compensatorias, puede ser posible trabajar estos temas.

Se debe tener cierta precaución cuando se conoce que han ocurrido conductas de autolesión y además persisten ideas de muerte, ya que en estos casos no es prudente intervenir hasta tanto no haya condiciones de apoyo del entorno. Si se conoce que el riesgo es muy alto, es pertinente derivarlo a los servicios de salud mental para atención especializada.

6.5.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
a. Establecer relación de atención. b. Identificar recursos. c. Identificar principales áreas de afectación. d. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1. En este momento se identificaron indicios de sentimientos de culpa que originan cambios importantes de comportamiento y se asocian a pérdidas, desplazamiento o desaparición, por ejemplo. En este caso, se puede señalar: "Le propongo dedicar algunos días de trabajo en algunas emociones y sentimientos que parece que están influyendo mucho en su vida… como esos sentimientos de culpa que me contaba…". En estos casos, reconozca esos sentimientos y considere que puede ser útil conversar sobre ellos.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Revisar y definir el problema.	Se abre la atención retomando elementos que motivan este encuentro y explorando los componentes y las formas de expresión. "En la primera conversación hablábamos del malestar que siente y las dificultades para hablarlo. Ahora, quisiera que precisáramos más sobre ello. Cuénteme un poco más acerca de…". Se emplean los recursos que permitan exteriorizar el problema hacia las condiciones de vida del/la consultante.
2. Fortalecer el vínculo de confianza.	Asegúrese de que la comunicación que se establezca ayude a generar actitud empática y de confianza. Impulse la ventilación de los sentimientos. Revise las recomendaciones del apartado 4.2.3, sesión 2.
3. Analizar las vivencias de culpa y vergüenza y explorar sentimientos.	Promueva la externalización de sentimientos e identifique posibles áreas críticas, explorando de manera amplia. Definir la culpa desde la propia vivencia consiste en la narrativa de la víctima de su culpa y de la lógica que tiene en el contexto: ¿Qué entiende por culpa? ¿Qué situaciones pueden asociarse a esto? Intente diferenciar la Culpa de la Vergüenza. Según Pérez-Sales (2006), la Culpa es definida como la aparición de un sufrimiento psicológico asociado a pensamientos y emociones de tipo autoacusatorio en relación con la transgresión de una regla, sea real o simbólica. Entretanto, la Vergüenza debe entenderse como una sensación de angustia que surge de la percepción de proyectar una imagen que está en disonancia con lo que la persona considera que constituye el núcleo identitario que desea de sí; esta angustia está asociada a la percepción real o proyectada de humillación o de rechazo por parte de los demás. Finalmente, priorice áreas o temas que generan culpa (tenga en cuenta en este proceso siempre analizar la existencia de ideas de suicidio o de intentos de suicidio).

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Hacer un análisis específico de antecedentes, afrontamientos y disparadores.	Se inicia la sesión con un breve resumen de lo trabajado en la cita anterior. Hable detenidamente de las situaciones que ha priorizado como aquellas que generan culpas. Explore los sentimientos vinculados a la experiencia de culpa y sus posibles ambivalencias: ¡Cómo reacciona? ¿Qué hace?
2. Trabajar en la identificación del "acusador".	Analice: "Alguien o algo nos está mirando y nos acusa, una mirada insoportable…". Buscar el referente simbólico: Metáfora del Ojo Acusador. En la culpa hay siempre alguien que se constituye como acusador, la acusación es de carácter simbólico, ese alguien portador de la norma y emocionalmente significativo y portador de la norma actúa como espectador (visible o imaginario) del hecho. Es esa presencia simbólica lo que permite el ojo acusador. Pérez Sales (2006) también plantea la existencia de una mirada real en algunos casos. Se propone, entonces, promover la conversación que permita expresar si "alguien o algo nos está mirando y nos acusa, una mirada insoportable…". Asimismo, explore la posibilidad de ambivalencia, que consiste en abrir el espacio para la expresión de ira o rabia hacia la persona referente de la culpa. Se debe dedicar un tiempo prudente para hablar de vínculos positivos del referente de culpa y luego normalizar las relaciones humanas como existentes de una cierta ambivalencia. Al querer trabajar la ambivalencia, una efectiva fuente de acceso es la reconstrucción histórica de la relación con la persona referente de la culpa y la ambivalencia. Para ello, se puede proponer una técnica expresiva como la Línea de Tiempo, en la que la persona víctima ubique recuerdos significativos de su relación con la persona referente de la culpa. Los recuerdos pueden ser tanto positivos como negativos.

objetivo	actividades
3. Promover una oportunidad de esperanza.	Este momento puede ser de gran intensidad, por lo que se puede introducir: "Veo el interés y el esfuerzo por abordar estos temas que son tan complicados, pero creo que usted puede salir adelante con ello. Por esto, le propongo trabajar lo siguiente en casa: Lleve la Línea de Tiempo a casa, enriquézcala con otro tipo de elementos (fotografías, dibujos, cartas) que simbolicen aún más los recuerdos tanto positivos como negativos de su relación con la persona referente de la culpa y tráigala para la próxima sesión". Otra tarea puede ser: "En su casa va a realizar una Carta desde el Futuro a usted mismo/a. Imagine que se encuentra a diez años de esta fecha (este rango variará según la edad del/la consultante: se proponen periodos cortos para adultos y mayores y periodos largos, de 15 o 20 años, para jóvenes). En ella va a relatar que ha superado los problemas y las preocupaciones que sentía. En ese momento usted, es diferente, está más maduro/a y sabio/a que cuando fue atendido por el/la profesional psicosocial. En la carta, usted va a contar cómo consiguió salir adelante y va a animar a la persona actual, diciéndole, además, qué personas le ayudaron y qué cualidades supo aprovechar para lograr lo que se había propuesto". Se da la instrucción de elaboración de la Carta desde el Futuro y se pide que sea guardada para la última sesión. Una vez comprendida la tarea, se cierra la sesión. En caso de que el/la consultante tenga dificultades en lectoescritura, se propone un dibujo de cómo se vería en el lapso de diez años, con similares indicaciones).

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Conductas asociadas. Identificar riesgo suicida.	Se abre la sesión con un breve resumen de lo trabajado en la reunión anterior. Se revisa la Línea de Tiempo, haciendo énfasis en aquellos elementos que fueron incluidos para simbolizar los recuerdos (positivos y negativos) con la persona generadora de culpa. Promueva la conversación peguntándole: ¿Si _____ (la persona generadora de culpa) se encontrara aquí, qué le gustaría expresarle en este momento? ¿Qué le expresaría sobre esos recuerdos negativos de la relación? ¿Qué le expresaría sobre esos recuerdos positivos de la relación que tiene representados aquí? En seguida, retome las preocupaciones y explore la presencia de ideas de muerte y de intentos para ello.
2. Identificar la norma transgredida. Análisis.	Trabajando sobre las normas y su lógica Normas introyectadas. Se debe entender como la exploración de normas introyectadas y asumidas como imperativos de conducta, y realizar un análisis del sistema de normas que resulta ser transgredido; el sujeto asume estas normas como propias y tienen connotaciones éticas y morales. Así, pues, no se debe desconocer la existencia específica de unas normas determinadas por grupos o colectivos, como tampoco la existencia de una especificidad individual, en conexión con el libre albedrío que permite la ejecución de normas propias. Análisis del sistema de normas en terapia. Pérez-Sales (2006) plantea en este punto la necesidad de buscar en los antecedentes infantiles la inclusión de las normas para dar sentido a la culpa. La idea en sí no es buscar la norma que explique la transgresión y la culpa, sino la construcción de sentido de esa culpa. Para explorar el sistema de normas, el autor plantea unas técnicas de exploración:

objetivo	actividades
	a) Recuerdo de normas relevantes: Realización por parte de la víctima de una lista de normas que más se repetían constantemente en su entorno familiar en la niñez y las personas que insistían en ellas. Una vez obtenidas estas normas repetitivas, se realiza un nuevo ejercicio para analizar cuáles de esas normas han influido de manera más fuerte en su vida y cuáles pueden tener relación actual con lo que ocurre. b) Modelado de actitudes: Es la exploración sistemática de la existencia de modelos cercanos; una vía para esto es la exploración de las actitudes de las figuras simbólicas más representativas de la infancia en comparación con el tema o contexto de la culpa. c) Experiencias personales: Realizar un recuento biográfico que ayude a la búsqueda de experiencias que conlleven a un grado mayor de vulnerabilidad a presentar sentimientos de culpa, ante hechos traumáticos y pautas-problema ancladas en la historia biográfica.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Explorar y analizar mecanismos que mantienen culpa y/o vergüenza.	Se inicia la reunión con un breve resumen de lo trabajado anteriormente y se explora sobre el estado de ánimo.
2. Identificar posible intencionalidad de daño. 3. Resignificar la percepción de responsabilidad e intencionalidad.	Explorar la percepción que tiene el consultante acerca de lo que pasó y si había o no intención de ocasionar daño. Esta evaluación del daño permite a la/el profesional psicosocial tener un elemento clave del carácter ilógico de la culpa, en su relación con el daño y la motivación. Los sujetos instauran su culpa dentro de dos puntos opuestos arquetípicos: el Pecado y la Culpabilidad Jurídica. La culpa religiosa establece un criterio clave de responsabilidad y es la motivación de la persona al hecho; el pecado es la opción elegida para transgredir la norma (palabra, hecho u omisión) y su manejo es por medio del arrepentimiento y actos de contrición.

objetivo	actividades
	La Culpabilidad Jurídica se determina en función de las consecuencias de los hechos y en un grado menor la motivación de este; en consecuencia, el manejo de la culpa jurídica es el castigo. Al determinar cómo es la conceptualización del daño en el/la consultante según los dos aspectos antes mencionados, se pueden perfilar vías de acceso al proceso terapéutico, explorando la relación entre daño y culpa e intencionalidad del daño, y las formas complicadas de culpa en relación con la percepción de la motivación. En cuanto a explicar lo ilógico en la evaluación de la responsabilidad personal, es importante hacer ver a el/la consultante el error de juicio que establece los hechos, no con la intención de que este reconocimiento de los errores genere o lleve a una desaparición de sus vivencias de culpa, sino que se debe asimilar que el razonamiento lógico permite una reconstrucción y consolidación de narrativas sobre los hechos, verse desde puntos de vista diferentes y llevarlo a la construcción de otra realidad menos culpógena. La intención consiste, entonces, en ayudar a ver la desproporción en el calificativo de culpa con el que el/la consultante llega a consulta, no demostrar la ausencia de culpa. En seguida, se retoman las ideaciones de culpa y vergüenza, analizando y reestructurando su lógica y las posibles distorsiones en los juicios: Sobregeneralización (todo me va a salir mal, no deberían confiar en mí…) Clarividencia retrospectiva (sabía que eso iba a pasar…) Pensamiento mágico (todo lo que paso fue mi culpa…) Situaciones imposibles (refiere plantearse que cualquier alternativa dé un mal resultado: malo si digo, malo si me quedo callado/a). Ideación obsesiva (no puedo dejar de pensar en lo que pasó, siempre aparece en la mente).
4. Fortalecer autoimagen y autoconcepto.	Promover la aceptación de sí mismo/a. Pasar del autocastigo al autocuidado.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Continuar proceso de resignificación de culpa o vergüenza, de acuerdo con el mecanismo identificado.	Se abre la sesión con un resumen. Se continúa trabajando en los errores de lógica. La propuesta es evaluar la proporcionalidad de la culpa y el supuesto daño, así como explorar conductas de autocastigo y ejercicio de posibilidad de contrarrestarlas (en paralelo). Tenga en cuenta los siguiente: En la frontera entre vergüenza y culpa, trabajar la proporcionalidad de la culpa. Metáfora de la Mancha: a) Aceptación de sí con la mancha: Es el trabajo encaminado a la aceptación progresiva de lo sucedido, es la incorporación de una nueva identidad "superviviente", es entonces: 1. Abrir un espacio para escuchar la culpa manifiesta, 2. Aprender de ella, 3. Aceptar la mancha como parte de uno y 4. Aceptarse a sí mismo/a. El objetivo en sí es integrar lo ocurrido. b) La idea de proporcionalidad: Existen situaciones muy subjetivas de los/las consultantes donde no es posible evaluar si es lógica o no la culpa, pero acá sí se puede analizar si el castigo es proporcional a la culpa. En este punto, el autor plantea dos casos de atención especial: vergüenza ontológica y vergüenza por sobrevivir. La culpa como una idea pura. Debe ser entendida como la culpa intrusiva (obsesiva) que aparece de manera reiterada, con carácter absurdo y donde el intento por omitirla intensifica su aparición. Su trabajo consistirá en exposición simple, exposición con reformulación cognitiva, estrategias de contención, entre otras.
2. Fortalecer cambios observados.	Propuesta de acciones de cambio y fortalecimiento del autocuidado.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Fortalecer recursos personales y familiares.	Se abre la sesión con un resumen y se continúa con el análisis de la ideación culpable: "Imaginémonos que por un momento aceptáramos la POSIBILIDAD de que usted fuera culpable, como hipótesis, ¿podría perdonarse?, ¿de qué manera?". Explorar posibilidad de aceptación mediante: • Responsabilización y aceptación. • Formas de compensación simbólica. • Posibilidad de convivir con un mínimo tolerable de culpa. • Posibilidad de perdón. Culpa y Praxis. En el proceso evaluativo se deberá tener en cuenta: a) las conductas de autocastigo vs. conductas de autocuidado, b) las maniobras de expiación (conductas exageradas de sacrificio), c) la búsqueda de perdón y d) las acciones compensatorias. Esta relación entre culpa y praxis debe ser asumida como una forma de expresión y canalización de sentimientos. Culpa y Reparación. El trabajo a realizar en este punto está orientado a la relación culpa-acto y al perdón como solución a esta relación. Existen tres formas diferentes de intentar manejar el perdón: • Locus de control externo con referente simbólico accesible (búsqueda de perdón directo). • Locus de control externo con referente simbólico inaccesible (búsqueda de perdón indirecto, a través de gestos simbólicos). • Locus de control interno (búsqueda de perdón en sí mismo/a).
2. Fortalecer medidas y conductas de autocuidado.	Fortalezca la autoestima mediante indicaciones en formas de enfrentar estos sentimientos. Indique medidas para el cuidado de la alimentación, el sueño, la actividad, las relaciones, etc.
3. Preparar el cierre.	De acuerdo con los cambios observados, haga un breve balance y facilite el reconocimiento de cambios y próximo cierre. Para la siguiente sesión se volverá a revisar la Carta desde el Futuro.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Analizar alcances del proceso.	Revise cambios y logros frente a los sentimientos y conductas frente a la sensación de culpa. Realice un balance y destaque las ventajas.
2. Reforzar cambios.	Fortalezca los logros, la aceptación y las conductas de manejo de la culpa. Promueva la relectura de la *Carta desde el Futuro* y analice desde esa perspectiva los alcances y cómo pueden mantener los cambios.
3. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.
4. Hacer el cierre del proceso.	Promueva un ritual para despedirse o sugiera realizar un perdón simbólico y de reparación. Proponga un seguimiento en un término de dos semanas e ir distanciando.

6.6. Atención en duelo y en re-experimentación de pérdidas

6.6.1. Justificación

El conflicto armado presente durante la historia reciente en nuestro país ha dejado algo más de 220.000 muertos (entre 1958 y 2012), de los cuales el 81,5% corresponde a civiles. Estas muertes violentas han sido mayores que las estimadas respecto a los homicidios, una de cada tres del total de muertes registradas en este periodo (Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social, 2013).

Estas muertes no solo son pérdidas de vidas humanas, sino también daños que se generan en sus familiares y demás personas con quienes tenían vínculos. Es en ellos en

quienes han quedado afectaciones por la multiplicidad de sentimientos que, en ocasiones, pueden ser devastadores frente a lo absurdo de la violencia.

Las muertes violentas y las circunstancias en que ellas ocurren suscitan numerosas contradicciones por las dificultades al enfrentar las pérdidas, el desconocimiento de lo ocurrido, la impunidad y, en muchos casos, por la ausencia de oportunidades y espacio para el apoyo frente a lo ocurrido (Martín Berinstain, 2008).

Estas circunstancias llevan a que los procesos de enfrentamiento ante la pérdida sean diferentes y en ocasiones complejos, en relación con las muertes debidas a enfermedades o accidentes, por ejemplo, dado que se ven atravesadas por lo brutal de las muertes, el significado social que adquieren, las limitaciones impuestas por los victimarios para realizar los ritos funerarios, la ausencia de justicia y, sobre todo, el carácter repentino en que estas ocurrieron (Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social, 2013; Becker & Weyermann, 2006).

Lo anterior impacta en la forma como cada persona asume estas muertes, en donde se encuentra que quedan estos procesos suspendidos en el tiempo por la urgencia de atender otras necesidades derivadas de las pérdidas, por el temor a la repetición de estos actos, ocasionando que estas experiencias no se integren y comprendan plenamente, y aparezcan sufrimientos y dificultades en cualquier momento, limitando la vida de los familiares de asesinados.

En ese sentido, esta orientación se dirige, en primer lugar, a promover un espacio que facilite el trámite de las pérdidas, darles otros sentidos y permitir superar el duelo y reorientar la vida, y, en segundo lugar, a facilitar el enfrentamiento de la reexperimentación cuando ocurren situaciones o acontecimientos que la evocan (Fernández, Rodríguez & Dieguez, 2006).

Objetivos

- Facilitar el enfrentamiento de emociones derivadas de las muertes en contextos de violencia.
- Comprender y aceptar emociones vinculadas a este.
- Apoyar en el proceso de integración de la pérdida a la vida.
- Apoyar en la reconstrucción y memoria del fallecido.
- Facilitar la resolución de problemas prácticos derivados de la muerte violenta.

Insumos para Indicadores de proceso

- Reconocimiento y comprensión de sentimientos vinculados a la pérdida.
- Inicio de acciones tendientes a continuar la vida sin el fallecido.
- Reconocimiento y comprensión de escenarios asociados a pérdidas significativas.
- Capacidad para la recuperación del control en la expresión emocional.
- Incremento de la comprensión crítica de los hechos de violencia.

6.6.2. Recomendaciones generales

No hay un tiempo determinado para aceptar y elaborar una pérdida. En ocasiones, se considera que hacia el año de la muerte se aprecie un importante proceso de reconocimiento y aceptación de esta. Cuando ocurren muertes violentas, puede esperarse que estos periodos se prolonguen. Si se aprecia un periodo muy prolongado en el proceso de aceptación (de más de dos años, por ejemplo), con manifestaciones inusuales que afectan las relaciones con otros, es necesario evaluar detenidamente por una posible complicación en el duelo o la presencia de otro tipo de trastorno.

Tenga en cuenta que hay variables culturales y étnicas que determinan la forma de enfrentar la muerte, por lo que es necesario conocer y familiarizarse con estos componentes, de acuerdo al origen y procedencia de la persona.

Debido a que la mayoría de las víctimas fatales en medio del conflicto han sido hombres, es necesario atender las problemáticas que ello conlleva, sobre todo en las viudas, pues en ocasiones el tipo de vínculos que mantenían con sus parejas condicionaban sus roles y es por ello que los cambios abruptos derivados de la pérdida pueden ser fuente de muchas dificultades.

Tenga presente que cuanto más repentina y brutal sea una muerte, más complicado resultará el proceso de duelo. Hay un impacto adicional por las circunstancias y el significado social que se le atribuya a la muerte.

Muchas familias, debido a las circunstancias de las muertes, no consiguen "separarse" de la persona fallecida, y permanecen atrapados por el terror y la desesperanza. En las muertes por la violencia, el proceso de duelo sigue asociado con el miedo a los conflictos y a su violencia.

La imagen interior que se conserva de la persona fallecida está marcada por la brutalidad de su muerte y disfraza sentimientos múltiples (amor, odio) que se sentían por la

persona fallecida cuando aún vivía. Tras una muerte brutal, a menudo se tiende a negar sus propios sentimientos negativos, a fin de protegerse simbólicamente a sí mismo/a y a la persona fallecida de la agresión real que constituyen las circunstancias de su muerte.

Algunas herramientas útiles

- Evite expresiones neutras. La utilización de expresiones evocadoras como MUERTE, PERDER, VIUDO, ASESINATO, en tiempos verbales adecuados, facilita tomar conciencia de la pérdida.

- Puede ser un recurso importante el pedir fotos o recuerdos del fallecido; esto facilita la expresión de los afectos.

- El empleo de dibujos es útil para el trabajo con niños, así como la elaboración de cartas.

- Puede ser útil la elaboración de un libro de Memorias, en forma individual o colectiva, que facilita a la familia, incluidos los niños, reconstruir la relación, con fotos, escritos, mensajes, etc.

El siguiente cuadro es útil para comprender las acciones durante el duelo, propuesto por Worden (Worden, 2013), quien habla de tareas a llevar a cabo para alcanzar la elaboración del duelo. Implica una actitud más activa por parte del sujeto y de su entorno y —por qué no— pretende darle un orden de secuencia:

TAREA	APOYE EN	DEBE LOGRAR
Tarea 1. Aceptar la pérdida del objeto La tarea de constatación de la pérdida del objeto es condición de posibilidad del trabajo de duelo. Por eso, es más difícil hacer duelo cuando no se tiene el cadáver de la persona, pues se produce un sentimiento de irrealidad.	Proveer un entorno seguro para considerar la pérdida, una cierta normalidad con que contrastarla y algo semejante a un rito en el poder darle existencia social.	Poder nombrar la pérdida, poder hablar de ella.
Tarea 2. Experimentar las emociones vinculadas a la pérdida La pérdida de un objeto importante conlleva siempre la eclosión de fuertes emociones: tristeza, rabia, culpa, despecho, alivio, miedo, envidia o resentimiento.	Dar el marco de seguridad física e interpersonal en el que puedan experimentarse las emociones.	Que la víctima exprese sus emociones, el silencio también es válido.

TAREA	APOYE EN	DEBE LOGRAR
Posponer la tarea de experimentar las emociones, en condiciones de guerra, es una estrategia de afrontamiento.		
Tarea 3: Capacitarse para desenvolverse en el mundo sin el objeto perdido En la guerra se disgrega la familia y se complican los mecanismos institucionales; por lo tanto, esta tarea que generalmente dura un tiempo se realiza en estas situaciones rápidamente.	Apoyar con la creación de redes sociales (individuales, familiares, comunitarias).	Lograr que la persona reconstruya.
Tarea 4: Recolocación de lo perdido de modo que no impida el investimento afectivo de otros objetos Construir un mundo sin el objeto perdido y que puede ser habitado por objetos dignos de ser amados.	A veces el ayudar a otras víctimas o salvar a personas más "débiles" que dependen de uno puede facilitar el proceso.	Volver a vivir.

No haga

1. Inhibir la expresión de sentimientos.
2. Salir huyendo ante la mínima expresión de sentimientos dolorosos.
3. Decir "sé cómo se siente".
4. Decirle "llámame o ven a mi casa si te sientes muy mal o necesitas algo".
5. Ante la demanda de ayuda, delegarla en otros.

Aislar a la persona de su familia y fomentar o crear indisposición mutua.

6.6.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1. En este momento se identificó y concertó la importancia de trabajar en el tema de afrontamiento de pérdidas, bien sea por un acontecimiento ocurrido en forma reciente (durante los últimos meses) o por la reexperimentación, motivada por alguna fecha o acontecimiento significativo para la persona, y siente que requiere de apoyo para enfrentarlo.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Revisar y redefinir el problema.	Apertura del encuentro Iniciar la conversación con la información recogida durante el momento de acercamiento en donde se identificaron preocupaciones frente a una pérdida reciente y o la reexperimentación de esta y el deseo de poder hablar al respecto.
2. Fortalecer la relación de confianza.	Asegúrese de que la comunicación que se establezca ayude a generar actitud empática y de confianza. Impulse la ventilación de los sentimientos. Revise las recomendaciones del apartado 4.2.3, sesión 2. Asegure disponer de un espacio apropiado que brinde privacidad y sensación de seguridad.
3. Facilitar la expresión de sentimientos frente a la pérdida.	Hablar sobre la pérdida. Preguntar sobre la forma como se enteró de la pérdida, sobre las reacciones, ¿qué pensó?, ¿qué sintió?

objetivo	actividades
	Particularizar las circunstancias en que se revivieron de nuevo estos sentimientos. (Solicite una fotografía del ser querido fallecido para la siguiente sesión).
3. Ayudar a la comprensión y denominación de los sentimientos.	Genere un espacio de comprensión frente a los sentimientos en juego, haciendo reflejo de sentimientos. Ayude a reconocer expresiones de tristeza, rabia, pena, culpa.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Identificar recursos de apoyo y acompañamiento.	Apertura del encuentro Se realiza un breve resumen de la reunión anterior. Explore el comportamiento frente a los rituales que facilitan a la persona tomar conciencia de la muerte. Si la persona cuenta que no lo ha realizado, se pueden explorar las fantasías al respecto: ¿Con quién o quiénes cuenta o le han apoyado en este proceso?
2. Explorar sentimientos y actitudes hacia el/la fallecido/a.	Empleando la fotografía, anime a hablar sobre la relación con quien ha perdido (aspectos positivos y negativos), lo que ayuda en desarrollar una nueva forma de ver los hechos.
3. Identificar la forma como ha venido manejando sus sentimientos.	Invite a hablar sobre lo que el/la consultante siente y hace. Señale que muchas de las emociones y experiencias (como fenómenos de presencia, ideas de muerte, irrealidad) son normales y frecuentes frente a una pérdida. Deje como tarea la elaboración de un escrito (carta, poema, canción) al ser querido fallecido, en el que le cuente cómo ha sido el proceso de duelo. Se invita a escribir temas que quedaron pendientes por resolver o cosas que no se dijeron.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Identificar y comprender acciones que considera seguir en caso de muerte violenta.	Apertura del encuentro Se realiza un breve resumen de la reunión anterior. Frente a las características en la muerte violenta es importante explorar qué acciones ha considerado, qué cree necesario, junto con los sentimientos que esto le provoca.
2. Explorar comprensión de la muerte en medio de hechos de conflicto armado.	Se invita a leer el escrito dirigido al ser querido fallecido. Permita la expresión de emociones. Resalte que, a pesar de lo doloroso de la situación, ha salido adelante y los recursos con los que ha contado frente a este propósito. Destaque la valentía al expresar temas que quedaron pendientes por resolver o decir y la intención de finalizarlos como un homenaje a ese ser querido fallecido. Continúe la conversación con preguntas asociadas a la comprensión de la muerte con ocasión del conflicto armado: ¿Cómo se explica lo sucedido? ¿Cómo entiende la situación de violencia y conflicto en los escenarios en que ocurre esta pérdida? Inicie un diálogo sobre la comprensión de responsables y las intencionalidades.
3. Comprender las afectaciones como daños.	En este momento se indica que: "Además de esa explicación del origen de la muerte, hubo un gran deterioro por la pérdida. Es decir, esa pérdida en estas condiciones se constituyó en un daño. Por ello, estas conversaciones, esta atención, son una forma para mitigarlo. Esta atención hace parte del aporte a la rehabilitación para que pueda sentirse mejor".
4. Apoyar la expresión de sentimientos.	Facilite el reconocimiento y comprensión de los sentimientos.
5. Explorar y favorecer rituales frente a la muerte.	De nuevo, explore sobre prácticas frente al duelo y el luto, y evalúe la pertinencia de impulsar y apoyar estas prácticas.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Identifique formas de adaptación a la vida cotidiana.	Apertura del encuentro Se realiza un breve resumen de la reunión anterior. Se continúa con la revisión de las formas en que está llevando las actividades cotidianas. Oriente, si es necesario, en la toma de decisiones para enfrentar problemas. Si estima que se está frente a decisiones importantes, evalúe la posibilidad de posponerlas hasta que haya disminuido el sufrimiento.
2. Fortalecer los usos de recursos personales y familiares que apoyen actividades cotidianas.	Mediante el reconocimiento de los recursos, anime involucrarlos en las dificultades cotidianas. Pida elaborar tres círculos que contengan las actividades cotidianas, la forma en que se están llevando y los recursos (individuales, familiares, sociales) con que cuenta para realizarlas, observando la posibilidad de que algunas de dichas actividades puedan o no ser delegables: Actividades cotidianas Forma en que se están llevando Uso de recursos En caso de que la persona tenga dificultades en lectoescritura, se propone la elaboración de una obra artística (dibujo) con similares indicaciones.
3. Explorar otras experiencias de pérdida.	Para ampliar el conocimiento de los recursos de afrontamiento y conocer otras implicaciones, es necesario abordar si han existido otras pérdidas, la relación con estas y su manejo.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Explorar y apoyar formas funcionales de afrontamiento.	Apertura del encuentro Se realiza un breve resumen de la reunión anterior. Mantenga el seguimiento en el proceso de adaptación a la vida cotidiana, entendiendo que son procesos lentos y que se requiere tiempo para cada persona.
2. Hacer memoria de quien ha muerto.	Como parte del proceso de tomar conciencia de la muerte, es útil abordar la memoria y la historia del fallecido, en sus dimensiones humana, social y política. Se indaga el interés de realizar un ritual que honre la persona fallecida para la siguiente sesión. A continuación y con el ánimo de que se puedan proyectar a futuro, se les invita a desarrollar el siguiente ejercicio: Técnica expresiva: El Mapa El/la consultante elaborará un mapa de proyección personal. En el centro se dibujará el/la consultante. En la parte superior izquierda estarán los recursos materiales con que desea contar a lo largo de la vida. En la parte superior al centro estarán imágenes (recortes de revista) o símbolos dibujados de cómo quiere verse en su vida laboral. En la parte superior izquierda estarán los elementos o personas que conforman su relación de pareja (si es pertinente). Al lado derecho del centro estarán los hijos habidos o que vendrán (si es pertinente). En la parte inferior derecha los lugares que desea conocer. En la parte inferior perpendicular al centro estarán las personas y entidades de apoyo, servicio, con que quiere contar. En la parte inferior al extremo izquierdo podrá ubicar los oficios o artes que desea aprender y hacer en la vida y en la parte izquierda al centro podrá poner a toda la familia con quien quiere seguir caminando. Al terminar de dibujar el mapa de proyección personal, invite a socializarlo con los integrantes de la familia una vez haya terminado la sesión de atención. Sugiera poner el mapa en un lugar visible y para ir alimentándolo con las ideas que a diario van llegando. El tamaño debe ser por lo menos de un pliego de cartulina.
3. Reconstruir la relación y los sentimientos de la víctima con la persona fallecida.	Abordar y reconocer los sentimientos hacia el fallecido.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Explorar mecanismos de afrontamiento a las realidades cotidianas.	Apertura del encuentro Se realiza un breve resumen de la reunión anterior.
2. Explorar sentimientos hacia sí mismo/a y fortalecer autoestima.	Propicie un espacio para explorar la apreciación hacia sí mismo/a en estas circunstancias, recordando el valor de las acciones de autocuidado. Se pueden señalar también algunas cualidades y formas en que anteriormente ha enfrentado dificultades: "Esto por lo que ha pasado es muy duro, pero sé que usted es una persona inteligente y ha sido capaz de pasar por muchos problemas. "Usted es una persona agradable, vale la pena cuidar esto…".
3. Facilitar la integración de la realidad de la muerte.	Explorar el impacto de las prácticas y ritos frente a la muerte en sí mismo/a y en otros. Se acompaña el ritual de honra a la memoria del ser querido fallecido que fue acordado en la sesión anterior. Reconozca sentimientos.
4. Preparar para el cierre.	Reconozca conjuntamente los cambios y experiencias derivados del proceso y considere que es un camino que se necesita seguir y que hay condiciones para seguir enfrentándolo con sus propios recursos.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Explorar y evaluar el nivel de funcionamiento actual frente a la pérdida.	Apertura del encuentro Se realiza un breve resumen de la reunión anterior. Analice conjuntamente acciones y sentimientos en relación con lo transcurrido desde el conocimiento de la muerte.
2. Fortalecer y reconocer el proceso recorrido.	Reconozca y refuerce los esfuerzos para enfrentar. Explore la sostenibilidad en cambios, la manera en que ha enfrentado nuevas dificultades, fortaleciendo las acciones y esfuerzos en estos procesos. A fin de fortalecer el proceso recorrido, proponga realizar una imagen del "Impacto positivo que me ha dejado mi familiar". Se trata de que la persona dibuje o cree un símbolo que le recuerde ese impacto positivo, algo importante en que le influyó, en la forma de ser, de pensar y sentir ahora y para el futuro, y que hoy sigue en cada uno/una (por ejemplo, una flor por el gusto por las plantas, una biblia porque me dejó el valor de la fe…)
3. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.
4. Hacer el cierre del proceso.	Despídase dejando abierta la posibilidad de un nuevo apoyo.

6.7. Atención a víctimas con antecedentes de violencia sexual y violencia basada en género, en el marco del conflicto armado

6.7.1. Justificación

Uno de los impactos más graves que deja la violencia en el marco de los conflictos es el daño a las mujeres, niños y niñas, por hechos de violencia sexual. Esta forma de expresión de la violencia ha hecho parte de los conflictos armados y ha estado presente con variada intensidad en los 248 conflictos que se han registrado en el mundo desde la Segunda Guerra Mundial (Tol et al., 2013).

En Colombia, con la larga historia de conflicto armado, la violencia contra la mujer y la población LGTBI ha imperado, mas su registro no ha sido sistemático por la estigmatización, los temores y los mitos presentes en las víctimas, que han invisibilizado la dimensión de ese problema.

La información recogida por el Centro Nacional de Memoria Histórica indica que en el periodo entre 1985 y 2012 se registraron 1.574 víctimas, lo cual indica que es falsa la afirmación d que la violencia sexual ha sido un fenómeno aislado en el conflicto (Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social, 2013).

El documento señala, además, cómo la intensidad ha sido similar a los periodos en que se recrudecieran las masacres y asesinatos, correspondiendo al periodo de 1990 a 2005, sin que ello signifique una importante disminución, pues estos hechos se siguen presentando con considerable frecuencia, en donde sus agresores fueron, en primer lugar, miembros de grupos paramilitares, seguidos en menor proporción por miembros de las guerrillas, la fuerza pública y desconocidos.

De este universo de casos de violencia, las organizaciones de DD. HH. documentaron 142 casos, lo que lleva a sugerir que aún existe un número importante de mujeres y niñas que posiblemente no recibieron o no acudieron a atención por estos hechos. Por eso, en el proceso de atención psicosocial enmarcado en el Papsivi, podemos encontrar numerosos reportes de mujeres que fueron víctimas hace ocho, diez o más años de esta forma de violencia, y aún persisten los impactos destructivos en su integridad y en relación con los demás.

Además de los físicos, son muchos los daños emocionales, a los que se han añadido las deficientes respuestas de la justicia frente a estos hechos, tal como numerosas organizaciones lo han denunciado. Un ejemplo es el documento dirigido a la Representante Especial del Secretario General de Naciones Unidas para la Violencia Sexual en el marco de los conflictos armados (Red Nacional de Mujeres et al., 2012).

Dentro de los impactos que se han señalado están los pensamientos recurrentes, aun después de mucho tiempo, sensación de dolor en el cuerpo, deterioro en la sexualidad, sensación de suciedad y extrañeza en el cuerpo, descuido personal y silenciamiento. Persisten, además, sentimientos de culpabilidad y vergüenza, muchas veces reforzados por los estereotipos de responsabilidad de lo ocurrido (Wilches, 2010; Corporación AVRE, 2011).

Muchos de estos impactos emocionales persisten a largo plazo y se convierten en numerosas dificultades de interrelación y en la vida de quienes fueron víctimas de dichos maltratos, entendiendo esto en el marco de una agresión en que fue la persona sometida, la experiencia de humillación, al maltrato físico, al riesgo de sufrir lesiones o daños y el riesgo de perder la vida (Sarasua, Zubizarreta, Corral & Echeburúa, 2012).

Es así como mucho de esta experiencia persiste a lo largo de la vida y las manifestaciones que pueden encontrarse son a muy amplio nivel. Dentro de ellos se señalan, en primer lugar, los problemas de relación interpersonal y de adaptación social como aislamiento, ansiedad social, dificultades en las relaciones de pareja e, incluso, posibles conductas delictivas y de prostitución. A nivel de la sexualidad, son frecuentes las quejas por una sexualidad insatisfactoria, disfunciones sexuales, maternidad a muy temprana edad, disminución del deseo sexual y desconfianza en las relaciones heterosexuales. A nivel emocional, son muchos los impactos, desde persistencia de trastornos por estrés postraumático, a presencia de trastornos depresivos de variada intensidad, temores generalizados o específicos, baja autoestima, distorsión de la autoimagen e intentos de suicidio.

Otro tipo de malestares que permanecen con el tiempo son los dolores físicos sin razón, sensación de fatiga, cefaleas, trastornos gastrointestinales, trastornos alimenticios, que con frecuencia llevan a reiteradas consultas de salud. Es decir, el nivel de afectación es amplio y de allí la importancia de ser sensibles a identificar muchas de estas dificultades en los procesos de acercamiento y reconocimiento en las víctimas (Slaikeu, 2000; Pereda, 2010).

Otro elemento a considerar son los grupos de mujeres, quienes han sido más vulnerables a estos hechos, como son las afrocolombianas y las indígenas, pero cuyos registros son difíciles de seguir y documentar. Las más violentadas han sido las mujeres indígenas, dada la triple discriminación por su género, etnia y pobreza (Oxfam Internacional, 2009).

Una atención para mujeres víctimas de violencia sexual debe estar enmarcada, en principio, en un enfoque de género y de Derechos Humanos, en donde se permita abordar, a través de la comprensión, el apoyo y la seguridad, sus sufrimientos y los sentimientos de culpa y vergüenza, y con ello restaurar un reconocimiento y valoración por su cuerpo y su estima.

Objetivos

- Promover la expresión de sentimientos referidos a la experiencia de violencia vivida.
- Disminuir el malestar y la culpa.
- Desarrollar nuevas comprensiones y resignificaciones respecto a los hechos victimizantes.
- Fortalecer recursos para el afrontamiento.
- Fortalecer la autoaceptación y restaurar la autoestima.
- Resignificar el proyecto de vida.

Insumos para Indicadores de proceso

- Sentimientos de tranquilidad y alivio.
- Sensación de autonomía y decisión.
- Expresiones de sentimientos de satisfacción.

6.7.2. Recomendaciones generales

Esta propuesta va dirigida a personas que refieren haber tenido una historia de violencia y abuso sexual. No está considerada para quienes han sido afectadas por ataques y/o abuso sexual recientes, para lo cual se propuso una orientación para la detección de estos casos (ver documento Orientación y Derivación a Servicios Especializados, de este conjunto de materiales de la estrategia de atención psicosocial); además, existen reglamentaciones para las acciones de atención a mujeres víctimas de este delito, según Resolución 459 de 2012 (Ministerio de Salud y Protección

Social, 2012), que señala los pasos y responsabilidades institucionales. Por otra parte, mediante la Ley 1719 de 2014 (Congreso de Colombia, 2014) se confirma el carácter especial y prioritario que tienen quienes son víctimas por ocasión del conflicto armado.

En la mayoría de los casos se indica que quien brinde la atención sea mujer (o del mismo sexo del/la consultante). Si el profesional es hombre, brindar la posibilidad a la consultante de elegir si desea ser atendida por otra mujer o asegurar que se siente cómoda con él. La importancia del establecimiento de la relación empática, de confidencialidad y seguridad son determinantes para el abordaje de personas que tienen historias de violencia sexual. Recordemos que hay una tendencia a la desconfianza y al temor, por lo cual el encuentro debe proporcionar unos elementos claros de comprensión, respeto y solidaridad. (Corporación AVRE, 2010a).

Durante las entrevistas es importante explorar qué es lo que motiva el abordar estos temas, pues es posible que se hayan actualizado los sentimientos de sufrimiento, de nuevo por posibles circunstancias de maltrato o riesgo de este por aparición de alguna condición de vulnerabilidad.

No hacer

- Reforzar estigmas de culpabilidad.
- Recomendar terapia de pareja si se sospecha de violencia intrafamiliar como humillación, degradación, control, y menos si hay violencia física (Ramos & López, 2010).
- Someter a la víctima a preguntas constantes e insistentes sobre los hechos sin un propósito claro. (Ministerio de la Protección Social, 2011).
- Responsabilizar a la persona del resultado del proceso judicial.
- Desconocer, descalificar o minimizar los hechos vividos.

6.7.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1. En este momento se identificó que es importante abordar el malestar derivado por reexperimentación de sentimientos asociados a abuso o maltrato sexual. Si bien el malestar es significativo, no constituye una situación de emergencia. En caso de que se identifique una situación actual de violencia o abuso sexual, tramitar la derivación a los servicios de salud para que siga con los protocolos establecidos.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Revisar y redefinir el problema.	Apertura del encuentro Explorar cómo se siente e iniciar la conversación con la información recogida durante el momento de acercamiento en donde se identificaron preocupaciones referentes a la persistencia o actualización de malestares derivados de antecedentes de violencia sexual.

objetivo	actividades
2. Fortalecer la relación de confianza.	Asegúrese de que la comunicación que se establezca ayude a generar actitud empática y de confianza. Impulse la ventilación de los sentimientos. Revise las recomendaciones del apartado 4.2.2 y 4.2.3, sesión 2. Asegure disponer de un espacio apropiado que brinde privacidad y sensación de seguridad.
3. Ayudar a la comprensión y denominación de los sentimientos.	Genere un espacio de comprensión frente a los sentimientos y circunstancias en que se han movilizado, haciendo reflejo de sentimientos. Ayude a reconocer posibles expresiones de tristeza, rabia, pena, culpa. Técnica expresiva de canalización emocional: Una vez hayan hablado de estas emociones y de la forma como ha vivido y sufrido esta experiencia, se recomienda entregar a el/la consultante un mandala para que lo pueda colorear y canalizar allí las emociones dolorosas que quedaron abiertas, reduciendo así su impacto emocional. Mandalas sugeridos para adultos se pueden encontrar en la web: http://mandalasparacolorear.org/ Cierre de sesión El/la profesional psicosocial deberá validar que es normal sentir dolor, tristeza, angustia, miedo, culpa, etc., frente a los hechos de violencia (en ellos sí está lo abrupto, lo "anormal"), más en las respuestas emocionales es apenas normal que estén cargadas de tristeza, dolor, miedo, desesperanza. Así mismo, enfatizará en las diferentes formas de expresión de las emociones asociadas a los hechos de violencia. Para unas personas es más fácil hablar mientras que para otras no. Los niños, los adolescentes, los hombres, las mujeres, todos lo expresan de manera distinta, pues la experiencia es única, es subjetiva.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Explorar circunstancias en que desencadenan malestares.	**Se abre la sesión con un resumen de la conversación anterior.** ¿Qué ha ocurrido para que ahora esté preocupada/o por estos temas? Esté atenta/a a la presencia de violencia de pareja o de otro tipo.
2. Evaluar acciones que considera que se deben realizar.	Según los eventos desencadenantes, es importante identificar si hay interés de llevar a cabo alguna acción jurídica o no. ¿Qué cree que se deba hacer frente a estas cosas que ha recordado y la/lo han vuelto a hacer sentir mal? ¡Vale la pena hacer algo? identifique aquí si la historia del maltrato fue en la infancia o en la adultez. Si es pertinente, solicite información específica, por ejemplo, frente a restitución de derechos, sobre atención en salud, etc.
3. Reflexionar sobre posibles formas de discriminación y estigmatización construidas con relación a la violencia sexual en el marco del conflicto armado.	**Técnica narrativa-expresiva** Presente el siguiente caso y reflexione sobre las preguntas que se presentan a continuación: Historia de Violeta (http://www.youtube.com/watch?v=F3aSM-CCuEk) ¿Cómo cree que se siente Violeta? ¿Qué implica lo ocurrido para ella, su familia y las relaciones familiares? ¿Quién era el agresor? ¿Cómo habrán reaccionado los vecinos, los amigos? ¿Qué puede hacer Violeta de ahora en adelante y con quiénes? ¿Quién es responsable de lo ocurrido? ¿Por qué? En caso de no contar con medios audiovisuales, narre el caso.

objetivo	actividades
	Cierre de sesión El/la profesional deberá cerrar esta sesión dialogando sobre las diferentes dinámicas del conflicto armado colombiano, que le permite a el/la consultante tener una lectura contextual sobre los hechos que originaron su victimización. Por ejemplo, en los casos de violencia sexual, vale la pena que el/la consultante deduzca cómo el cuerpo de la mujer ha sido utilizado como un instrumento de guerra por parte de los diferentes actores armados, con prácticas que van desde manoseos hasta el acceso carnal violento, y que en realidad han sido pocos los casos denunciados debido a que la mayoría de las mujeres han tenido que callar estos hechos por el estigma, la vergüenza y la culpa.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Trabajar sobre emociones dominantes detectadas (miedo, rabia, temor).	Se abre la sesión con un resumen de la conversación anterior.
2. Identificar recursos con quienes cuenta.	Se invita a identificar personas que la/lo pueden apoyar. ¿Quiénes conocen de esto que siente ahora? ¿Cómo conocen esto? ¿En qué forma pueden ayudarla/o?
3. Reconocer el daño como resultado de los hechos de violencia.	¿Estas emociones y malestares se originaron por este tema del conflicto? ¿Por qué cree que ocurre esto? ¿Qué pretenden quienes están armados? "(Se realiza un resumen de lo expuesto anteriormente) A partir de lo que me cuenta, entendí que lo que usted cree que le ha pasado en la región se debe a… Por otra parte, antes de que pasaran estas cosas terribles, usted no se sentía así, podía hacer lo que quisiera para su futuro, es decir que se vio afectada/o por lo que hicieron estos y otros… Vemos que lo sucedido tuvo unas intencionalidades, no fue accidental, se pretendía que usted o ustedes se sintieran vulnerables, inseguros, temerosos…

objetivo	actividades
	Entonces, ha habido una afectación por lo ocurrido…. Por ello, esta atención se dirige a tratar de restaurar en algo eso que fue afectado, es la posibilidad de restaurar sus aspiraciones y metas para la vida… Estamos en un proceso de rehabilitación de los daños ocasionados por el conflicto… ¿Cómo lo hace sentir el hablar de esta manera de lo que pasó?". Promueva el diálogo respecto a que hubo un deterioro en la vida por causa de la violencia, y en respuesta a ello es que se realiza esta atención. Antes de concluir, es importante verificar que la persona se siente tranquila, con posibilidad de manejar las emociones movilizadas por este tema. En caso contrario, vale la pena proveer la contención necesaria para que retorne a su hogar con calma.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Continuar el trabajo en emociones con atención a culpa y vergüenza.	Se inicia la atención con un resumen de lo realizado. Se continúa la exploración de emociones, si se trata de sentirse responsable de lo ocurrido. Dependiendo de lo expresado por el/la consultante, se pueden retomar las acciones sugeridas en el apartado 6.5. Afrontamiento de culpa y vergüenza. Es importante explorar periódicamente cómo se siente el/la consultante respecto al trabajo que se está realizando.
2. Explorar los mecanismos de manejo de estas emociones.	"¿Qué le ha ayudado a manejar esto? ¿Qué le ha ayudado a seguir con la vida a pesar de ello?

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Aumentar autoconocimiento para fortalecer autoestima.	Se inicia la sesión con un breve resumen del encuentro anterior. (Se trata de construir una historia personal. "El día de hoy me interesa que hablemos de usted desde otra perspectiva: ¿Dónde nació?… ¿Con quiénes creció?… ¿Cómo es su familia o su comunidad?… ¿Cómo se trata con sus allegados?… ¿Cómo le fue en sus estudios?… ¿En qué ha trabajado?… ¿Le gusta lo que hace?… ¿En qué le ha gustado ocupar el tiempo?… ¿Cómo se entretiene?… ¿Canta con amigos/amigas…? ¿Qué es lo que la gente aprecia de usted?… ¿Tiene pareja?… ¿Ha habido pareja?… ¿Actualmente vive con esa persona?…".
2. Emplear recursos para manejo de emociones.	A partir de lo anterior se destacan cualidades y recursos mencionados.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Revisar el proyecto de vida.	Se inicia la sesión con un breve resumen del encuentro anterior, recordando que se habló de quién es el/la consultante, dónde y con quién vive, qué hace, etc. Se inicia una nueva conversación a partir de las siguientes preguntas: ¿Y ahora qué quisiera para más adelante…? ¿Por qué es importante esto…? ¿Ha hecho antes o ahora algo para lograr esto? ¿Qué ha pasado? ¿Quiénes pueden apoyarla/o en estos planes? ¿Lo que pasó puede interferir de alguna manera en alcanzar esto?

objetivo	actividades
2. Fortalecer recursos.	Se destacan iniciativas, acciones y formas de pensar.
3. Preparar para el cierre.	"Vemos que usted puede… y puede comenzar con… Con estas conversaciones, veo que usted ha sentido… Por eso, en la siguiente sesión vamos a evaluar finalmente en qué le ha ayudado esta atención. Para ello, vamos elaborar un texto para la próxima sesión (en caso de no contar plenamente con la habilidad de lectoescritura, recurrir a elaborar dibujos, o que lo dicte), en el que usted es el/la experto/a en el manejo de estas situaciones difíciles ocasionadas por el conflicto armado, y le va a explicar a otra persona que tiene un problema parecido al que usted tenía cómo manejar estos problemas para no agotarse, para mantener el ánimo frente al proceso, porque ya sabe mucho de ello.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Fortalecer logros y cambios.	Se abre la sesión con el resumen de lo realizado y se expone brevemente lo realizado a lo largo de todas las sesiones. Explore el estado de ánimo de la/el consultante, así como las acciones que se encuentra realizando.
2. Realizar acciones para el mantenimiento.	Promueva la lectura del texto o presentación del dibujo solicitado a la/el consultante en la sesión anterior y señale que ese será su consejo permanente.
3. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Se evalúa el proceso a partir del Antes y el Ahora. Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.
4. Hacer el cierre de proceso.	Se hace la despedida manteniendo la opción de "dejar la puerta abierta"

6.8. Resignificación de la relación con la persona desaparecida forzadamente

6.8.1. Justificación

La Desaparición Forzada genera múltiples impactos en las personas que sufren la ausencia-presencia de un ser querido, entre ellos la dificultad para reconocerse desde otras narrativas y lugares que cuenten su historia de vida, en donde su identidad no se constituya únicamente desde la pérdida ambigua. Sin embargo, la identidad suele ser trastocada en la cotidianidad por historias saturadas de dolor y sufrimiento que se van prolongando, dando forma a una relación específica con la persona desaparecida.

Dar lugar a la ambigüedad como elemento constitutivo de la Desaparición Forzada y posibilitar que la relación con el ser querido tenga un espacio de reconocimiento es una oportunidad para dar trámite a aquello que se desea honrar del familiar, así como identificar lo que se podría aceptar como perdido. Dentro de este proceso es probable que se den formas de agenciar el dolor y diferentes expresiones emocionales según los recursos propios. Por lo anterior, es importante propiciar escenarios para nombrar a quien está desaparecido/a y evocarlo/a dignamente.

Objetivos

- Facilitar discursos alternos en la historia personal en torno a la ausencia-presencia del ser querido desaparecido forzadamente, posibilitando otras formas de reconocerse e identificarse.
- Posibilitar espacios transformadores donde la relación con la pérdida ambigua tenga un lugar de enunciación para tramitar el dolor desde el recuerdo digno y humanizado.

Insumos para Indicadores de proceso

- Apertura al diálogo entre facilitador y participante sobre su historia de vida y la relación con la persona desaparecida forzadamente.
- Comprensión de las formas en que la relación con la persona desaparecida forzadamente ha generado transformaciones en la historia de vida y su proyección.

- Posibilidad de considerar algunos cambios frente a la relación con la persona desaparecida.
- Reconocimiento de aquellos recursos propios que han permitido dar continuidad a la cotidianidad de la vida luego de la Desaparición Forzada del ser querido.

6.8.2. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1. Criterios para la selección de esta orientación metodológica: • Discurso e identificación del/la consultante demasiado centrado en su relación con la persona desaparecida y su ausencia. • Relaciones disruptivas consigo mismo/a o con su entorno (familiar, laboral, relacional, etc.) a partir de la relación que se ha establecido con la persona desaparecida. • Reconocimiento de la necesidad de cambio en relación con la persona desaparecida. Al final del Acercamiento se solicita traer, si es posible, una fotografía propia y de la persona desaparecida para la siguiente sesión.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Identificar en los relatos de la historia de vida cómo habita la presencia-ausencia de la persona desaparecida.	"Mi relación contigo" Encuadre de la sesión anterior. Socialice lo que identificó como necesidad de atención en la primera sesión y su perspectiva sobre lo que se debe trabajar, argumentando las temáticas que se abordarán en las siguientes sesiones. Posteriormente, pregunte a la familia si está de acuerdo en que estos son los principales aspectos que se deben abordar. Esté atento/a al surgimiento de nuevas perspectivas y expectativas de lo que sucederá en el proceso. Si es necesario, precise los acuerdos de la sesión de Acercamiento (número de sesiones, duración de la sesión, lugar de encuentro, etc.). La siguiente actividad se va desarrollando simultáneamente con una conversación sobre las preguntas propuestas: Disponga dos hojas: en una represente a quien asiste y en la otra a la persona desaparecida (se puede hacer uso de las fotografías solicitadas en la sesión anterior). Es importante que la conversación no se relacione únicamente con la Desaparición Forzada, con el fin de tener una perspectiva de cómo la persona ha cambiado las relaciones con su entorno. Para buscar la manera de hablar del ser querido desaparecido se puede comenzar diciendo: "No tuve la oportunidad de conocer a… pero sus recuerdos permiten traer momentos, anécdotas, que me permiten tener una idea de quién era, qué significó en su vida y qué quiere traer de él/ella para este proceso. En la representación del ser querido (silueta, fotografía, dibujo), plasme las respuestas que vayan surgiendo del proceso narrativo. Intente que la persona explore los recuerdos y perspectivas que tiene de su ser querido más allá de los aspectos favorables. La humanización de la persona desaparecida se potencia en el reconocimiento y enunciación de aquellos aspectos que no eran tan agradables o satisfactorios. "A veces para las personas nos es más fácil hablar de cómo vemos a los demás, sin embargo, es importante revisar cómo me veo a mí mismo/a; por tanto, me gustaría que me hablara de usted". Allí, se solicita que escriba en su propia representación (silueta, fotografía, dibujo) cómo cree que su ser querido lo describiría. Adicionalmente, se le pide que acompañe esa descripción con aquello que reconoce en general de sí mismo/a y cómo se relaciona con las otras áreas de su vida como la salud, el trabajo, lo afectivo, lo espiritual, lo social, etc., antes y después de la desaparición.

objetivo	actividades
	"Ahora, me gustaría que me contara acerca de su relación con…: ¿Cómo fue su relación con él/ella antes de la Desaparición Forzada? ¿Cómo es ahora su relación con su ser querido después de la Desaparición Forzada? (se vuelve a sugerir que lo recordado sea desde lo humano, tanto desde lo que satisfacía de la persona como aquello que no)". Es importante estar alerta a las frases que indiquen presencia de la persona desaparecida, tales como: "Cada vez que suena el timbre, espero que sea él", "El cuarto está tal como lo dejó", "creo verlo/a en la calle mientras camino". Escribir aquello que se refiera a la relación antes de la desaparición en tiras de papel de un color, y lo que haga referencia a la relación después del hecho, en otro. Estas tiras serán pegadas por sus extremos de una de las hojas hacia la otra, de manera que las unan, reflejando la relación que se tiene con la persona desaparecida. Tener en cuenta que no se deben generar comparaciones ni juicios frente a los dos tipos de relación que se manifiestan en el proceso narrativo y expresivo; por el contrario, el objetivo es permitir ampliar la perspectiva e identificar las presencias/ausencias que se han construido después del hecho victimizante. Para el cierre de esta sesión, se recomienda hacer énfasis en aclarar la relación entre los espacios de ausencia y presencia en las diferentes dimensiones de la vida de quien asiste. "El objetivo de este proceso es que usted pueda tomar decisiones frente a cómo se quiere relacionar con…, dado que su relación aún existe. Este proceso facilita identificar cómo se encuentra el vínculo que tiene con… y decir qué continúa o no construyendo alrededor de esta relación". El cierre de la sesión debe permitir que la persona comprenda que no se quiere generar un proceso de duelo o corte en los lazos con su ser querido desaparecido, sino que, por el contrario, se respetarán las decisiones que la persona toma en cuanto a la forma de relacionarse con él/ella. Las representaciones construidas durante la sesión se retomarán en próximas sesiones, por lo que es necesario que el/la consultante las lleve al siguiente encuentro.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Facilitar la comprensión de que la relación con la persona desaparecida forzadamente ha generado transformaciones en la historia y trayectoria de vida, con el fin de identificar afectaciones y recursos.	"El árbol de mi vida" Comenzar la sesión conversando sobre cómo se ha sentido luego del último encuentro, qué otras cosas han surgido frente a la relación con su ser querido desaparecido y, en general, sobre su proceso vital. Encuadre la presente sesión presentando el objetivo del encuentro: "Luego de haber observado y dialogado sobre su relación con…, hoy vamos a trabajar sobre cómo esa relación ha transformado su historia de vida y cómo usted se ha transformado con ella". Se solicita la representación de la relación con la persona desaparecida, construida en la sesión anterior, retomando específicamente los aspectos relacionados con las otras esferas de la vida de la persona que se han transformado a partir del hecho victimizante. Para ello se va a reconstruir la historia de vida, mediante el dibujo de un árbol que elaborará parte a parte, mientras se dialoga. La descripción de cada parte del árbol será la metáfora que conducirá a la/el consultante en la reconstrucción de su historia personal. La construcción del sentido de la metáfora será conjunta, guiando por medio de preguntas como: **Raíces:** ¿Qué le permiten las raíces al árbol?: ¿sostenimiento, fuerza, anclaje…? **Tronco:** "¿Qué representa para usted el tronco del árbol?: ¿equilibrio, estabilidad…? El tronco permite al árbol guardar reservas, ¿cómo guarda usted sus reservas? **Ramas:** Las ramas son el medio para expandirse y alcanzar nuevas metas, ¿cómo y quiénes han estado a su lado para acompañar y permitir que sus logros se alcancen? **Hojas:** Las hojas se caen del árbol todo el tiempo, pero se renuevan, ¿qué cosas han cambiado en su vida constantemente y cuáles ha dejado ir para permitir que otras aparezcan?

objetivo	actividades
	Frutos: El fruto es lo que ofrece el árbol al mundo, ¿qué ha dado usted de sí mismo/a al mundo?, ¿qué han aprendido otras personas de usted? Puede seguir ampliando las posibilidades de diálogo con otros elementos como el piso, las flores, los pájaros, otros seres que vivan de y rodeen al árbol, de modo que la persona pueda seguir explorando otras posibilidades de reconstruir su historia vital. Una vez finalizado el dibujo, indague: ¿Cuáles son las dificultades a las que puede enfrentarse un árbol? (tala, incendios, tormentas…). ¿Cuáles han sido estas dificultades en su vida? Introduzca el tema de la tormenta continuando con la metáfora: "Algunas veces los árboles tienen que afrontar situaciones difíciles como las tormentas, ¿qué hizo la tormenta de la desaparición de… con usted?". Explore acerca de todo aquello que ha sido difícil para la persona, las transformaciones que se generaron con el hecho, qué otras situaciones difíciles surgieron después del hecho. Así mismo, identifique los recursos descritos anteriormente que se han mantenido y le han ayudado a la/el consultante a mantenerse fuerte ante la tormenta, qué otros recursos han surgido, qué personas le han aportado en este proceso. Cierre la sesión resaltando que la desaparición forzada del ser querido ha generado diferentes transformaciones, así como el surgimiento de otras situaciones y emociones que no estaban previstas a las que ha podido acudir y seguir adelante. Es de resaltar que los insumos que se han construido durante las sesiones se retomarán en próximos encuentros, por lo que es necesario guardarlos.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Fortalecer la identificación de recursos y cómo estos le han permitido a la persona seguir adelante. 2. Promover la reflexión sobre la necesidad de generar transformaciones en la relación con el ser querido desaparecido.	Dar inicio a la sesión con la bienvenida y recoger las emociones o elementos que hayan surgido después del último encuentro respecto a la relación con el ser querido desaparecido y a otras esferas de la vida en general. Encuadrar la sesión recogiendo lo que hasta el momento se ha visto en el proceso y promoviendo la reflexión acerca de lo que la persona ha identificado o lo que ha significado hasta el momento. Adicionalmente se presenta el objetivo: "Hemos venido conversando acerca de aquello que se ha transformado en su vida después de la desaparición de… Hoy trabajaremos con aquello que ya identificamos que le ha permitido seguir adelante. En una hoja, dibuje una línea de tiempo. Plasme allí eventos significativos de su vida. Posteriormente, incluya aquellos recursos que se han identificado para disponerlos allí, dando cuenta de lo que le ha servido en estas situaciones". Durante esta construcción se realizarán preguntas orientadas a dar cuenta de cómo estos recursos que han sido identificados se han utilizado en la relación con el familiar desaparecido: ¿De qué forma esto que le sirvió en esta oportunidad (algún evento significativo) le ha servido para seguir adelante a pesar de la ausencia de…? ¿Cuáles de estos recursos han sido importantes para seguir adelante? Para cerrar, motive a la persona a pensar si le gustaría generar transformaciones en la relación con el ser querido desaparecido, teniendo en cuenta los recursos que se han abordado. Indíquele que no es necesario resolverlo en este momento, sino que será un insumo para las siguientes sesiones; sin embargo, puede ir contemplándolo. Es de vital importancia tener en cuenta que la posibilidad de cambio no es necesariamente el olvido; debe estar alineada con lo que la persona ha reconocido en las otras sesiones. El cambio en la relación con el ser querido desaparecido puede ser, por ejemplo, seguir recordándolo de una forma menos dolorosa o diferente. Se sugiere a la persona seguir guardando los materiales creados durante los encuentros.

Sesión 5

objetivo	actividades
Generar un escenario posible de transformación.	Se da inicio a la sesión con la bienvenida a la persona, retomando elementos que permitan hacer un resumen del proceso, y recogiendo emociones y pensamientos que hayan surgido de las sesiones anteriores. Solicite a la persona escribir frases en un pliego de cartulina o dibujare en papeles de colores aquellas percepciones frente a cómo ve actualmente la relación con su ser querido, lo que se mantiene y lo que ha emergido. Acompañe la actividad con preguntas reflexivas que permitan retomar lo que en sesiones pasadas se ha evidenciado en cuanto a transformaciones de la vida, formas de asumir fechas conmemorativas o emblemáticas (aniversarios, cumpleaños, navidades, etc.), así como elementos que han sobrevenido con el proceso de atención. Una vez la persona sienta que ha plasmado todo lo relacionado con su ser querido, invite a leer lo que se escribió o dibujó y sugiera resaltar con colores diferentes aquello que la persona desee mantener y desee transformar. Puede preguntarle: ¿Qué genera en usted poder ver todo esto? Con lo anterior se pretende que el/la consultante, al ver materializada su emocionalidad o sus ideas, pueda construir una imagen mental que le permita darse cuenta de formas de su relación con el ser querido desaparecido que no había notado. Con las respuestas que dé la persona, esté atento/a a las ideas que puedan surgir de realización de rituales para honrar la memoria de la persona desaparecida o para resignificar la relación que hasta el momento se ha mantenido con esta. Es posible que la persona no sienta la necesidad de generar transformaciones, por lo que es importante aclarar que, en cualquier caso, el proceso busca acompañarle en las decisiones que tome respecto a cómo quiere seguir relacionándose con su ser querido.

objetivo	actividades
	Una vez la persona vaya construyendo esta resignificación, suscite la generación de propuestas de cómo planear la implementación de estas transformaciones: "Ahora que usted ha identificado algunos aspectos que desea transformar, ¿cómo le gustaría que se dieran estos cambios? ¿De qué forma le gustaría hacerlos visibles?". Para cerrar la sesión, aclare que este proceso es dinámico y en otro momento la persona puede sentir la necesidad de reconstruir nuevamente estas transformaciones, o en los casos en que la persona desea mantener su relación actual, pueden surgir ideas de cambio, momento en el cual puede acudir a todos los recursos que se han abordado durante el proceso.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Poner en marcha la(s) transformación(es) considerada(s).	Se da inicio a la sesión con la bienvenida, retomando lo abordado en el encuentro anterior. Se recogen los sentires y pensamientos que hayan surgido durante la última semana respecto a la relación con el ser querido desaparecido y a las transformaciones que la persona ha pensado implementar. ¿Qué ha generado en usted estos cambios? ¿Cómo se ha imaginado fortalecer estas transformaciones? ¿Cómo se siente hoy en la relación con…? La siguiente actividad se propone a la persona, de modo que ella pueda decir qué elemento, acto simbólico o ritual puede generar en fechas emblemáticas de las que se consideraron en la sesión anterior y cómo las llevará a cabo, de forma que sean menos dolorosas. En este espacio es importante permitir que la persona pueda agenciar el dolor de la manera en que lo considere. Tenga especial cuidado en no sugerir sus propias creencias o acciones; por ejemplo, sus prácticas religiosas, acciones que incluyan nociones de bueno-malo, mejor-peor, etc., ya que esto puede no mitigar el dolor y el sufrimiento de la persona.

objetivo	actividades
	En los casos en donde no haya surgido necesidad de transformaciones, validarlos y generar conversación acerca de cómo lo contempla a mediano y largo plazo. Motive a detallar la forma como se llevarán a cabo estas transformaciones y, de ser propuesto por la persona, realice un ritual que pueda dar trámite a los sentimientos que se susciten en ese momento. Solicite a la persona traer el material que se ha construido en sesiones anteriores para la próxima sesión.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Reafirmar la noción de sí mismo/a para fortalecerse frente a otros momentos difíciles que pueden seguir surgiendo.	Inicie la sesión haciendo un repaso de lo que se ha identificado durante el proceso de atención. Retome los sentires que hayan emergido durante la última semana, las perspectivas acerca de cómo la persona se ha sentido con los cambios propios y el impacto que han generado en su entorno. ¿De qué cree que… se sentiría orgulloso/a al verla/o hoy? ¿Qué diría… de los cambios que usted ha generado? Se propone que el/la profesional pueda tener a disposición una caja de cartón pequeña. Indicar a la persona: "Hemos conversado acerca de todo lo que ha sido importante para usted en todo este proceso, de lo que le ha permitido sobrellevar la desaparición de su ser querido. Es posible que luego de este proceso se presenten otras situaciones difíciles, por lo que quiero proponerle que entre los dos construyamos una caja de herramientas, que tenga esos recursos que ha identificado hasta el momento, incluso que puede ir alimentando y a los que usted sabe que puede recurrir en otros momentos".

objetivo	actividades
	Mientras se va decorando la caja, dirija la actividad con preguntas reflexivas acerca de cómo se han fortalecido ciertas percepciones de sí mismo/a, cuáles ha podido reconocer, cuáles han sido reconocidas por otras personas. Las respuestas que vayan surgiendo se van anotando en papeles de colores. Es importante reconocer en qué momentos estos recursos pueden ser utilizados, teniendo en cuenta que se acerca el cierre de proceso y es necesario hacer saber a la persona que el paso del/la profesional es transitorio y que van a haber momentos en los que tomará decisiones o pasará por situaciones en las que no es posible la atención y debe recurrir a aquello que identificó. Para el cierre se retomarán los insumos construidos en sesiones anteriores y se expondrán todos sobre una mesa, de forma que la persona pueda tener una visión general de lo que ha sido el proceso y los diferentes momentos por los que ha transitado. Genere también un espacio de conversación acerca de cómo se siente al ver esto, qué pensamientos surgen ahora en relación con su ser querido.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Hacer seguimiento y mantenimiento de cambios. 2. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Al iniciar la sesión, agradezca la participación de la/el consultante, denotando que ese espacio no habría sido posible sin su disposición, experiencias y conocimientos. Se recuerda que, al ser la última sesión, se hará un recuento conjunto en el que se recapitularán los principales elementos trabajados, a partir de las siguientes preguntas: Después de este tiempo y este espacio compartidos, ¿qué se lleva para su vida?, ¿qué cree que se lleva las diferentes áreas de su vida? ¿Qué cambios cree que comenzarán en su vida luego de haber vivido este proceso? Se permitirá la expresión libre de las perspectivas del/la consultante, de modo que se puedan vincular cada una de ellas, generando un discurso que posibilite dar cuenta de narraciones distintas de sí mismo/a a las referenciadas en la primera sesión.

objetivo	actividades
	Es importante subrayar que lo que se ha permitido vivir durante estas ocho sesiones es solo un paso de los muchos pasos que la persona ya ha dado y que dará, así como una de las tantas herramientas que ya había integrado a su vida y que seguirá integrando. A fin de consolidar y valorar el trabajo realizado, se señala que este, como todo proceso, se nutre con cada experiencia que se vive y puede ayudar a muchos otros para procesos similares. Así, se plantean las dos siguientes situaciones: "Si usted escribiera una carta donde pudiera contar cómo es el manejo de estas situaciones difíciles, con el propósito de ayudar a otras personas que atraviesan por una situación similar a la suya, ¿qué les diría?". La carta puede estar estructurada por las siguientes preguntas: ¿Qué significa para usted la desaparición forzada?, ¿qué ha aprendido de esa experiencia?, ¿cómo ha podido manejar las dificultades propias de la desaparición?, ¿qué es importante tener en cuenta para estar mejor? Además, podría agregar: ¿Qué otros pasos y recursos cree que podrá seguir trabajando en un futuro, que tal vez ahora no ha logrado, pero que vislumbra como posibles? Una vez elaborada la carta, se motiva a leerla en voz alta. El/la consultante podrá quedarse con ella. En caso de no contar plenamente con la habilidad de lectoescritura, el/la profesional psicosocial estará en disposición de copiar la carta. Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Se invita a cerrar la sesión, agradeciendo de nuevo por lo vivido y disponiendo al Papsivi como espacio de encuentro cada vez que lo necesite.

6.9. Transformaciones de la cotidianidad a partir de la desaparición forzada

6.9.1. Justificación

Los familiares que tienen personas desaparecidas realizan ajustes en su cotidianidad, pues la desaparición trae consigo una experiencia única, distinta, sin referentes simbólicos y dolorosa: tener a alguien ausente pero presente todo el tiempo. El sistema familiar se tiene que reacomodar incorporando demandas emocionales y cognitivas que provienen de tres fuentes identificadas: primero, la incertidumbre frente al paradero de su familiar, lo que conlleva a una segunda fuente, el ensamblaje con procesos institucionales para llevar a cabo la búsqueda de su familiar, y como tercera fuente están las demandas de la vida cotidiana, que continúa aún sin el familiar. Todo esto resulta altamente doloroso para los familiares, por lo que requieren que estas transformaciones y el sufrimiento emocional que con ellas deviene sea acogido, explicitado y abordado. El darse cuenta les permitirá organizarse minimizando el sufrimiento emocional que estas fuentes generan.

Los roles de los integrantes de una familia con alguien desaparecido se transforman para ajustarse a las nuevas condiciones, poniendo a prueba sus recursos para afrontar en medio de lo desconocido. Las personas se dan cuenta de estos cambios con el transcurrir del tiempo, cuando la ausencia del desaparecido es más notoria. Hay quienes estaban muy pequeños o ni siquiera habían nacido cuando ocurrió la desaparición y empiezan a configurar la pérdida ambigua desde los relatos que otros cuentan sobre la persona desaparecida. También hay quienes desaparecen con el desaparecido, lo que conlleva a una fuente adicional de sufrimiento para quienes resienten esta segunda ausencia.

Por otra parte, cuando la familia adelanta procesos institucionales para tener respuestas sobre el paradero de su ser querido, se inscriben nuevas demandas económicas, de tiempo, de roles, de desgaste emocional y también de sufrimiento cuando los intentos de búsqueda son fallidos, bien porque las instituciones ponen barreras, bien porque la búsqueda misma no arroja resultados. En ocasiones, quien abandera los procesos institucionales es señalado por sus propios familiares de estar ausente justamente por buscar a "un ausente".

Objetivos

- Mitigar el sufrimiento emocional derivado de las transformaciones en la cotidianidad que experimenta la persona tras la desaparición de su familiar.
- Facilitar la representación y validación del registro emocional que conllevan los procesos institucionales en lo cotidiano.

Insumos para Indicadores de proceso

- La persona identifica cargas económicas, sociales, culturales y emocionales que han devenido con la desaparición forzada y logra situarlas en sus narrativas.

6.9.2. Recomendaciones generales

- Tenga presente que la mayoría de las personas que buscan a sus familiares son mujeres, pues el mayor porcentaje de personas desaparecidas son hombres que se desempeñaban como padres, esposos, hijos, etc. En este sentido, ellas asumen la mayoría de las veces cargas económicas, sociales, culturales y emocionales que devienen tras la desaparición de su familiar. Distinga cuáles roles empiezan a asumir ellas y quiénes entran a suplir los roles que estas asumían antes.

- Las transformaciones en la cotidianidad ponen a prueba los recursos con que cuentan las personas. Identifique cuáles son los que más han ayudado a sobrellevar la desaparición, así como aquellos que se requiere fortalecer.

- Tenga presente el tiempo de la desaparición, pues en la medida en que este transcurre, las personas notan más la ausencia de su familiar y es allí cuando pueden darse cuenta de los cambios que se han generado en sus vidas.

- La persona recupera su sentido de control para tomar decisiones sobre las demandas emocionales que implican las transformaciones de la cotidianidad.

- La persona adopta medidas de cuidado de sí y de su salud.

- Algunas personas desaparecen con el desaparecido, lo que genera rabia y sufrimiento en los demás integrantes de la familia. Identifique si esto ocurre en el sistema familiar de la persona que está atendiendo, pues ello se constituye en una nueva fuente de sufrimiento.

- Si la persona está dispuesta a iniciar un proceso de búsqueda y activar una ruta institucional, es necesario brindarle la mayor información posible acerca de la carga emocional que ello demandará.

Indicaciones generales que deben evitarse y riesgos para tener en cuenta en la práctica

Si bien la desaparición forzada puede tener elementos que asemejan una situación de pérdida simbólica, recordemos que los familiares de las víctimas viven un permanente dolor por una pérdida sin tener certeza de ella, por lo que queda un duelo suspendido sin objeto sobre el cual se haga el proceso. Por ello es recomendable no referirse a este proceso como duelo.

Otra consideración para No denominar Duelo es por el carácter político que adquiere la permanente memoria sobre el Desaparecido. Es decir, con su nombre se reafirma, por una parte, el deber del Estado para la búsqueda y el conocimiento de Verdad y Justicia y, por otro, es resistirse a lo que pretendió el victimario: "Tomar posesión del espacio corporal y subjetivo del desaparecido" (Corporación AVRE, 2010b).

Finalmente, hablar de Duelo en este escenario es asumir e incluso forzar al familiar a que dé por muerto al/la desaparecido/a, hecho que hasta que no se constate se debe tratar como desaparecido, ya que la noción de muerte no se ha construido en la psiquis de los familiares debido a la incertidumbre sobre su paradero.

La Unidad para la Atención y Reparación a las Víctimas ha establecido algunas consideraciones que se presentan a continuación, con el fin de incorporar el enfoque de acción sin daño en los procesos de atención a familiares que se encuentran en fase de búsqueda de personas desaparecidas forzadamente:

- "Las personas que se mantienen activas frente a la búsqueda pueden sentirse incomprendidas en la esfera familiar.
- Hay mayor activación de la búsqueda en las fechas de cumpleaños, navidad, año nuevo.
- Comprender que después del paso del tiempo hay nuevamente esperanza.
- Comprender la rabia, la frustración, la fatiga" (UARIV, 2016).

6.9.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Comprender y reconocer en el individuo tanto las áreas en que se ha visto afectado por los hechos victimizantes con ocasión del conflicto armado, como las estrategias de afrontamiento que le han permitido seguir adelante. 2. Concertar conjuntamente con el individuo el plan de atención psicosocial con el tema más pertinente para mitigar los daños psicosociales y el sufrimiento emocional que expresa, como consecuencia de los hechos de violencia en el marco del conflicto armado. 3. Acordar con la persona lugares, tiempos y frecuencias para el desarrollo del proceso de atención psicosocial.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Normalizar las emociones, sentimientos y percepciones ambivalentes tras la desaparición.	**"Mi vida, hoy"** Encuadre Explicite que, una vez realizado el Acercamiento y Reconocimiento en la sesión anterior, se acordó iniciar un proceso de atención psicosocial para poder mitigar el sufrimiento emocional que deviene con las múltiples transformaciones que genera en la cotidianidad la desaparición forzada del familiar. En ese sentido, puede recordar acuerdos sobre los horarios y fechas en que se encontrarán y dar cabida a preguntas o inquietudes que tenga la persona que está atendiendo. **Desarrollo de la sesión** En un pliego de papel periódico y con la ayuda de marcadores de colores, invite a la/el consultante a dibujar una Línea de Tiempo en la que pueda situar la fecha (no tiene que ser exacta) de la desaparición de su familiar. La idea es que establezca cómo era antes su vida (qué hacía, qué era lo que más disfrutaba, cómo era la cotidianidad, fechas y acontecimientos significativos deben quedar situados allí). Seguidamente, delante de la fecha de desaparición, empezará a identificar cómo ha cambiado su vida, quién es hoy, qué ha tenido que hacer, con quién, dónde. De igual manera, en lo posible situará fechas de lo que considere más significativo en cuanto a estos puntos, tras la desaparición de su familiar. Acompañe el ejercicio con preguntas que exploren las emociones que generan los cambios devenidos con la desaparición, e indague si hay sentimientos encontrados (rabia, enojo hacia el desaparecido por no estar, culpas en él/ella por la desaparición de su familiar, esperanza y motivación por la búsqueda, etc.): ¿Cómo le hace sentir eso que me cuenta? ¿Qué ha sido lo más doloroso en este proceso tan difícil que me cuenta? ¿Quiénes lo han acompañado? ¿De qué manera? ¿Cómo ha manejado el dolor que genera todo esto? ¿Qué es lo que más le ha ayudado? Mientras tanto, valide esos sentimientos de tal forma que la persona sienta que "es normal" sentirse así, es normal la contradicción en las emociones: un día estar enojado, otro día triste, otro esperanzado en continuar con la vida misma, o en un mismo día todas estas emociones pueden estar presentes. Eso hace la desaparición: crea ambigüedad. **Cierre de la sesión** Para el cierre de esta sesión, invite a que la persona se dé el permiso de sentir emociones encontradas y se permita reconocer que la ambivalencia en su sentir es producto de la incertidumbre y ambigüedad de la desaparición. Puede concluir preguntándole cómo se dará el permiso de sentirse así y qué le ayudará a estar más tranquila/o cuando se dé cuenta de que se está sintiendo así.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Identificar las cargas económicas, sociales, culturales y el desgaste emocional que ellas generan, tras la desaparición.	"Lo diferente" Encuadre Es necesario hacer un breve resumen de lo trabajado en la sesión anterior. Puede ayudarse poniendo en un lugar visible la Línea de Tiempo elaborada. Posteriormente, ponga en contexto lo que implica la desaparición: todos los cambios inesperados que obligan a que las personas hagan ajustes en sus vidas y cómo ajustarse a estos cambios resulta también doloroso. Desarrollo de la sesión Una vez validados los cambios generados tras la desaparición del familiar, y con ayuda de hojas blancas y plumones, invite a la/el consultante a elaborar lo siguiente: Indíquele que divida la hoja en la mitad y otra vez en la mitad, para obtener cuatro cuadrantes. En el primero deberá pensar en cómo ha cambiado su economía tras la ausencia de su familiar. En el segundo, cómo ha cambiado su vida social (las relaciones con sus amigos, su comunidad, etc.). En el tercero, si ha habido cambios culturales (desplazamiento hacia otro territorio), qué implicaciones ha tenido ello en su vida. En el cuarto y último, el/la consultante escribirá (en caso de no saber hacerlo, dibujarse a sí mismo/a), quién es ahora; cómo siente ahora, cómo piensa ahora, cómo se relaciona con la vida, con las personas, qué ilusiones o sueños le acompañan ahora. Es fundamental generar conversación y escucha activa mientras la persona va narrando lo que está plasmando. Acompañe este momento con la validación de emociones, explore siempre cómo le hacen sentir esos cambios. Dígale que está bien sentirse así, que claramente la desaparición le ha obligado a realizar una serie de ajustes inesperados, no planeados. Cierre de la sesión Para este cierre es importante que el/la profesional insista en que la desaparición implica realizar adaptaciones en la vida que no estaban planeadas. Sin embargo, ahora que las ve en esa hoja de papel, puede tomar decisiones sobre lo que quisiera que fuera distinto en cuanto a buscar estrategias para que estos cambios sean lo menos lesivos. Quizá haya que decidir sobre algunos de ellos que no le están haciendo sentirse cómodo/a.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Identificar las dificultades que plantea la asunción de nuevas funciones.	"Los nuevos roles en lo cotidiano" Encuadre Contextualice el trabajo realizado en la sesión anterior, ya que estará profundamente conectado con el tema de esta sesión. Exponga que se hablará acerca de los nuevos roles que quizá la persona ha tenido que asumir tras la desaparición de su familiar, así como los nuevos roles y cambios en la identidad de sus demás familiares. Desarrollo Una vez realizada esta contextualización, formule preguntas: ¿Quién de su familia ha cambiado más tras la desaparición? ¿Cómo se da cuenta de esos cambios? ¿Cómo le hacen sentir los cambios en sus familiares? ¿Cómo ha cambiado usted teniendo en cuenta el rol que ahora ejerce en su familia? ¿Eso cómo le hace sentir? ¿Cómo cree que lo ven sus otros familiares? ¿Cómo quiere verse a usted mismo/a en un par de años? ¿Dónde quiere estar? ¿Haciendo qué cosas? ¿Qué de lo que hace ahora tendría que cambiar para lograr eso que quiere de su forma de verse a sí mismo/a? ¿Por dónde empezar hoy? Cierre de la sesión Enfatice en que la asunción de los nuevos roles que implica la desaparición también pueden empezar a cambiarse con el tiempo si es que ellos no se consideran "justos", "equilibrados" o sencillamente no es cómodo asumirlos. Hay cosas que no tienen que hacerse siempre de la misma manera: ¿Qué podría ser diferente?

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Reconocer el malestar que generan las barreras y cargas de los procesos institucionales frente a la desaparición en la cotidianidad de la persona o familia.	"Lo institucional en lo cotidiano" Encuadre. Realice un resumen de lo conversado en la sesión anterior e indague cómo le ha hecho sentir esto a la persona en la última semana: ¿Ha tenido sueños o pesadillas? ¿Ha tenido nueva información o reflexiones sobre su vida? ¿Le han llegado nuevas ideas? Desarrollo de la sesión Mediante un camino que el participante deberá dibujar en medio pliego de papel periódico, se pretende situar las acciones realizadas por la persona u otro miembro de la familia para buscar al familiar desaparecido. Pregunte quiénes (organizaciones, instituciones…) han acompañado este proceso, qué ha sido lo más doloroso, lo más difícil, ha habido frustración, qué la genera. Realice contención si hay llanto y valídelo. Indague también por cuáles aprendizajes han devenido con la búsqueda. ¿Quién de la familia abandera la búsqueda y cómo hace sentir a los demás? ¿Cómo se ha financiado el ejercicio de buscar? ¿Han sido apoyados por alguna asociación u organización? ¿Quién es la persona más distanciada de la familia en cuanto a la búsqueda o a participar en los procesos institucionales (etapas procesales como audiencias, solicitudes de reparación)? ¿Qué instituciones han respondido y de qué manera lo han hecho? Cierre de la sesión Cuando finalice el ejercicio, exponga el dibujo del camino frente al participante y pregúntele: ¿Qué ve de sí mismo/a y de su familia allí? ¿Hay algo que le haga sentirse orgulloso/a? ¿Hay algo que quisiera que fuera diferente de cómo han afrontado los procesos institucionales o de cómo la familia se relaciona entre sí a partir de ello?

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Recuperar el interés en otros ámbitos sociales y emocionales.	"Mi propia vida" Encuadre Realice un resumen de lo abordado en la sesión anterior e indague por posibles efectos de ello en la última semana. Puede iniciar diciendo que en las sesiones pasadas se han centrado en conversar sobre las transformaciones que la desaparición genera en la cotidianidad y lo doloroso que esto ha sido. Esta sesión, por su parte, será algo distinta, en cuanto a que se explorarán más otros aspectos de la vida, del individuo o de la familia. Para ello van a realizar el siguiente ejercicio: Desarrollo de la sesión "En medio pliego de papel periódico y con marcadores de colores distintos, elabore un mapa de otros aspectos de su vida o su familia. • En el centro del papel se dibujará la persona. Puede apoyarse con recortes de revista para pegar allí símbolos o lugares que lo identifiquen. • En la parte central superior va a dibujar aquellas cosas de su vida espiritual o trascendental que disfruta o disfrutaría hacer si las hiciera: Por ejemplo, meditar, asistir a una iglesia, profesar alguna religión o forma de espiritualidad. • En la parte superior derecha va a dibujar, recortar o listar aspectos de su vida social (amigos) o de pareja que disfruta: hacer qué cosas, con quiénes, dónde. • En la parte inferior derecha va a dibujar, pegar con recortes o listar aspectos de su vida familiar que le hacen sentirse bien o que quisiera empezar a hacer. • En la parte inferior izquierda representará aquellos lugares que le gusta visitar o que le gustaría conocer, aquellas actividades que le gusta realizar, leer, o que quisiera estudiar. • Finalmente, en la parte central izquierda va a plasmar lo que más le gusta de sí mismo/a de su físico, de su forma de ser, de pensar, de actuar, así como aquello que quisiera fortalecer en sí".

objetivo	actividades
	Una vez concluido el mapa, este se pondrá frente a la persona y el/la profesional orientará una conversación indagando cómo se sintió, qué cosas ve que antes no había visto, qué ideas tiene ahora. Cierre de la sesión Procure el cierre de esta sesión insistiendo en que es necesario retomar otros aspectos de la vida diferentes a los relacionados con la desaparición del familiar que también tienen sentido y que ello no es equivalente a "traicionar" la memoria del desaparecido. En este sentido, puede invitar a la persona a que establezca un horario al día para honrar, pensar o, si es necesario, llorar la ausencia de la persona desaparecida, de tal forma que logre situar estas emociones, darles un lugar y tiempo, pero a la vez retomar el control sobre los demás aspectos que le dan también sentido a su vida.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Generar habilidades de ritualización para situar emociones, pensamientos e ideas hacia el familiar desaparecido.	"Recordando y honrando la memoria de mi familiar" Encuadre Se realiza un resumen de la sesión anterior y se exploran sentimientos y situaciones que hayan devenido a partir de esta en los últimos días. Puede iniciar la conversación mencionando la importancia que tiene el darle un lugar a los recuerdos y emociones que se tienen respecto al familiar desaparecido, y que para ello hoy se propone desarrollar una actividad que podrá luego ser implementada y ajustada a solas por el participante, cada vez que sienta que lo necesita; por ejemplo, cuando hay fechas conmemorativas que traen a la memoria y a la emocionalidad al familiar desaparecido. Desarrollo de la sesión Genere un espacio de conversación indagando cuáles son los recuerdos más recurrentes que la persona tiene del familiar desaparecido: ¿Cómo era su relación con él/ella antes de la desaparición? ¿Qué cosas admira de él/ella? ¿Hay algo de la relación con la persona desaparecida o de su forma de ser que no le gustaba o que hubiese querido que fuera distinto? ¿Qué quiere honrar y agradecer a esta persona?

objetivo	actividades
	Invite a la persona a elaborar un dibujo o unos mensajes en hojas de colores en los que pueda plasmar esto que acaba de reflexionar. Brinde soporte emocional y valide las emociones y el llanto, si este deviene. Pregunte cómo se siente después de realizar el ejercicio. Cierre de la sesión Resalte la importancia de identificar aquellas actitudes o prácticas que no siempre resultan tan agradables en las relaciones con los otros, pues ante la ausencia de la persona desaparecida, en ocasiones se tiende a idealizarla, por lo que es necesario situar también aquello que no resulta tan agradable: los defectos, las diferencias que se podían tener, etc. Asimismo, invite a la persona atendida a que establezca un horario o unas fechas especiales en las que pueda traer intencionalmente al familiar desaparecido para honrarlo y decirle cuánto lo/la quiere, lo que le agradece y también lo que no le gusta de su relación con él. Explicite que la siguiente sesión corresponderá al cierre de este tema que se concertó (Transformaciones en la cotidianidad por la desaparición forzada).

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	"Concluyendo" Encuadre Se presentará un resumen de lo trabajado durante el proceso. Desarrollo de la sesión Indague por los cambios que la persona ha identificado durante el proceso de atención psicosocial: ¿Qué habilidades que haya visto en usted durante este proceso de atención psicosocial lo/la sorprenden? ¿Hay algo que lo/la haga sentir orgulloso/a de este tiempo que se ha permitido para el proceso de atención psicosocial? ¿Qué efectos ha tenido en su forma de verse a sí mismo/a el hecho de participar en este proceso de atención psicosocial? ¿Ha tenido algún efecto en la forma como ahora se relaciona con las otras personas? ¿Y en sus emociones individuales? ¿Ha podido ver cambios en su manera de ser, de sentir o de pensar? ¿Cuáles son los recursos que tiene ahora o que ha fortalecido para manejar el sufrimiento emocional que genera la desaparición forzada? Cierre de la sesión Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Agradezca por el proceso permitido, pues tiene efectos dialógicos e implica también aprendizajes para el/la profesional, lo cual es necesario resaltar.

6.10. Reconstrucción de sentidos a partir de la experiencia de desaparición

6.10.1. Justificación

Algunos de los conceptos que más se relacionan con las afectaciones que produce la Desaparición Forzada son la incertidumbre y la ambigüedad, dado que la dinámica de este delito atroz suscita la imposibilidad de relacionarse con alguna certeza, bien porque no hay alternativas que la provean o bien porque los estados psíquicos de los familiares no pueden asimilar la ausencia o posible pérdida.

Por ello, resulta de suma importancia que en las sesiones de atención psicosocial se propicien espacios para traer de las historias de vida aquellos momentos que han sido desprovistos de sentido, momentos que pudieron, en el deseo de quien vive la ausencia de su familiar, ser susceptibles de ser llenados por expresiones de afecto o la presencia del ausente y, en últimas, que han transformado su sentido. Sin embargo, el/la profesional debe comprender que este es solo un primer paso, dado que el trabajo debe focalizarse en las respuestas y los recursos que se han dispuesto para habitar la ausencia y sus efectos en la cotidianidad, como forma de no-olvido ni desfallecimiento; es decir, cómo se han redefinido los propios sentidos en relación con la experiencia de la Desaparición Forzada, lo cual se ve manifestado en prácticas o acciones rituales que, en ocasiones, pasan desapercibidas pero que nutren y otorgan sentido de resistencia ante aquello que quiso ser arrebatado con la Desaparición Forzada del ser querido.

De esta manera, lo que se busca es legitimar aquellas historias y recursos de afrontamiento construidos en medio de la experiencia de la Desaparición Forzada que dan sentido a la vivencia en el presente, para pensar en las posibilidades del futuro desde la individualidad.

Objetivos

- Precisar aquello que resulta incierto o ambiguo para la persona y los significados que esto suscita en torno a la Desaparición Forzada.

- Conversar reflexivamente frente a las respuestas y recursos que han permitido al familiar enfrentar la ausencia de su ser querido, con el fin de fortalecerlos, madurarlos y reproducirlos en otras dimensiones de su vida.

Insumos para Indicadores de proceso

- Capacidad para ubicar momentos, acciones y escenas donde el familiar ha sentido desorientación, impotencia o culpa, como los posibles efectos de la incertidumbre y de la ambigüedad.

- Re-conocimiento lo que ha sido preciado y valioso en la historia personal, dando sentido al proyecto vital, esto enmarcado en las respuestas o reacciones que le han permitido afrontar el sufrimiento y el daño.

- Capacidad para determinar y puntualizar aquellas acciones rituales del diario vivir o de momentos concretos, comprendiendo su rol dentro de la construcción de dicha acción ritual, el significado para sí mismo/a, así como las posibles afectaciones en su entorno familiar e inmediato.

- Generación de un espacio propicio donde se pueden producir, fortalecer o transformar rituales que faciliten la emergencia de diferentes sentidos a la experiencia de la Desaparición Forzada.

6.10.2. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1.3. Criterios para la selección de esta orientación metodológica: • Imposibilidad para definir y dar sentido a aquello que ha sucedido a partir y por la desaparición forzada del familiar. • Incomprensión frente a cómo realizar el duelo o contradicción frente a la necesidad de hacerlo o no. Sin embargo, en este hecho victimizante no hay una necesidad de proceso de duelo, dadas las configuraciones del daño (Remitirse al término de pérdida ambigua). • Cuestionamiento sobre marcos interpretativos personales, tales como justicia, solidaridad, confianza, etc., que configuran relaciones disruptivas consigo mismo o su entorno.

Sesión 2

objetivo

1. Identificar aquello que resulta ambiguo e incierto respecto a la desaparición forzada.
2. Identificar cómo la experiencia de la desaparición forzada ha transformado los marcos interpretativos de justicia, bondad, seguridad, confianza, dignidad etc.

actividades

Apertura del encuentro

Este momento es la continuación del primer acercamiento, en donde se han acordado algunos temas para el trabajo. Se comienza, entonces, con la recapitulación de las dificultades o problemas expresados, las necesidades de apoyo y los recursos y cualidades con que se cuenta.

Socialice con la familia lo que identificó como necesidad de atención en la primera sesión y cuál es su perspectiva sobre lo que se debe trabajar, argumentando las temáticas que se abordarán en las siguientes sesiones. Posteriormente, pregunte a la familia si considera que estos son los principales aspectos que se deben abordar.

Si surgen otros temas que la familia considere necesario trabajar, es importante validarlos y aclarar que en algunos momentos durante la atención se podrán relacionar estos temas con lo que se haya definido como temática principal.

Después, explique a la persona cuál es el objetivo de esta sesión:

"En este encuentro vamos a conversar sobre lo que ha resultado más confuso para usted, la manera como usted ve el mundo y cómo la desaparición forzada ha transformado esta percepción, pues a partir de allí usted podrá, poco a poco, construir nuevos sentidos de esta experiencia".

Proponga a la persona pensar en cómo era su vida antes de que ocurriera la desaparición forzada. Puede usar las siguientes preguntas para dar mayor nitidez a dicho pensamiento:

¿Qué cosas le gustaba hacer?

¿Qué era lo que más admiraba de las personas que le rodeaban?

Posteriormente, sugiera realizar un dibujo o representación de la forma como veía el mundo en ese momento. Invite a la persona a describir allí sus ideas sobre justicia, bondad, seguridad, confianza, dignidad o los conceptos que sean significativos en su experiencia vital.

objetivo	actividades
	Una vez culminada la representación, genere una conversación sobre esos conceptos importantes e invite a la persona a profundizar en la comprensión de estos. Finalmente, explique esta construcción se va a dejar de lado momentáneamente y se retomará posteriormente.
	Proponga una conversación a partir de las siguientes preguntas orientadoras: ¿En qué momentos ha sentido desorientación o mucha confusión? ¿Qué ha sido lo más difícil de la ausencia de su ser querido? ¿Qué ha significado para usted la desaparición forzada? Durante esta conversación, el/la profesional debe estar atento a lo que refiera la persona sobre los marcos interpretativos, es decir, sobre la forma como ve el mundo en razón a los conceptos trabajados anteriormente. Adicionalmente, esté atento/a atento a lo que ha resultado ambiguo e incierto para la persona; por ejemplo, "saber que se encuentra ausente, pero sentirlo presente", "sentir rabia, tristeza, y alegría al mismo tiempo", "tener la necesidad de olvidar, pero continuar recordando y esperando al ser querido", etc. Recuerde que, dado que estamos hablando de los sentidos que se han construido en torno a la desaparición forzada, es importante que la persona comience por identificar lo que ha resultado contradictorio y lo que esto le ha generado en su percepción del mundo.
	Ahora, proponga a la persona realizar otro dibujo o representación, esta vez sobre la forma como ve el mundo en ese momento. Invite a la persona a describir allí sus ideas sobre justicia, bondad, seguridad, confianza, dignidad o los conceptos que hayan surgido durante la conversación. Una vez realizada la representación, genere una conversación en la cual puedan abordar las diferencias entre el dibujo inicial y el dibujo actual, haciendo énfasis en las transformaciones que ha tenido la percepción del mundo por parte de la/el consultante.

objetivo	actividades
	Cierre de la sesión Es importante señalar que las transformaciones identificadas son normales y esperables, y que son un efecto propio del delito de la desaparición forzada; por lo tanto, no son buenas ni malas. Evite juicios de valor como, por ejemplo: "Está mal que piense eso", "Eso es un pensamiento negativo", "Esa forma de ver el mundo es pesimista", etc. Si encuentra que la persona es quien está realizando estos juicios de valor sobre su propia experiencia, intente relativizarlos con frases como: "La forma como usted ve el mundo ahora es el resultado de las experiencias que ha tenido que vivir; por lo tanto, no es buena ni mala, simplemente es diferente a como era antes". "Las percepciones del mundo que usted tenía antes no eran ingenuas o poco reales, sino que obedecían a lo que usted había vivido hasta el momento y es normal que la experiencia del conflicto armado le haya transformado". Haga énfasis en que estas percepciones no son estáticas, sino que están en constante cambio y que, en unos años, después de haber vivido otras cosas, probablemente, también pensará diferente. Por último, solicite al/la consultante tener disponibles para el próximo encuentro los dibujos realizados en esta sesión (si no se realizaron dibujos sino otro tipo de representación, pregunte al participante si es posible que recuerde lo que hizo, para traerlo con la mayor nitidez posible a la próxima sesión). Estos dibujos serán utilizados en varias sesiones más, así que aconseje no dañarlos ni refundirlos.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Facilitar la comprensión de las transformaciones que se han generado en la cotidianidad a partir de los marcos interpretativos que ha construido la persona en relación con la experiencia de desaparición forzada.	Abrir la conversación con un breve resumen de lo trabajado en la sesión anterior, haciendo énfasis en lo conversado sobre la forma como el/la consultante ve el mundo en ese momento, y las nociones de justicia, bondad, seguridad, confianza, dignidad, etc., sobre las cuales se posiciona hoy. Explique que el objetivo de la sesión es identificar de qué forma esas nociones y perspectivas sobre el mundo han influido en su cotidianidad.
	Sugiera a la/el consultante hacer un relato sobre cómo es su vida diaria. Para ello, disponga una cartelera y marcadores e invite a la persona a plasmar su relato de manera escrita o gráfica (secuencia de dibujos) en la cartelera. Haga preguntas orientadoras que permitan a la/el consultante profundizar en el relato: ¿Cómo es un día entre semana en su vida? ¿Cómo es un fin de semana en su vida? ¿Con qué personas se relaciona cotidianamente? ¿Cómo son estas relaciones? ¿Cuál es el momento más fácil o satisfactorio en su día? ¿Cuál es el momento más difícil en su día? Una vez culminado el relato sobre la cotidianidad, señale la importancia de identificar cómo operan allí las nociones o percepciones del mundo sobre las que se trabajó en la sesión anterior. Solicite al/la consultante poner cerca de la cartelera el último dibujo trabajado en la sesión anterior (en donde se plasmó la forma como la persona ve el mundo actualmente), e invítelo/a a identificar cómo se ha expresado en su vida diaria esa visión del mundo. Para realizar este ejercicio es importante retomar lo conversado en la sesión anterior e identificar los marcos interpretativos que más se transformaron; por ejemplo, si lo que más cambió fue la confianza en los otros seres humanos, en esta actividad se hará énfasis en la noción de confianza; si lo que más se transformó fue la noción de bondad del ser humano, entonces se hará énfasis en la bondad, etc. Sugiera preguntas orientadoras que le faciliten al/la consultante identificar estos aspectos en su vida cotidiana: ¿Cree usted que su relación con las otras personas tiene algo que ver con los cambios que ha tenido en la noción de bondad, sobre la que conversamos la semana pasada? ¿Por qué?

objetivo	actividades
	En el relato que usted construyó señaló que lo más difícil de su día era (evoque la expresado en la cartelera), ¿cree usted que esto se relaciona con lo que conversábamos la sesión pasada sobre (señale algún marco interpretativo que se haya transformado y pueda estar incidiendo)? Realice otras preguntas que faciliten la reflexión sobre cómo los marcos interpretativos actuales pueden estar incidiendo en la cotidianidad.
	Cierre de la sesión Indague sobre las emociones que esta sesión ha generado en el/la consultante. Tenga en cuenta que estas emociones pueden ser ambiguas y contradictorias, por lo cual es importante que contenga y valide la expresión emocional: "La desaparición forzada genera muchas transformaciones en las rutinas diarias, en lo que pensamos, en lo que sentimos y en la forma como vemos el mundo; esto es normal, pues este delito genera ambigüedad e incertidumbre, esa es su característica. Por lo tanto, también es común que se generen emociones contradictorias o que a veces son difíciles de comprender".

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Generar un espacio de reflexión sobre las respuestas y los recursos que han permitido a la persona enfrentar la desaparición forzada de su ser querido.	Inicie la sesión con un breve resumen de lo trabajado en la sesión anterior y explique el objetivo de este nuevo encuentro: "Hoy vamos a trabajar sobre lo que usted ha hecho para enfrentarse a la desaparición forzada de su familiar, poder resistir el sufrimiento y seguir adelante". Disponga un pliego de papel periódico y marcadores e invite a la/el consultante a dibujar un río en el que se puedan observar las dos orillas. Con papel de colores, proponga construir barcas sobre el agua, las cuales representan aquellas respuestas que ha realizado la persona para enfrentar la desaparición forzada, y poner piedras a lo largo del recorrido del río, que serán las dificultades que ello conlleva.

objetivo	actividades
	Tenga en cuenta que el río y las barcas son una metáfora que va a facilitar la conversación sobre las respuestas y los recursos que la persona ha puesto en juego durante este tiempo. Al finalizar el dibujo, señale: "Este río es hondo y sus aguas son turbulentas, representa las cosas difíciles por las que usted ha tenido que atravesar, pero como en todo viaje, usted ha aprendido a navegar por esas dificultades y así ha logrado seguir adelante y construir nuevos caminos que le permitan llegar a la otra orilla". Invite a la persona a escribir en la cartelera (en el río) esas cosas que han sido difíciles. Puede retomar aspectos identificados en las sesiones pasadas. Haga esto de forma rápida, no es pertinente que la persona repita otra vez la historia de sufrimiento, sino que enuncie los aspectos que han sido más complejos dentro de esa historia; por ejemplo: la ausencia, el distanciamiento de la familia, la dificultad para volver a confiar, el temor, la incertidumbre, etc. Después, solicite tomar una de las barcas y escribir dentro de ella qué le ha ayudado a la persona a seguir adelante a pesar de todo lo difícil. Invítela a poner la barca en el río y genere una conversación sobre este recurso. Continúe invitando a poner dentro de las diferentes barcas los recursos de afrontamiento o fortalezas personales que espontáneamente surgen de la conversación para ubicarlas nuevamente en el río. Motive esta conversación con las siguientes preguntas: ¿Quién le ha ayudado o le ha acompañado a navegar en estas barcas? (hace referencia a la red de soporte familia y social). ¿Cómo aprendió a navegar en este río tan complejo? (hace referencia a otras experiencias de su vida a partir de las cuales la persona se ha fortalecido) ¿Qué ha hecho usted para que la barca no se atore o estanque entre las piedras que trae el río? (hace referencia a la forma de comportarse, de actuar, los hábitos y costumbres que han sido importantes para enfrentar las dificultades). ¿Cómo lo ha hecho sentir esta barca? ¿Qué siente al verla y saber que usted ha dirigido su rumbo? (estas preguntas permiten caer en cuenta de lo que genera internamente identificar este recurso).

objetivo	actividades
	¿Qué siente cuando ve la otra orilla? ¿Qué cree que hay allí? ¿Cómo esperaría llegar allí? (estas preguntas buscan hacer evidentes las proyecciones de bienestar y las expectativas de la persona a nivel emocional). Al finalizar las preguntas, señale: "Estas barcas nos muestran todas las herramientas con que contamos para atravesar un río de dificultades, lo que usted ha hecho para atravesarlo. ¿Qué más representan estas barcas para usted?". Para finalizar la actividad, sugiera pegar las barcas en el papel para que no se pierdan o, si la persona lo desea, guardarlas en su casa para que recuerde sus recursos de afrontamiento y sus fortalezas.
	Cierre de la sesión: Para finalizar la sesión, solicite a la persona que durante el transcurso de la semana esté atenta/o a otras formas de afrontamiento que ha puesto en marcha en su vida cotidiana. Invítelo/a a seguir construyendo barcas para ubicar esos aspectos que vaya descubriendo. Pida tener disponibles los dibujos realizados en la segunda sesión (dibujos sobre la forma como veía el mundo antes y ahora) y las barcas construidas en esta sesión, así como las que se realicen en el transcurso de la semana.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Generar un espacio de reflexión sobre otros marcos interpretativos que amplían los mecanismos de afrontamiento y los sentidos de la desaparición forzada.	Inicie la sesión solicitando a la persona que recuerde lo sucedido en la sesión anterior y explique el objetivo de este nuevo encuentro: "En las primeras sesiones trabajamos sobre las nociones o concepciones del mundo que se han transformado con la desaparición forzada (pregúntele a la persona si recuerda esto). Hoy vamos a ver que hay algunos aspectos de estas nociones que han prevalecido o se han mantenido, e incluso fortalecido, a pesar de las cosas difíciles que usted ha vivido. Asimismo, vamos a conversar sobre otras formas de ver el mundo que usted ha construido y que le han ayudado a formar otras barcas para navegar en medio de las dificultades". Para iniciar, solicite al/la consultante retomar los dos dibujos que construyeron en la sesión 2, sobre las transformaciones en la forma de ver el mundo. Pídale que resalte en el primer dibujo (antes de la desaparición) lo que era más importante o significativo para él/ella. Retome la noción resaltada por el/la consultante e invítele a pensar en qué momentos de su vida actual ha percibido que esa noción aún se mantiene. Por ejemplo, si en el primer dibujo la persona resaltó que para ella era muy importante la confianza en los otros, dígale: "Cuéntame una situación en la que haya podido confiar en alguien". También puede hacer preguntas como: ¿En qué momentos ha aparecido la confianza? ¿En dónde más has vuelto a sentir que puede confiar? Después de escuchar el relato, pídale a la persona que integre esa noción de confianza que aún se mantiene en el segundo dibujo (es decir, el dibujo de cómo percibe actualmente el mundo). Continúe realizando el ejercicio con otras nociones, las que sean importantes para la persona, y en cada una de ellas solicite que narre historias o situaciones en donde ha visto que esa noción ha prevalecido. A medida que se vaya dando la conversación, pídale que transforme ese segundo dibujo, de manera que, al finalizar, tenga un dibujo en el cual se encuentre la forma actual de ver el mundo con las diversas perspectivas y con las nociones que han prevalecido a pesar de la dificultad. Cierre de la sesión Ahora disponga los barcos con los que trabajaron en la sesión anterior y los nuevos barcos que la persona haya construido durante la semana, y pídale que piense si lo que han acabado de hablar sobre las nociones que han prevalecido tiene alguna relación con los barcos que han construido y que son una metáfora de su resistencia y su fortaleza. Sugiera a la/el consultante decorar los barcos con algo que haga alusión a esas nociones que aún prevalecen en su vida, y pídale tenerlos disponibles nuevamente para la próxima sesión.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Generar un espacio de reflexión sobre lo que ha sido preciado y valioso en la historia personal.	Inicie la sesión construyendo un resumen conjunto (entre el/la consultante y usted) de lo trabajado en la sesión anterior y explique el objetivo de este nuevo encuentro: "El objetivo de hoy es que podamos identificar y analizar esos aspectos que son valiosos para usted y que han sido preciados en su historia de vida". Disponga un pliego de cartulina y dibuje con el/la consultante una línea horizontal, que representará la trayectoria de vida. Dividan la línea por épocas o fases de la vida (niñez, adolescencia, adultez, vejez). Facilite revistas a la/el consultante y sugiérale que piense: ¿Qué ha sido preciado o valioso en cada una de estas épocas? A medida que el/la consultante vaya reflexionando sobre cada época, solicite que represente con recortes de las revistas eso que ha sido importante en los diferentes momentos de la vida y lo vaya pegando en la parte de la línea que corresponda. Facilite la emergencia de historias y anécdotas en torno a aquello que ha sido valioso y preciado en los diferentes momentos de la vida. Escriba las reflexiones que hace el/la consultante alrededor de los recortes, de forma clara y concreta. En aquellas etapas de la vida por las cuales la persona aún no ha atravesado (por ejemplo, una persona de 30 años aún no ha llegado a la vejez), puede preguntar: ¿Qué cree usted que seguirá siendo preciado o valioso para usted en ese momento de su vida? Una vez se haya conversado sobre todas las fases de la vida, realice las siguientes preguntas: ¿Estos aspectos que han sido preciados y valiosos para usted han cambiado con la desaparición forzada de su familiar o continúan siendo importantes? Si la respuesta es SÍ, puede preguntar: ¿De qué manera han cambiado? ¿Qué cosas prevalecen o se mantienen a pesar de la desaparición forzada? ¿Por qué? ¿Cómo le ha ayudado esto a afrontar lo sucedido?

objetivo	actividades
	Si la respuesta es NO, puede preguntar: ¿Qué cree que le ha ayudado a mantener esos aspectos valiosos en su vida? ¿Cómo le ha ayudado esto a afrontar lo sucedido?
	Cierre de la sesión Ahora disponga los barcos con los que trabajaron en las sesiones anteriores, y pídale que piense si lo que han acabado de hablar sobre lo que ha sido preciado y valioso en su vida tiene alguna relación con los barcos que han construido y que son una metáfora de su resistencia y su fortaleza. Sugiera a la/el consultante agregar una decoración más a los barcos con algo que haga alusión a esos aspectos que son importantes en su vida y que aún prevalecen a pesar de las dificultades y de la desaparición forzada de su ser querido.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Generar un espacio propicio para la emergencia de rituales que den cuenta de diferentes sentidos sobre la experiencia de desaparición forzada.	Inicie la sesión con un breve resumen de lo trabajado en la sesión anterior, haciendo énfasis en los aspectos importantes y valiosos que la persona reconoció que aún estaban vigentes en su vida. Después, explique el objetivo de este nuevo encuentro: "Hoy vamos a realizar algunas acciones que nos permitan identificar los nuevos sentidos que usted ha construido sobre la desaparición forzada con ayuda de este proceso de atención psicosocial que hemos venido desarrollando".

objetivo	actividades
	Invite a la persona a realizar un dibujo de una figura que represente la desaparición forzada, y pídale que le ponga un nombre ficticio (evite usar nombres de personas o animales). Una vez realizado el dibujo y otorgado el nombre, pídale que mire la figura por unos minutos y que después mencione en voz alta dirigiéndose a la figura: *Me causaste dolor, pero a pesar de eso yo he podido…* *Me causaste tristeza, pero a pesar de eso yo he logrado…* *A pesar de todo, no pudiste quitarme…* *A pesar de todo, sigue siendo valioso para mí…* En seguida, pregunte a la/el consultante qué quisiera hacer con ese dibujo de manera simbólica. Tenga cuidado, pues debe quedar claro que esta no es una señal de que la desaparición forzada ha dejado de existir, sino de que el sentido que tenía para el/la consultante está ahora transformado, porque puede reconocer con mayor claridad sus fortaleza y recursos que le ayudan a enfrentar este hecho que es vigente en la actualidad.: "Este dibujo representa lo que significaba para usted la desaparición forzada, y aunque es algo con lo que usted debe continuar lidiando en su vida, ahora tiene la certeza de que cuenta con barcas que le van a permitir continuar navegando ese río de turbulencia, cosas valiosas que le van a dar fuerza para seguir adelante como lo ha hecho hasta ahora, y que le van a ayudar a construir sentidos diferentes cada día para lidiar con la incertidumbre que trae consigo la desaparición de su ser querido". Permita que la persona exprese otras cosas que quiera decir sobre lo que ha significado en su vida la desaparición forzada: ¿Qué sentido tiene para usted la desaparición forzada ahora? ¿Por qué cree que ha sido importante trabajar sobre el sentido de la desaparición forzada? ¿Cómo cree que le puede ser útil lo que hemos venido conversando todos estos días para seguir afrontando la desaparición?
	Cierre de la sesión Invite a la persona a pensar en la incertidumbre y la ambigüedad con la que ha tenido que vivir desde que ocurrió la desaparición forzada y pregúntele: ¿Qué aspectos de los que hemos trabajado en las sesiones han sido útiles para que usted pueda vivir cotidianamente con esta incertidumbre? ¿Qué otras barcas quisiera usted seguir construyendo en su vida para afrontar la ambigüedad?

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Hacer seguimiento y mantenimiento de cambios. 2. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Inicie la sesión recapitulando lo abordado en el proceso de atención psicosocial en general, y explique que el objetivo de esta sesión es realizar un seguimiento frente a los cambios que ha tenido el/la consultante, así como realizar una evaluación sobre los resultados del proceso y dar cierre este.
	Inicie el seguimiento con estas preguntas: ¿Cómo ha estado después de este tiempo (se recuerda la fecha del último encuentro)? ¿Cómo se ha sentido? ¿Cómo está su relación con los demás? ¿Cómo lo/la ven ahora? ¿Alguien nota estos cambios? ¿Cómo se siente al respecto?
	Para fortalecer y evaluar lo alcanzado, vamos a elaborar un texto, una carta (en caso de no contar plenamente con la habilidad de lectoescritura, el/la consultante puede dictar la carta y el/la profesional la escribe), en el que usted es el/la experto/a en el manejo de estas situaciones difíciles y le va a contar a otra persona que atraviesa por una situación similar a la suya qué significa para usted la desaparición forzada, qué ha aprendido de esa experiencia, cómo ha podido manejar las dificultades propias de la desaparición y qué es importante que la persona tenga en cuenta para estar mejor. Una vez elaborada, se lee la carta y el/la consultante se la puede quedar para que recuerde lo que ha sido importante para él/ella en este proceso. Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.
	Se hace el cierre valorando los esfuerzos e indicando la atención llega hasta este momento. Comunique que el Papsivi mantiene "la puerta abierta" en caso de ser necesario. Se hace la despedida.

6.11. Afrontamiento del tránsito en la identidad de los NNAJ víctimas de reclutamiento ilícito

6.11.1. Justificación

El momento del curso de vida en el que se encuentran los NNAJ y las particularidades propias del proceso de desvinculación al grupo armado ilegal permiten generar transformaciones que pueden ser configuradas como afectaciones psicosociales. Para cualquier, ser humano el cambio de vida, de contexto, de relaciones, de realidad desencadena alteraciones en las formas de ser, estar, hacer y tener, modificando a su vez la autopercepción y la autoimagen. La identidad no es una categoría estable o estática que determina al ser humano, es un proceso dinámico que se reconstruye con el paso de la vida y a medida que se experimentan eventos significativos.

Es importante atender el proceso generado en el tránsito de la identidad que tienen los NNAJ que pasan de pertenecer a un grupo armado ilegal a construirse como ciudadanos con nuevas expectativas y realidades. De no ser atendido adecuadamente, este cambio puede afectar su bienestar psicosocial.

Objetivos

- Asumir el tránsito de identidad relacionado con el proceso de desvinculación del NNAJ al grupo armado.
- Facilitar el reconocimiento y aceptación de nuevos cambios en la identidad del NNAJ.

Insumos para Indicadores de proceso

- El NNAJ entiende que la identidad no es estática y que se construye cotidianamente a partir de su interacción con el contexto.
- El NNAJ logra construir narrativas de sí mismo/a distintas a las construidas al interior del grupo armado.
- El NNAJ reconoce su cuerpo, lo acepta y logra articularlo en la expresión de su identidad.

6.11.2. Recomendaciones generales

- El/la profesional psicosocial debe evaluar sus prejuicios alrededor de la posibilidad de cambio que tienen los NNAJ desvinculados. Recuerde que todos los seres humanos tenemos la capacidad de reinventarnos y avanzar según las circunstancias y el contexto.

- La identidad es un proceso que se articula con la autonomía, la expresión de emociones, el sentido de vida y las relaciones sociales, y asimismo no se pueden desconocer aspectos identitarios relacionados con la corporalidad y la orientación sexual.

- Recuerde que parte del logro en la atención terapéutica se basa en el respeto que tenga por el NNAJ, por la capacidad genuina de entablar diálogos generativos con él o ella, en su disposición a dejar posturas de experto.

- Esté atento/a a registrar los efectos que se generan en cada NNAJ luego de cada sesión. Ello le permitirá comprender mejor el camino a seguir.

- El NNA es quien determina cómo se siente más cómodo/a al referirse a sí mismo/a, no le imponga una categoría o rótulo que pueda afectar y hacer daño. Es importante preguntarle cómo quiere que nos dirijamos a él o ella.

6.11.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un acercamiento comprensivo y respetuoso que permita un espacio de diálogo y reflexión, para identificar niveles de afectación producidos por los hechos victimizantes, reconociendo sus capacidades y recursos de afrontamiento. 2. Identificar en forma conjunta las áreas para llevar a cabo acciones de mitigación del daño psicosocial.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1.4.

Sesión 2

objetivo

1. Reflexionar sobre las distintas posibilidades de expresar la identidad a partir del contexto con el cual se interactúa.
2. Fortalecer la noción de identidad como un constructo dinámico en los NNAJ.

actividades

Apertura de la sesión

El/la profesional inicia recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó.

Desarrollo de la sesión

Invite al NNAJ a que escriba o dibuje su biografía acentuando en los eventos más significativos e importantes de su vida:

"No privilegie momentos percibidos como malos o buenos, permita que surjan naturalmente y utilice esto como recurso. Recuerde que nuestra narrativa de vida está conformada por diversas situaciones que son igual de importantes para estructurar lo que somos aquí y ahora".

Indíquele al NNAJ que escriba o dibuje su vida hasta el día de hoy. Motívelo/a a realizar una retrospección en donde logre identificar el rol y las funciones que tenía en cada uno de los momentos descritos, las personas que lo acompañaban y las emociones que pudiera sentir.

Cuando termine de escribir o dibujar, pídale que él o ella misma exponga su biografía.

A medida que se narra la biografía, entable un diálogo que puede orientarse con las siguientes preguntas:

¿Lugar de nacimiento?, ¿Posición dentro de su familia de origen?, ¿Por qué cree que le pusieron ese nombre? ¿Qué es lo que más recuerda de su infancia? ¿Qué le gustaba hacer en cada uno de los momentos de su vida hasta hoy? ¿Qué cambios percibe en sí mismo/a a medida que se narra? ¿Qué cambió en usted con el ingreso al grupo armado? ¿Qué cambió en usted con su salida del grupo armado?

¿Qué conserva de usted mismo/a hoy, de todo lo que narra en su biografía? ¿Por qué se han mantenido esos aspectos?

Si tuviera que definirse hoy con cinco palabras después de escribir esa biografía, ¿cuáles serían?

objetivo	actividades
	¿Cuál versión de usted mismo/a le gustó durante la narrativa de su biografía? ¿Por qué? ¿Qué podría hacer para mantenerla o retomarla? ¿Cuál versión de usted mismo preferiría no repetir? ¿Por qué? ¿Qué título le pondría a su biografía? Esté atento/a a reconocer las situaciones que sobresalen en el relato con el fin de direccionar la conversación al reconocimiento apreciativo de las distintas versiones del sí mismo/a durante la narrativa de la biografía.
	Cierre de la sesión ¿Qué emociones le generó hablar y escribir la biografía? ¿Qué aprendizajes se posibilitaron con el ejercicio? Agradezca al NNAJ la disposición a exponer su vida, reiterando la importancia de seguir escribiendo eventos significativos todos los días. Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca alguna habilidad o fortaleza identificada en el NNAJ.
Recursos logísticos	Materiales de papelería.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Identificar aspectos personales que permiten interactuar con los otros.	Apertura de la sesión Es importante retomar los aprendizajes y reflexiones que tiene del encuentro anterior.
	Desarrollo de la sesión Invite al NNAJ a pensar en aquellas situaciones personales que nos gustan o disgustan de nosotros mismos. Usted como profesional psicosocial puede dar un ejemplo de algo que no le guste y algo que sí de usted mismo/a. Si lo considera pertinente, puede hablar en términos de cualidades y aspectos por mejorar. Ahora, en una hoja en blanco pídale al NNAJ que conteste las siguientes preguntas: ¿Qué es lo que más le gusta de las personas? ¿Qué cualidades o habilidades le gusta que la gente demuestre? ¿Qué le genera a usted la manifestación de esas cualidades? ¿Qué es lo que más le cuesta aceptar o que le molesta de los demás? ¿Qué puede hacer para aceptar a los demás, incluso con eso que le molesta? ¿De usted, qué aspectos personales considera que son molestos para las personas que están a su alrededor? ¿Qué puede hacer para favorecer que los otros lo/la acepten tal cual es? ¿De usted, qué aspectos personales considera que son importantes para las otras personas? ¿Qué cualidades destacan los demás de usted? ¿Usted que hace para mantener esas cualidades? Debe tener muy presente la posibilidad de entrar a reflexionar de manera apreciativa y respetuosa aquellas cosas que los NNAJ están dispuestos a cambiar de sí mismos/as para entablar relaciones con los otros. Además, puede preguntar: ¿Qué cosas han cambiado en usted después de su desvinculación? ¿Qué cosas permanecen en usted después de la desvinculación? ¿De qué le ha servido conservar esas cosas? ¿Cómo le gustaría ser en el futuro?

objetivo	actividades
	No se olvide que no debemos juzgar o caer en criterios de lo bueno o lo malo, sino en cambio permitir la reflexión y permitir una meta-observación en donde los NNAJ puedan hacer una mirada reflexiva hacia sí mismos/as en contexto.
	Cierre de la sesión Reconozca la importancia de mantener presente esta conversación y de seguir reflexionando acerca de quién es el NNAJ en relación con los otros. Indague acerca de emociones o sensaciones que puedan quedar abiertas con este ejercicio, recordándole que es importante pensar que la identidad se construye gracias a la relación con otros y otras. Nuestra identidad se sostiene en relación a los diálogos que sostenemos con otros, de tal forma que es gracias a lo que otros que se logran pautar relaciones. Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca alguna habilidad o fortaleza identificada en el NNAJ.
Recursos logísticos	Hojas, esfero.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Reflexionar sobre las distintas posibilidades de expresar la identidad a partir del contexto con el cual se interactúa. 2. Fortalecer la idea de identidad como un constructo dinámico en los NNAJ.	**Apertura de la sesión** Inicie recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y pregúntele si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó. **Desarrollo de la sesión** Con el fin de conocer y comprender cómo el NNAJ asume los diferentes roles de la vida y cómo estos dan cuenta de la forma en que ha construido y se encuentra construyendo su identidad, plantee la técnica performativa de Juego de Roles: dígale que van a representar diferentes momentos de su cotidianidad, y que usted hará parte del desarrollo de las escenas. Se sugerirán los siguientes escenarios, en donde el NNAJ elegirá el rol del/la profesional y el NNAJ asumirá su propio rol. Primer escenario: ¿Cómo soy cuando estoy solo? El/la profesional podrá asumir un rol de ambientación del lugar. Segundo escenario: ¿Cómo era yo en el grupo armado? Tercer escenario: ¿Cómo soy ahora cuando estoy con mis amigos? Cuarto escenario: ¿Cómo soy cuando estoy en el colegio, el trabajo, el barrio, con mi familia, etc.? Nota: Esté pendiente de las emociones, de las conductas verbales y no verbales y de los diálogos que surjan. Desde el rol que va a asumir, busque que el NNAJ sea muy descriptivo ante la situación. Al finalizar el Juego de Roles, pregúntele: ¿Qué de lo que soy cambia cuando me encuentro en estos lugares? ¿Qué de lo que soy se mantiene? ¿Qué diferencia mi identidad ahora respecto de quien era en el grupo armado? Señale que todo lo anterior hace parte de la identidad que tiene como NNAJ, que es la identidad la que permite asumir diferentes roles en la vida, como lo es el de niño/niña/adolescente, hijo/hija, hermano/hermana, amigo/amiga, estudiante, entre otros.

objetivo	actividades
	Cierre de la sesión Finalice reflexionando acerca de la posibilidad de cumplir distintos roles dependiendo del contexto, asimismo la posibilidad de que la identidad cambie con el paso del tiempo y se reconstruya a partir del tránsito en el curso de vida. Al final, pregúntele: ¿Quién quieres ser de aquí en adelante? Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca alguna habilidad o fortaleza identificada en el NNAJ.
Recursos logísticos	Ninguno.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Generar narrativas de identidad a partir del reconocimiento corporal del NNAJ.	Apertura de la sesión Pregúntele al NNAJ acerca de los aprendizajes o reflexiones que le dejó la sesión anterior.
	Desarrollo de la sesión Nota: El/la profesional psicosocial puede realizar paralelamente este mismo ejercicio, con el propósito de fortalecer la empatía y el diálogo, haciéndole ver al NNAJ que no hay ningún problema para hablar de nosotros mismos. En un pliego de papel, ayude al NNAJ a dibujar su propio contorno o figura. Puede sugerirle que se acueste sobre el papel mientras usted traza con un marcador la silueta del cuerpo.

objetivo	actividades
	Una vez levanten el papel y lo puedan pegar a la pared, continúe el ejercicio preguntando al NNAJ de manera empática cómo se ve ahí reflejado/a. Si se presta el momento, pueden hacer comentarios jocosos acerca de las figuras, aprendiendo a reírse de sí mismos/as. Pídale que en cada parte del cuerpo o contorno dibujado en el papel conteste: ¿Para qué sirve esa parte del cuerpo? ¿Qué es lo que más le gusta de esa parte del cuerpo? ¿Existe algo que no le guste de esa parte del cuerpo? ¿Qué pasaría si no tuviera esa parte del cuerpo? ¿Qué ha cambiado en este cuerpo desde la desvinculación? Con las respuestas, permita entablar un diálogo reflexivo que invite a construir aceptación de la corporalidad, dando paso al fortalecimiento de la identidad. Esté atento/a y dispuesto/a a reconocer emociones y pensamientos que puedan dar entrada a nuevas reflexiones acerca de la identidad y la corporalidad. Identifique si se accionan aspectos en la narrativa del NNAJ que sea necesario contener o potencializar. Invite a pensar que el cuerpo es una parte de la identidad y que se complementa con aspectos psicosociales. De igual forma, dialogue con el NNAJ acerca del cuerpo como una imagen de lo que somos: ¿Su cuerpo refleja lo que usted es? ¿Su cuerpo expresa sus emociones, pensamientos? ¿De qué forma? ¿Cómo adorna su cuerpo (tatuajes, bisutería, accesorios, forma de vestir, etc.)? ¿Qué quiere comunicar con esos adornos de su cuerpo?

objetivo	actividades
	Cierre de la sesión Cuide que el NNAJ no se retire del encuentro con emociones que puedan alterar su bienestar. Puntualice en la importancia de asumir y aceptar nuestro cuerpo, independientemente de sus características, dejando ver las posibilidades y no las limitaciones que permite tener el cuerpo que se tiene. De igual forma, invite a mantener la reflexión acerca del cuerpo como un canal de comunicación con los otros, en donde expresamos quiénes somos. Al finalizar, pregúntele: ¿Qué aprendizajes quedan después de ese ejercicio?
Recursos logísticos	Pliegos de papel, marcadores, cinta pegante.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Evidenciar transformaciones identitarias a partir de la desvinculación del NNAJ. 2. Fortalecer recursos de afrontamiento frente al tránsito identitario.	Apertura de la sesión Indague acerca de los aprendizajes, las reflexiones o las expectativas que le dejó la sesión anterior. Desarrollo de la sesión Facilite hojas y colores al NNAJ con el propósito de que se dibuje en una de ellas tal cual él o ella se recuerda antes del reclutamiento ilícito. En otra hoja, invítelo/a a que se dibuje tal como se recuerda estando al interior del grupo armado. Y en la tercera hoja, pídale que se dibuje tal cual se percibe el día de hoy.

objetivo	actividades
	A medida que realiza cada uno de los dibujos, realice las siguientes preguntas: ¿Cómo te decía o te dice la gente a tu alrededor en ese momento de tu vida? ¿Cómo te nombraban? ¿Tenías algún apodo, alias, diminutivo de tu nombre? ¿Cuáles eran o son los gustos en ese momento que dibujaste? ¿Qué te gustaba o te gusta de ti mismo/a en ese momento que dibujaste? ¿Qué cualidades o recursos? ¿Qué cosas importantes para tu vida aprendiste en ese momento que dibujaste? ¿Qué cosas puedes agradecer de ese momento? ¿Cómo te vestías o te vistes en ese momento? ¿Podías o puedes elegir lo que te ponías? ¿En ese momento podías o puedes expresar libremente quien eras-eres? ¿Tus gustos, preferencias, ideas, molestias? ¿Qué cosas no te gustaban o te gustan de ti en ese momento? ¿Cómo te sentías contigo mismo/a en ese momento? Al finalizar los tres dibujos y responder las preguntas por cada uno de los momentos, facilite un diálogo comparativo entre las respuestas y los dibujos. Esté atento/a a destacar cambios entre los dibujos, recordando la transformación que los seres humanos vamos teniendo a lo largo de nuestro curso de vida. Haga evidente la transformación y dinámica que ha tenido el NNAJ con el paso del tiempo, recordando que dicha transformación continuará en el futuro. Invítelo/a a rescatar esos aspectos positivos que se mantienen con el paso del tiempo y también a reconocer la desaparición de aspectos que no son recordados como agradables de sí mismo/a. Focalice el diálogo en la idea de las posibilidades que se abrieron con la salida del grupo armado. La generación de nuevas alternativas para construir una identidad distinta a la mantenida durante el reclutamiento. Si es que acaso el NNAJ manifiesta no tener o sentir cambios en su identidad luego de la salida, explore las causas y permita la libre expresión de las intenciones de seguir siendo el/la mismo/a.

objetivo	actividades
	Oriente la conversación con las siguientes preguntas sugeridas: ¿Qué emociones te genera realizar los tres dibujos? ¿Qué has ganado en términos personales, para ti mismo/a, luego de la desvinculación? ¿Qué diferencias son evidentes en tu identidad y en quién eres luego de la desvinculación? ¿Tienes claro que ese/a que eres el día de hoy, acá frente a mí, hace parte de todo el recorrido que tuviste en tu vida? ¿Quién eres hoy? ¿Cómo te perciben las personas a tu alrededor? ¿Qué cualidades destacan de ti? Retome todas las ideas surgidas en este diálogo y elabore una reflexión que permita fortalecer en el NNAJ la idea de la capacidad de transformarnos con el paso del tiempo. Recuérdele, además, que no somos lo que hacemos. Que nuestra identidad, aunque se nutre de él, no está determinada por nuestro pasado. Que siempre tenemos la oportunidad de reinventarnos en el transcurso de nuestra vida.
	Cierre de la sesión Indague acerca de aprendizajes y emociones generados en esta sesión. Trate de que el NNAJ no se vaya con dudas o emociones desbordadas. Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca alguna habilidad o fortaleza identificada en el NNAJ.
Recursos logísticos	Elementos de papelería, colores, hojas.

Sesión 7

objetivo

1. Reconocer y fortalecer recursos identitarios para la construcción del horizonte de vida.
2. Reconocer la posibilidad de construir mejores mundos sociales a partir del desarrollo de la identidad.

actividades

Apertura de la sesión

Pregúntele al NNA acerca de los aprendizajes o reflexiones que le dejó la sesión anterior.

Desarrollo de la sesión

Realizando una introducción empática y llena de reconocimiento hacia el NNAJ, sugiera un espacio para pensar acerca de quiénes somos en relación con los otros y los contextos en los cuales nos desenvolvemos.

Puede introducir metafóricamente la idea de la misión de vida, recalcando que posiblemente todos los seres humanos tenemos la posibilidad de aportar algo a la vida, dejar un legado, marcar positivamente la vida de alguien, trascender, y cómo, a partir de nuestra identidad y de quienes somos, podemos llevar a cabo dicho objetivo.

Dé su propia versión tomándose como ejemplo.

Valide y escuche qué opina el NNAJ y oriente la reflexión a abrir las posibilidades a pensar lo humano que hay en cada uno/una:

¿Cuál podrá ser nuestro papel en la vida? ¿Qué enseñanzas dejamos a los otros? ¿Cómo nos gustaría ser recordados? ¿Cuál es su objetivo u horizonte de vida? ¿Qué acciones concretas tendríamos que ejecutar para alcanzar ese objetivo? ¿Cómo la identidad que llevamos construyendo hasta el día de hoy nos permite acercarnos a ese objetivo?

Proponga al NNAJ que se piense dos años en el futuro.

¿Qué logros alcanzó? ¿Qué dificultades tuvo para alcanzarlos? ¿Qué recursos tuvo para alcanzarlos? ¿Qué se diría a sí mismo para alcanzar esos logros? ¿Qué diferencia encuentra entre quien es hoy y esa persona de dos años en el futuro (cualidades, características, particularidades)?

Permita un diálogo reflexivo alrededor de todo el ejercicio.

Cierre de la sesión

Indague acerca de aprendizajes y emociones generados en esta sesión. Trate de que el NNAJ no se vaya con dudas o emociones desbordadas.

Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca alguna habilidad o fortaleza identificada en el NNAJ.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.

6.12. Atención a casos de violencia sexual en NNAJ víctimas de reclutamiento ilícito

6.12.1. Justificación

La violencia sexual en el marco del conflicto armado y el reclutamiento ilícito de niñas, niños y adolescentes, como se planteó en la aproximación conceptual, puede ocurrir tanto a mujeres como a hombres y puede generar afectaciones con impacto físico, emocional e identitario, cuya manifestación dependerá de las formas en que cada NNAJ elabora los hechos. Sin embargo, es necesario no perder de vista que la violencia sexual puede ser naturalizada o normalizada en relación con: discursos de afecto que han rodeado los hechos de violencia, construcciones culturales y sociales sobre la infancia, la adolescencia, las relaciones de pareja, la jerarquía familiar, el cuerpo femenino, el cuerpo masculino, la sexualidad, entre otros.

En el caso del reclutamiento ilícito, puede naturalizarse a partir de lógicas propias de la guerra y el grupo armado, por ejemplo, cómo una práctica normal en las filas, como rito de paso o como forma legítima de castigo.

Al respecto, es importante considerar que la violencia sexual puede deberse a relaciones de carácter asimétrico (en términos de ejercicio del poder), por ejemplo, las que

se establecen entre niños, niñas, adolescentes y adultos. Estas, a su vez, pueden ser más profundas en su carácter asimétrico a partir de su interacción con otras dinámicas como la autoridad familiar, el miedo al daño propio o de otras personas significativas, la manipulación, la jerarquía militar, la amenaza a la vida, el adoctrinamiento, el castigo, la supervivencia, entre otros.

La violencia sexual, como transgresión del cuerpo en condiciones de ausencia de consentimiento o asimetría en las relaciones, tiene importantes impactos en su configuración, entendiendo dicho cuerpo como universo que es tanto físico como simbólico; que no se agota en la encarnación de nuestros sentires, pensares, haceres, sino que también da forma a las relaciones con otros cuerpos.

Entonces, se entiende que las afectaciones de esta forma de la violencia sexual son amplias y pueden estar vinculadas con: emociones, sensaciones físicas (que además pueden permanecer en el tiempo), la instalación de significaciones problemáticas sobre la sexualidad, el deseo, el gozo, las relaciones interpersonales, la intimidad, la feminidad, la masculinidad y el propio cuerpo. Pueden afectarse también vínculos con lugares de origen y universos culturales. De este modo, se hace necesario abordar diversas dimensiones de la vida dentro de la atención psicosocial, de acuerdo a lo que cada niño, niña y adolescente ha vivido, pide y necesita.

De este modo, se propone un abordaje desde el reconocimiento de las afectaciones corporales (físicas, emocionales y simbólicas), atravesado por categorías como identidad, horizonte de vida, emociones, relaciones y autonomía. Sin embargo, en interacción con estas categorías pueden considerarse también las sensaciones de dolor, malestar físico, extrañeza o rechazo al propio cuerpo, la culpa y la vergüenza, la autoestima, la construcción de roles de género, la orientación sexual y la sexualidad, los duelos, el miedo, la depresión, la ansiedad, el control sobre los sucesos y el curso de la vida.

Objetivos

- Reconfigurar narraciones frente al cuerpo y el sí mismo/a.
- Promover el reconocimiento y empoderamiento de recursos de afrontamiento.
- Favorecer el control sobre el curso de vida y la reconfiguración del horizonte vital, más allá del grupo armado y de las experiencias de violencia sexual.
- Favorecer el manejo de las emociones y sensaciones físicas relacionadas con la violencia sexual.

Insumos para Indicadores de proceso

- Elabora narraciones de reconocimiento, conexión y tranquilidad frente a su propio cuerpo y otros cuerpos (incluye dimensiones de la identidad como el género, la orientación sexual, la sexualidad, etc.).
- Reconoce y comprende las afectaciones sobre su vida, identificando y utilizando recursos de afrontamiento.
- Ha fortalecido su horizonte de vida trascendiendo las experiencias de violencia sexual y reclutamiento.

6.12.2. Recomendaciones generales

Si bien se ofrecen en este documento comprensiones sobre las afectaciones de la violencia sexual, cada uno de los NNAJ traerá una historia de vida distinta. A su vez, es importante tener en cuenta que el reclutamiento ilícito (como fenómeno del conflicto armado) genera complejidades y diversidades en sus propias expresiones. Use estas herramientas de manera creativa y pertinente para cada caso, buscando ampliar sus propias capacidades como profesional psicosocial. Sea flexible y permítase conocer cada historia particular, sin perder de vista las orientaciones básicas que se proponen.

Tenga en cuenta la manera en que el NNAJ se reconoce a sí mismo/a, en qué momento del curso de vida se ubica, sus orígenes y narrativas culturales y sociales, sus capacidades físicas y cognitivas. Procure que el proceso de atención sea diferencial, de acuerdo a las diversas características identitarias del NNAJ.

La violencia sexual abarca un amplio espectro de hechos y situaciones que no solamente se refieren a la penetración forzada, tocamientos o eventos que producen heridas físicas. Incluye también acoso, hostigamiento y comentarios no deseados.

La violencia sexual no siempre está atravesada por violencia física, intimidación o sometimiento forzado. Pueden ocurrir, por ejemplo, situaciones de manipulación del agresor a la víctima, otras donde la víctima da consentimiento para sobrevivir, ideas sobre las relaciones donde la mujer debe acceder a los deseos de su pareja sin importar sus propios deseos, entre muchas otras situaciones que se configuran como violencia sexual porque generan asimetrías de poder, donde la víctima no ha dado consentimiento libremente y donde existen sentimientos de temor, incomodidad, dolor, daño y confusión.

La violencia sexual, debido a las construcciones culturales y sociales sobre la masculinidad, la feminidad y la sexualidad, está atravesada por matices relacionados con el género y la orientación sexual. Tenga en cuenta el contexto de significado de las experiencias de violencia sexual en términos del momento, tiempo, lugar, situación, actores involucrados,

intenciones, narrativas sobre la violencia sexual, variables de género (la identidad de género de la víctima y el agresor, las narrativas sobre el género, etc.) y orientación sexual (por ejemplo: narrativas sobre las prácticas y deseos sexuales asignadas al género).

Sea sensible a los límites corporales y emocionales de cada NNAJ. Evite transgredir estos límites, ya que puede experimentarse como una revictimización.

Recuerde que es importante fortalecer la relación con el propio cuerpo y las trayectorias de vida, desde la autonomía, el empoderamiento y la autodeterminación. No imponga ideas, actividades, emociones, prácticas o significados que usted considere favorables.

Evite juzgar la importancia o gravedad de las experiencias de violencia sexual de acuerdo a sus propios prejuicios sobre esta. Lo determinante es la manera en que el NNAJ ha elaborado acerca de estas experiencias, cómo las ha sentido y la manera en que han afectado su vida cotidiana.

Use recursos de representación, ya que pueden ser útiles para el abordaje reparador de la violencia sexual en NNAJ.

6.12.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un acercamiento comprensivo y respetuoso que permita un espacio de diálogo y reflexión, para identificar niveles de afectación producidos por los hechos victimizantes, reconociendo sus capacidades y recursos de afrontamiento. 2. Identificar en forma conjunta las áreas para llevar a cabo acciones de mitigación del daño psicosocial.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1.4.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Generar un espacio de confianza y seguridad en el NNAJ. 2. Favorecer el reconocimiento mutuo como base de la relación terapéutica.	Apertura de la sesión Dé la bienvenida al NNAJ e indague cómo se siente y si hay algo en especial que haya pensado o hecho desde el último encuentro que quisiera compartir. Explique que este encuentro estará orientado a establecer una relación de confianza entre ambos. Plantee empezar hablando sobre gustos, intereses, preferencias, ideas de ambos. Puede retomar algunos elementos que haya identificado en el acercamiento y reconocimiento, pero recuerde que no se trata de establecer o definir un problema o necesidad psicosocial, sino establecer confianza. Invite al NNAJ a preguntar también sobre aquello que quiera saber sobre usted. Trate de que la conversación sea abierta y genuina, pero no comparta información que usted no quiera compartir.
	Desarrollo de la sesión Invite al NNAJ a responder a la pregunta: ¿Qué quisieras que yo supiera sobre ti? Invítelo/a a responder escribiendo un texto o haciendo un dibujo. Responda usted la misma pregunta en un texto o un dibujo y proponga al NNAJ compartir las respuestas. Hable sobre la importancia del mutuo reconocimiento, de la escucha y de la confianza durante el proceso. Explique que este espacio es seguro y está a disposición del NNAJ para hablar y trabajar sobre aquello que él o ella necesita, sobre lo que preocupa, molesta o quiere solucionar. Indague sobre qué significa esto para el NNAJ. Al finalizar, indique que cada uno va a hacer una lista de cosas para tener en cuenta durante los encuentros que van a ocurrir de aquí en adelante. Para desarrollarla, proponga las siguientes preguntas: ¿Qué quiero que pase? ¿Qué no quiero que pase? Compartan ambas listas, dialoguen sobre ellas y establezcan juntos(as) acuerdos para el desarrollo de las siguientes sesiones.
	Cierre de la sesión Reafirme los acuerdos construidos sobre las sesiones y recuerde aquello que el NNAJ trajo a la sesión sobre sí mismo/a. Proponga la frecuencia de los encuentros y acuerden juntos el lugar y la hora de estos. Reafirme: "Entonces nos veremos nuevamente…".
Recursos logísticos	Papel, lápices, colores, esferos.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Reconocer y trabajar sobre narraciones frente al cuerpo y el sí mismo/a. 2. Fortalecer autoconocimiento del NNAJ.	**Apertura de la sesión** De la bienvenida al NNAJ e indague cómo se siente y si hay algo en especial que haya pensado o hecho desde el último encuentro que quisiera compartir. **Desarrollo de la sesión** Inicie explicando: "Hoy propongo que hablemos un poco más sobre ti, tratando de identificar lo que sientes, piensas, recuerdas, lo que te sucede en este momento". En un cuarto de pliego de cartulina, dibuje una silueta humana. Explique al NNAJ: "El cuerpo está lleno de lo que sentimos, vivimos, queremos, pensamos y aprendemos. Usando esta silueta, vamos a hablar sobre ti". Entregue al NNAJ revistas, tijeras y pegante. Explíquele que en las revistas puede buscar cosas (imágenes, colores, diseños, palabras) que representen lo que siente (emociones y sensaciones corporales) y sus pensamientos. Invite al NNAJ a elegir en qué partes de la silueta quiere ubicarlas (cabeza, manos, pies, brazos, genitales o fuera de la silueta). Converse con el NNAJ sobre los sentires y pensamientos que elige, y sobre los lugares del cuerpo en donde los ubica. Una vez haya terminado la cartografía corporal, indague sobre los eventos o experiencias de su historia de vida, que el NNAJ relaciona con las emociones y pensamientos que ha expresado. Puede traer en este momento lo compartido por el NNAJ durante el momento de Acercamiento y Reconocimiento, relacionado con las experiencias de violencia sexual. Indague que sentires y pensamientos están ligados con dichas experiencias y cómo se relacionan con la parte del cuerpo en que las ubicó (esto puede ajustarse según la edad del NNAJ). Valide el relato compartido por el NNAJ, las emociones y las conexiones que hace con eventos o situaciones de su vida. Indague sobre la manera en que el NNAJ ha manejado estas emociones y pensamientos. Traiga a la conversación los recursos identificados en el momento de acercamiento y reconocimiento. Con un color que contraste con la cartografía, invite al NNAJ a poner estos recursos dentro de ella, cuidadosamente como pueden incluirse. **Cierre de la sesión** Explique que este ejercicio pudo haber movido muchas emociones. Indague cómo se siente el NNAJ ahora. Realice contención emocional. Favorezca la expresión de emociones utilizando la conversación para exteriorizarlas, comprenderlas y manejarlas.
Recursos logísticos	Un cuarto de cartulina, revistas, tijeras, pegante, marcadores, pequeños pedazos de papel.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Comprender y desnaturalizar la violencia sexual. 2. Identificar reconocimiento y movilización de recursos de afrontamiento del NNAJ.	**Apertura de la sesión** Abra la sesión recordando lo trabajado en la anterior. Invite al NNAJ a compartir si reflexiones, aprendizajes y transformaciones ocurridas desde el último encuentro. **Desarrollo de la sesión** Inicie la conversación señalando: "Hemos hablado sobre experiencias que fueron violentas para ti, que te han hecho daño". Continúe: "Hemos hablado también sobre las emociones, pensamientos y sensaciones que relaciona a esas experiencias, por ejemplo…". Proponga al NNAJ escribir en tiras de papel aquello que siente que ha sido violento contra su cuerpo y muéstrele una caja o bolsa pequeña. Explique: "Vamos a poner estas acciones violentas en esta caja, así las vamos sacando de tu cuerpo y las ponemos aquí, donde tú puedes decidir qué hacer con ellas". Realicen el ejercicio, invitando mientras tanto al NNAJ a hablar sobre sus emociones. A continuación, sugiérale al NNAJ a ponerle un nombre a la caja (Por ejemplo: cosas que me lastiman). Pregúntele al NNAJ qué efectos cree que han tenido estas acciones violentas en su vida y cómo las ha enfrentado. Permítale contestar. Hile este relato con lo evidenciado en el momento de acercamiento y reconocimiento y en sesiones previas. Posteriormente, indague qué quiere hacer con la caja. Si es algo que es fácilmente realizable, ayúdele a hacerlo. Si es una acción que se encuentra fuera del alcance, presente otras posibilidades que puedan realizarse y ayude al NNAJ a llevarla a cabo. A continuación, indague: ¿Qué significa para ti (acción que ha elegido el NNAJ)? ¿Por qué quieres hacerlo?

objetivo	actividades
	Proponga lo siguiente: "Es importante reconocer que hay experiencias que te han causado sufrimiento; que te han hecho sentir (utilice las emociones nombradas por el NNAJ) y que han afectado tu vida. Eso hace la violencia y la violencia tiene la intención de generar miedo, dolor, tristeza. Sin embargo, también es importante reconocer que hoy tú puedes tener control sobre esas experiencias y puedes enfrentarlas". ¿Cómo crees que puedes hacerle frente a la violencia? Hagan una lista de ideas. Haga notar los elementos que el NNAJ trae a la lista y que contrastan con acciones violentas.
	Cierre de la sesión Traiga de nuevo todas las fortalezas que el NNAJ ha identificado, no solo en esta sesión sino durante encuentros previos. Entréguele al NNAJ un pequeña mandala y explique que este mandala simboliza sus recursos y fortalezas. Invítelo/a a colorearla de afuera hacia adentro, escogiendo colores que representen sus recursos y fortalezas. Al terminar, indague cómo se siente, con qué emociones se va y asegúrese de que se encuentre estable emocionalmente.
Recursos logísticos	Tiras de papel blanco (aproximadamente de 2 cm de ancho), caja o bolsa pequeña, marcadores, mandalas, colores.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Identificar, reconocer y fortalecer recursos de afrontamiento en el NNAJ.	**Apertura de la sesión:** Abra la sesión recordando lo trabajado en la anterior. Invite al NNAJ a compartir sus reflexiones, aprendizajes y transformaciones ocurridas desde el último encuentro. **Desarrollo de la sesión** Inicie explicando: "Vamos a profundizar en recursos y fortalezas que ya has identificado en ti mismo/a". Invite al NNAJ a escoger una figura que le guste y que le represente (por ejemplo: un círculo, una estrella, un rombo, un triángulo, un cuadrado, una espiral, etc.). Proponga: "Vamos a hacer de cuenta que esa figura es tu cuerpo. Hoy te convertiste en (forma elegida) y vas a llenarte de todas las cosas que sabes hacer, que te gustan, que te interesan, de tus fortalezas y tus recursos". Traiga a la conversación aquello que el NNAJ le ha dicho que disfruta en el presente, que le interesa, que le gusta hacer y recuerde los recursos que han identificado durante el proceso. Trabajen sobre las dimensiones del ser, el tener el estar y el hacer. Proponga una conversación sobre cómo esos recursos han sido útiles para afrontar situaciones difíciles. Haga visibles conexiones entre situaciones difíciles y recursos, exaltando los resultados positivos de la puesta en marcha de recursos. Corten una silueta pequeña de la figura que ha elegido e invite al NNAJ a llenarla con todos esos elementos haciendo dibujos o decorándola como desee. Hable con el NNAJ sobre lo que significa cada elemento que va poniendo.

objetivo	actividades
	Al terminar, pregúntele al NNAJ qué quisiera hacer con este objeto y por qué. Valide la decisión. Explique: "Tu cuerpo ha sido afectado por experiencias violentas. Sin embargo, también está lleno de aquello que te hace fuerte y te permite afrontar lo difícil. Hoy hemos visto y celebrado todo esto". Indague cómo se siente el NNAJ después de la actividad y de qué manera puede usar sus recursos frente a emociones, recuerdos y pensamientos que le afectan de manera negativa.
	Cierre de la sesión Traiga de nuevo todas las fortalezas que el NNAJ ha identificado no solo en esta sesión sino durante encuentros previos. Indague cómo se siente, con qué emociones se va y asegúrese de que se encuentre estable emocionalmente.
Recursos logísticos	Cartulina, escarcha, lanas, marcadores permanentes y otros materiales que puedan servir para la actividad expresiva.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Reconocer, expresar y manejar las emociones de los NNAJ.	Apertura de la sesión Inicie recordando lo trabajado en la sesión anterior e invite al NNAJ a hablar sobre cómo se ha sentido desde el último encuentro y cómo ha usado sus recursos.
	Desarrollo de la sesión Explique que para esta sesión se va a trabajar sobre las emociones. Para la actividad se van a usar dos espejos: uno para usted y otro para el NNAJ (puede utilizarse también un espejo grande para ambos). Explique:

objetivo	actividades
	"Las emociones se perciben en el cuerpo y se expresan con el cuerpo también. Por ejemplo, cuando a una persona algo le parece muy gracioso, se ríe, o cuando está nerviosa puede sentir un vacío en el estómago". Para identificar diferentes emociones y cómo impactan en el cuerpo, usando el espejo, invite al NNAJ a "hacer caras" de acuerdo a las emociones que van nombrando. Usted puede darle una emoción para que él o ella la represente usando su rostro y él o ella puede darle una a usted para que haga lo mismo. Elaboren una lista de las emociones que han trabajado. Posteriormente, pregunte: ¿Qué emoción sientes en el presente que te preocupa, te molesta o quisieras transformar? Si en encuentros anteriores ya han establecido cuáles son las emociones que quisiera transformar, proponga las que ya han discutido y permita que el NNAJ elija una o varias. Si existe una emoción que sea especialmente problemática en la vida del NNAJ, concéntrese en ella. Profundice acerca de la emoción a trabajar: ¿Qué situaciones o eventos desencadenan esta emoción? ¿Qué sientes en tu cuerpo cuando esta emoción se presenta? ¿Cómo la expresas? ¿Qué pasa cuando la expresa? Haga visibles las comprensiones elaboradas por el NNAJ sobre sus emociones y proponga: "Pensemos ahora si podrías hacer algo distinto cuando te sientes (use el nombre de la emoción elegida). ¿Tienes alguna idea sobre qué podrías hacer para manejar esta emoción?
	Cierre de la sesión Finalice realizando un ejercicio de respiración, de tensión distensión, o de control emocional desde el cuerpo. Explique que la respiración y el movimiento pueden ayudar a manejar las sensaciones físicas de las emociones y, por lo tanto, puede usar la respiración o el movimiento cuando se sienta abrumado emocionalmente.
Recursos logísticos	Dos espejos.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Reconocer, trabajar y fortalecer el horizonte de vida del NNAJ.	**Apertura de la sesión** Inicie la sesión con un breve resumen de la sesión anterior y de lo que el NNAJ quiera compartir sobre la última semana.
	Desarrollo de la sesión Explique que para este encuentro se propone trabajar sobre lo que él o ella quisiera para su futuro cercano o lejano. Para empezar, se trabajará sobre un relato (puede ser escrito o dibujado, como sea más fácil y cómodo para el NNAJ), donde el NNAJ exprese: ¿Quién soy yo? ¿De dónde vengo? ¿Qué es importante para mí ahora? Una vez haya terminado esta parte, puede continuar con: ¿Qué quisiera para más adelante? ¿Por qué es importante esto? A continuación, proponga al NNAJ escribir los pasos necesarios para alcanzar estos objetivos, señalando que los planes de vida deben ser flexibles, crecer y transformarse junto con la persona que los construye. Indague: ¿De alguna manera la violencia que has sufrido puede interferir en algo el alcanzar estos objetivos? ¿Hay algo en tu presente que pueda interferir en alcanzar estos objetivos? Si hay elementos en el relato del NNAJ que son difíciles de materializar o lograr en el momento (por ejemplo: volver con su familia de origen, pero existen barreras para hacerlo), explique la situación. Destaque motivaciones, cambios, fortalezas, objetivos, relaciones importantes, etc.
	Cierre de la sesión Construyan una lista de cosas que el NNAJ puede hacer actualmente. Explique que la próxima será la última sesión y recuerde la fecha, lugar y hora.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.

6.13. Afrontamiento de la culpa en NNAJ víctimas de reclutamiento ilícito

6.13.1. Justificación

El paso por grupos armados está atravesado por hechos violentos que cada NNAJ experimenta y significa de diversas maneras de acuerdo a múltiples variables, por ejemplo: las condiciones de su reclutamiento, la manera en que se ha relacionado con el grupo armado, la manera en que ha asumido y apropiado sus discursos, ideologías y luchas políticas, sus experiencias en el tiempo de vinculación, sus procesos de adaptación a la vida después de su desvinculación, en incluso, a sus orígenes culturales.

De este modo, cada experiencia de reclutamiento ilícito será particular, pero para algunos NNAJ el recuerdo de la perpetuación de hechos violentos (ya sea porque siempre representaron un conflicto para el NNAJ, o porque el conflicto se genera en relación a la transición entre contextos de socialización), la presencia de recuerdos de hechos violentos sobre su cuerpo (por ejemplo, violencia sexual, castigo, heridas en combate), las pérdidas (completas o parciales), las rupturas (con territorios, la vida armada, el grupo armado, etc.) e incluso la relación consigo mismo/a pueden estar vinculados con sentimientos de culpa que interfieren en sus vidas.

El manejo de la culpa en el marco del reclutamiento ilícito plantea la necesidad de revisar y comprender las maneras en que se entiende y se utiliza la violencia al interior de los grupos armados, entendiendo que esta adquiere significados en las lógicas amigo/enemigo, de jerarquía,

de obediencia, defensa, seguridad, protección, lucha por una causa, eliminación de un peligro o un daño, etc.

Es de considerar, también, la manera en que estas lógicas fueron y son evaluadas por el NNAJ, teniendo en cuenta que, en un orden individual, se le otorga significado a las acciones y las prácticas a través de las relaciones y en el marco de contextos sociales y culturales. Implica, entonces, comprender que al interior de los grupos armados y en la guerra se construyen discursos que legitiman prácticas violentas, ya sea entre miembros de un mismo grupo, hacia la población o hacia aquellos identificados como enemigos, y estos discursos pueden tener correlatos ideológicos que refuerzan su sentido y validez. De este modo, la culpa puede estar asociada a tensiones con los discursos del grupo armado y la guerra antes, durante o después del reclutamiento.

Por otro lado, la culpa también puede estar relacionada a expectativas del deber ser y el deber hacer; por ejemplo, con lo que el NNAJ debió haber sido o debió haber hecho en un momento determinado de su vida. En este sentido, también pueden tener vínculos con sus roles asignados (o asumidos) al interior de su familia, de su comunidad y del grupo armado, con la búsqueda de la coherencia ideológica, con lo que debe ser y hacer un guerrero, etc.

Se propone un abordaje que permita la comprensión de los sucesos que generan culpa en cada NNAJ, de los valores e ideas que rodean los hechos, de las formas de afrontar y entenderlos en su momento de ocurrencia y en el presente. Que permita también la contextualización de los hechos para su resignificación, la solución de conflictos consigo mismo y con otros, y el enriquecimiento de autorrelatos más allá de los sentimientos de culpa.

Objetivos

- Favorecer la construcción de narrativas más allá de la culpa.
- Facilitar la comprensión de contextos de los hechos y su resignificación hacia la solución de conflictos consigo mismo/a y con otros
- Promover el reconocimiento y empoderamiento de recursos de afrontamiento, incluyendo aquellos para el manejo de las emociones.

Insumos para Indicadores de proceso

- Elabora narraciones de sí mismo/a que trascienden la culpa y los hechos que la generaron.
- Elabora narraciones comprensivas de los hechos y los ha resignificado, solucionando conflictos consigo mismo/a y con otros.

6.13.2. Recomendaciones generales

Evite emitir juicios de valor con relación a las experiencias que comparte con usted el NNAJ, y favorezca la comprensión de lo sucedido, de las pautas de comportamiento, las narrativas y las circunstancias que rodearon las acciones o hechos que le generan culpa.

No trate de suprimir los sentimientos de culpa. Ponga en juego comprensiones alternativas sobre lo sucedido, promueva el enriquecimiento de las narraciones y genere conversaciones y actividades que favorezcan la resignificación.

No juzgue a los NNAJ ni proponga ejercicios de perdón o reconciliación con base en sus prejuicios. Facilite la reparación simbólica del daño y los ejercicios de perdón cuando el NNAJ exprese que los necesita y que desea hacerlos.

Recuerde que el paso por grupos armados, incluso cuando es voluntario y posterior a la desvinculación sigue siendo asumido como una experiencia legítima, puede generar culpa relacionada con hechos concretos. Lo importante es la manera en que el NNAJ entiende y significa sus propias experiencias.

6.13.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un acercamiento comprensivo y respetuoso que permita un espacio de diálogo y reflexión, para identificar niveles de afectación producidos por los hechos victimizantes, reconociendo sus capacidades y recursos de afrontamiento. 2. Identificar en forma conjunta las áreas para llevar a cabo acciones de mitigación del daño psicosocial.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1.4.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Generar un espacio de confianza y seguridad en el NNAJ. 2. Profundizar en el autorrelato del NNAJ, favoreciendo el autoconocimiento.	**Apertura de la sesión** Dé la bienvenida al NNAJ e indague cómo se siente y si hay algo en especial que haya pensado o hecho desde el último encuentro que quisiera compartir. Explique al NNAJ que durante esta sesión se trabajará sobre quién es él o ella: "Cada persona tiene uno o varios relatos sobre quién es. De esta manera se presenta, se relaciona con otras personas y con diferentes contextos. Es importante que yo sepa quién eres tú, y que tú sepas quién soy yo, para que construyamos entre los/las dos una relación de confianza. También es importante profundizar en quién eres tú, para que podamos empezar a trabajar en lo que te preocupa o te interesa". **Desarrollo de la sesión** Invite al NNAJ a hacer un autorretrato (un dibujo, pintura o representación de sí mismo/a). Nota: Es importante que el/la profesional haga uno también. Cuando ambos hayan terminado. Indague: ¿Quieres contarme qué dibujaste sobre ti mismo/a? Permita que el NNAJ comparta con usted el dibujo. Haga preguntas para profundizar y generar reflexión. Cuando haya terminado, compártale usted su dibujo, contándole quién es usted y ofreciendo información que permita un reconocimiento mutuo y favorezca el establecimiento de una relación de confianza. Posteriormente, pregunte: ¿Hay algo más que quisieras saber sobre mí? Permita que el NNAJ le pregunte lo que desee y responda estableciendo límites en la información que usted no desee compartir.

objetivo	actividades
	Indague: ¿Qué crees que yo debo saber sobre ti? Retome el autorretrato elaborado por el NNAJ, y plantee: "Vamos a trabajar un poco más sobre este dibujo. ¿Crees que este dibujo habla de quién eres tú? ¿Qué le agregarías para hacerlo más tú? Permita que el NNAJ responda a las preguntas y que transforme el dibujo agregando los elementos que considere pertinentes: "Los seres humanos cambiamos todo el tiempo, ¿ese es un retrato de ti en este momento o representa tal vez otro momento de tu vida? Ubique las siguientes preguntas de acuerdo al momento de la vida con el cual el NNAJ relaciona su retrato. Indague por emociones, pensamientos, cosas significativas, hechos y sucesos alrededor de ese momento, por qué lo eligió. Si el NNAJ elige un momento de su vida pasada, indague cuál es la diferencia de ese momento con el presente. Invite al NNAJ a incluir todas las cosas que le va contando en su autorretrato (escribiendo o dibujando). Genere preguntas para profundizar y para motivar la reflexión del NNAJ sobre su relato.
	Cierre de la sesión Finalice haciendo visibles las emociones dominantes del relato. Si se habla directamente de la culpa o de elementos asociados con esta, retómelos y valide la manera en que el NNAJ se ha visto afectado. Resalte también posibles recursos y elementos que podrían potenciarse para enriquecer el relato. Para terminar, pregunte: ¿Cómo te sientes después de haber hablado de esta manera sobre ti?
Recursos logísticos	Papel, lápices, colores, esferos.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Facilitar la narración, comprensión y resignificación de los hechos que generan culpa.	**Apertura de la sesión** Abra la sesión recordando el encuentro anterior e invite al NNAJ a compartir reflexiones, pensamientos, aprendizajes o transformaciones que hayan ocurrido desde el último encuentro.
	Desarrollo de la sesión Explique que para esta sesión se trabajará sobre los hechos o acciones concretas que le han preocupado o le han generado emociones difíciles de manejar. Lleve a la sesión recortes de revistas, papeles de colores, objetos de diferentes texturas. Indague: ¿Puedes nombrar de alguna manera lo que te sucede o lo que sientes? Use el nombre que el NNAJ le da. Si el NNAJ no encuentra una manera de nombrarlo, ayúdele a hacerlo a través de la conversación. Ponga en juego la culpa como posibilidad de nombrar lo que siente y permita que el NNAJ decida si quiere llamarlo de otra forma. Propóngale buscar o construir un pequeño objeto o imagen que represente eso que le sucede o siente. Cuando lo haya elegido, pregunte: ¿Por qué esto representa lo que sientes (use la manera en que el NNAJ lo nombra)? ¿Por qué lo has elegido? Pídale que describa lo que siente y lo que le pasa. Tome una hoja blanca de papel y proponga al NNAJ ubicar el objeto o imagen donde desee en esa hoja de papel. A continuación, propóngale pensar en palabras relacionadas con ese objeto y escribirlas alrededor. Deténgase en cada una de las palabras e invite al NNAJ a explicar por qué esa palabra se relaciona con lo que siente o le pasa.

objetivo	actividades
	A medida que el NNAJ vaya proponiendo palabras y relatando sus experiencias en relación con ellas, haga preguntas que permitan aclarar lo sucedido, quiénes estuvieron involucrados, las situaciones alrededor de los hechos, imaginarios, lógicas, cuál es la acción o la ausencia de esta que carga el sentido de culpa (por ejemplo: le hice daño a otras personas, me hicieron daño y no me defendí, no pude proteger a…, etc.). Valide lo compartido por el NNAJ, reconozca el esfuerzo de hablar sobre esto. Indague cómo se siente el NNAJ después de esta conversación. Si se requiere, tome una pausa para contener las emociones. Para el siguiente paso se propone trabajar sobre las situaciones y contextos que rodearon los hechos narrados por el NNAJ. La idea de este momento no es reemplazar la culpa, sino abrir nuevas comprensiones que le permitan al NNAJ observar, reconocer y examinar los hechos desde otras miradas, favorecer la resignificación de lo sucedido y abrir camino para que el NNAJ encuentre acciones para resolver conflictos consigo mismo/a y con otros/as. Tome uno o varios de los hechos narrados por el NNAJ, y traiga de nuevo lo que él o ella ha dicho sobre los contextos en los que ocurrieron. Indague: ¿Qué creías que era importante en ese momento? ¿Qué pensabas? ¿Qué sucedía a tu alrededor? ¿Qué decían otras personas? ¿Crees que habrías podido hacer algo distinto? ¿Era realmente posible hacerlo? ¿Crees que eso que hiciste tuvo sentido en ese momento? ¿Por qué? Valide lo compartido por el NNAJ. Haga visibles las necesidades y exigencias alrededor de los hechos (por ejemplo: supervivencia, protegerse, escapar, evitar mayor daño, etc.). Explique (de ser necesario, entendiendo que hay casos en los que esta aclaración no aplica) que las acciones tienen sentido en relación a los contextos en que ocurren. Profundice un poco más en esta idea tomando ejemplos de lo relatado por el NNAJ. Resalte las acciones desplegadas de autocuidado, autoprotección, cuidado de los otros, reacción, etc. Destaque que los sucesos violentos pueden generar mucha confusión y movilizar muchas emociones. Hable con el NNAJ un poco más sobre esto.

objetivo	actividades
	Cierre de la sesión Al finalizar, indague: ¿Cómo te sientes después de esta conversación? ¿Por qué? ¿Qué te pareció importante de esta sesión?
Recursos logísticos	Hoja de papel blanco, marcadores, recortes de revistas, papel de colores, objetos con diferentes texturas.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Facilitar la movilización de recursos de afrontamiento y resignificación.	Apertura de la sesión Abra este encuentro recordando lo trabajado en la sesión anterior. Invítelo/a a hablar sobre sus reflexiones, ideas o experiencias desde entonces.
	Desarrollo de la sesión Proponga trabajar en esta sesión un poco más sobre lo que se desarrolló en la anterior. Traiga de nuevo el objeto o imagen que el NNAJ había elegido para representar lo que le sucedía o sentía. Muéstreselo y recuerde cómo el NNAJ lo había descrito antes o por qué lo había elegido. Pregúntele: ¿Cómo te sientes hoy en relación a este objeto? Escuche atentamente y valide transformaciones resultantes de su proceso. Proponga: "Hoy eso que sientes está presente fuera de ti en este objeto y puedes decirle lo que quieras. Te propongo que le escribas una carta".

objetivo	actividades
	Facilite papel y esfero y dé tiempo suficiente para que el NNAJ escriba o dibuje lo que quiere decirle a la culpa (o como se haya permitido nombrar lo que siente). Pregunte: ¿Te gustaría leerle la carta? Si el NNAJ decide hacerlo, valide lo que ha dicho y converse con él sobre el contenido. Refuerce nuevos significados sobre los hechos, las apuestas de transformación y los recursos que se identifiquen. Para pasar al siguiente momento, explique que la carta ha permitido que el NNAJ exprese emociones y necesidades frente a lo que le sucede. Proponga "Lo que quieres decirle a este objeto aclara qué quieres hacer y algunas acciones que podríamos poner en marcha. Quiero que hablemos un poco más sobre eso. ¿Qué crees que necesitas (o quisieras hacer) para sentirte tranquilo? Recojan una lista inicial de acciones y hablen sobre cómo podrían implementarse o, si es necesario, pensar en acciones que se encuentren al alcance del NNAJ.
	Cierre de la sesión Al finalizar, indague: ¿Cómo te sientes después de esta conversación? ¿Por qué? ¿Qué te pareció importante de esta sesión?
Recursos logísticos	Hojas de papel, esferos, colores, marcadores.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Reconocer y movilizar recursos para afrontar conflictos consigo mismo/a o con otros.	**Apertura de la sesión** Inicie conversando con el NNAJ sobre reflexiones, transformaciones y avances desde el último encuentro. **Desarrollo de la sesión** Tenga a mano tres sobres. Explique que para este encuentro se propone trabajar las relaciones consigo mismo/a y con otros y otras. Recuerde si algo de la lista trabajada al final de la última sesión tiene que ver con las relaciones o con el sí mismo, y coméntelo con el NNAJ. Plantee: "Parte de lo que te preocupa tiene que ver con las relaciones contigo mismo/a y con otras personas. Si pudieras tener contacto con estas personas o si pudieras hablar con ellas, ¿qué quisieras decirles? Converse con el NNAJ sobre su respuesta a esta pregunta: por qué es importante para él o ella decirles esto a estas personas, que transformaría. A continuación, pregunte: ¿Qué quisieras decirte a ti mismo/a? Converse nuevamente sobre la respuesta: por qué es importante decirse esto, qué podría transformar. Valide lo compartido por el NNAJ, resalte la motivación al cambio, los recursos identificados, las transformaciones de sentido frente a los hechos que generaban culpa. Resalte (si aplica al caso) el reconocimiento de los daños causados, procurando desnaturalizar la violencia y teniendo cuidado de no fortalecer sentimientos de culpa. Cuando terminen esta conversación, propóngale al NNAJ pensar en tres regalos: uno para él mismo, uno para las personas que se relacionan con los hechos que le han generado culpa y otro para las personas significativas para él o ella en el presente. Aclare que estos regalos no son materiales, sino buenos deseos o cosas inmateriales que quiera ofrecer (por ejemplo: deseos de paz, un mensaje de cariño, etc.). Pídale que dibuje o escriba cada obsequio en media hoja carta y que introduzca cada una en un sobre. Hable con el NNAJ sobre el sentido de cada regalo y sobre lo que quisiera hacer con cada sobre. Ponga en juego las realidades de lo que es posible hacer y lo que no es posible, presente alternativas incluyendo acciones simbólicas. **Cierre de la sesión** Finalice preguntando: ¿Cómo te sientes ahora? ¿Qué te pareció importante de la sesión de hoy?
Recursos logísticos	Hojas de papel media carta, marcadores, tres sobres.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Fortalecer el relato del NNAJ a partir de lo trabajado hasta el momento.	**Apertura de la sesión** Inicie recordando lo trabajado en la sesión anterior e invite al NNAJ a hablar sobre cómo se ha sentido desde el último encuentro y cómo ha usado sus recursos.
	Desarrollo de la sesión Explique que para esta sesión se requiere volver sobre el autorretrato realizado en el segundo encuentro. Muéstreselo e indague: ¿Qué sientes hoy al ver este retrato tuyo y al recordar esa conversación? ¿Crees que algo ha cambiado? Ponga una hoja de papel mantequilla sobre el retrato inicial e invite al NNAJ a hacer un nuevo retrato. Este nuevo retrato deberá mostrar sus nuevas ideas sobre sí mismo/a, cómo se ha sentido en las últimas semanas, los recursos que ha encontrado y puesto en marcha, etc. Si se hace necesario, recuérdelos. Al terminar, hable con el NNAJ sobre los elementos nuevos que incluyó, sobre lo diferente en este nuevo dibujo. Pregunte: ¿Cómo te sientes hoy con esa representación de ti mismo? Invítele a escribir las emociones alrededor del retrato. Valide las transformaciones y avances. Traiga a la conversación otros aspectos de la vida del NNAJ; indague si existen aspectos de su vida que se hayan transformado.
	Cierre de la sesión Explique que es importante seguir trabajando y fortaleciendo sus habilidades para manejar lo difícil y doloroso. Indague qué quiere seguir haciendo el NNAJ.
Recursos logísticos	Papel mantequilla, colores.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Reconocer y fortalecer el horizonte de vida del NNAJ.	**Apertura de la sesión** Se inicia la sesión con un breve resumen de la sesión anterior e invitando al NNAJ a hablar sobre reflexiones, aprendizajes y transformaciones desde el último encuentro.
	Desarrollo de la sesión Para empezar, posibilite una narración en donde el NNAJ exprese: ¿De dónde vengo? ¿Qué es importante para mí ahora? Una vez haya terminado esta parte, puede continuar con: ¿Qué quisiera para más adelante? ¿Por qué es importante esto? A continuación, proponga al NNAJ escribir los pasos que puede seguir para alcanzar estos objetivos. Recuérdele que en el camino pueden presentarse dificultades y que los planes siempre deben ser flexibles para adaptarse a retos y nuevas exigencias. Posteriormente, indague: ¿De alguna manera lo que has vivido puede interferir en la posibilidad de alcanzar estos objetivos? ¿Hay algo de tu presente que pueda interferir en alcanzar estos objetivos? Hable con el NNAJ sobre sus respuestas, identificando temores y preocupaciones, evaluando las diferentes situaciones. Resalte los recursos y aprendizajes del proceso que puedan permitirle continuar afrontando la culpa o sortear obstáculos. Destaque motivaciones, cambios, fortalezas, objetivos, relaciones importantes, etc.
	Cierre de la sesión Construyan una lista de cosas que el NNAJ puede hacer actualmente para continuar avanzando y cómo puede implementarla en su vida cotidiana. Explique que la próxima será la última sesión y recuerde la fecha, lugar y hora.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.

6.14. Afrontamiento de las emociones en NNAJ

6.14.1. Justificación

El conflicto armado ha generado en los NNA múltiples cambios en sus dimensiones personal, familiar, social y comunitaria. Es así como algunos NNAJ experimentan emociones de angustia, rabia, tristeza, dolor, miedo, confusión, entre otros, y no cuentan con un espacio para reconocerlos, expresarlos, manejarlos y reelaborarlos. Lo anterior ha llevado a que estas emociones se mantengan en lo privado del NNAJ, sin poder darle un lugar, sentido y trámite.

Asimismo, se reconoce que en los NNAJ hay sensaciones de incertidumbre y temor frente a su futuro, dado que el conflicto armado ha ocasionado cambios en los roles, en las trayectorias y en las expectativas de vida que dificultan la toma de decisiones y proyecciones a futuro.

Teniendo en cuenta lo anterior, esta orientación metodológica busca construir un espacio de confianza y seguridad en el que NNAJ pueda dialogar frente a sus emociones, intereses y deseos a futuro, reconociéndose sus particularidades, sentidos y significados.

Objetivos

- Generar un espacio de confianza y seguridad que permita la expresión de emociones.
- Reconocer, expresar y manejar las emociones que presenta el NNAJ alrededor de los hechos de violencia.
- Promover el fortalecimiento de los recursos para el afrontamiento y la toma de decisiones frente a su futuro.

Insumos para Indicadores de proceso

- El NNAJ reconoce, expresa y maneja sus emociones.
- El NNAJ activa y fortalece los recursos de afrontamiento y la toma de decisiones frente a su futuro.

6.14.2. Recomendaciones generales

Es importante que esta orientación metodológica se desarrolle, en lo posible, **con NNA que conocen de la existencia de los hechos de violencia de manera directa o en sus familiares, d**ado que la intención de la atención psicosocial no es inducir o anclar en el NNAJ la identidad de víctima del conflicto armado. Para esto, tenga en cuenta la información que brindó el/la familiar o cuidador/a durante el Momento de Acercamiento y Reconocimiento. En aquellos casos en los que el NNAJ no conoce de la existencia de los hechos de violencia, comprenda los significados que tiene frente al conflicto armado.

De acuerdo a lo planteado en el enfoque de curso de vida, tenga presente durante la atención psicosocial los referentes familiares, sociales, culturales e históricos que existen en el territorio frente al ser niño, niña o adolescente, sus capacidades, su desarrollo y necesidades de atención.

Es indispensable que este **proceso de atención individual que está llevando a cabo el NNA se complemente con el proceso de atención psicosocial desde la modalidad familiar**, pues desde la experiencia se ha reconocido que se obtienen mayores cambios en el NNAJ y se mantienen en el tiempo cuando su entorno familiar también se encuentra recibiendo atención psicosocial. Recuerde que el NNAJ hace parte de un sistema familiar con el cual interactúa y se relaciona constantemente para posibilitar su desarrollo y crecimiento. Teniendo en cuenta lo anterior, se realizarán

gestiones para que el NNAJ pueda iniciar un proceso familiar.

Principios metodológicos fundamentales para abordar de este tema en particular

Para el desarrollo de la orientación metodológica, es indispensable tener en cuenta lo siguiente:

- Es importante mantener durante todas las sesiones los acuerdos construidos en la sesión de Acercamiento y Reconocimiento, lo anterior con el fin de promover un espacio de confianza, respeto, diálogo y escucha.

- Respete los silencios —dado que estos también comunican— y use un lenguaje apropiado según sus capacidades, proceso de desarrollo y referentes culturales. Recuerde realizar preguntas lineales, reflexivas y circulares que sean claras para el NNAJ.

- Construya una relación horizontal con el NNA, que le permita sentirse validado y reconocido como sujeto de derechos. Para ello, es importante promover la toma de decisiones frente a su futuro y una participación activa en el desarrollo de las sesiones.

- Conéctese emocionalmente con la experiencia de vida del NNAJ, incorporando los distintos roles que asume en su propia vida, como lo son el ser padre/madre, hijo/hija, esposo/esposa, amigo/a, abuelo/a, entre otros.

- Reconozca y valide la experiencia de dolor y sufrimiento. Asimismo, señale que los hechos de violencia vividos nunca debieron suceder, con el fin de desinstalar la culpa y reconociendo los recursos que le han ayudado al NNA a sobrellevar lo vivido.

Indicaciones generales que deben evitarse y riesgos para tener en cuenta en la práctica

- Evite utilizar tecnicismos durante la explicación de las actividades. En caso de ser necesario, explique claramente y dé lugar a las preguntas que surjan por parte del NNAJ.

- Evite tratar o utilizar un lenguaje en términos de inferioridad; por el contrario, en la atención psicosocial, reconozca los recursos y capacidades del NNAJ.

- Evite forzar al NNAJ a hablar del hecho de violencia vivido. Recuerde que la atención psicosocial busca mitigar los daños psicosociales que se mantienen en el tiempo, y no en la forma como ocurrieron los hechos victimizantes.

Recursos adicionales

Teniendo en cuenta que los NNAJ tienen diferentes formas de expresión y representación de lo vivido que no solo están en lo verbal, considere que algunos niños y niñas prefieren trabajar con creaciones artísticas y simbólicas —técnicas expresivas— como el dibujo, los títeres, el juego, moldear plastilina, entre otros, y algunos adolescentes prefieren actividades que requieren de expresión corporal —técnicas performativas— como el teatro, el baile, juegos de roles y juegos de superación de obstáculos, entre otros.

Es importante señalar que algunas técnicas que se desarrollan en esta orientación metodológica fueron definidas por la OIM, y ajustadas a los objetivos y alcances que tiene esta Estrategia de Atención Psicosocial (OIM, 2016).

Considere alternar el tipo de técnicas cuando el NNAJ no pueda desarrollar alguna actividad debido a sus condiciones particulares. Por ejemplo, si en alguna sesión se sugiere trabajar con técnicas performativas y el NNA tiene alguna discapacidad por la cual le es imposible realizar este tipo de técnicas, puede modificarla por una técnica de tipo expresivo. En estos casos, siempre deberá revisar que el tipo de técnica que incorporará facilitará la consecución de los objetivos de la sesión y es consecuente con los paradigmas epistemológicos de esta Estrategia de Atención Psicosocial: Hermenéutico y Crítico Social. Asimismo, deberá reportar en la casilla de observaciones del aplicativo web correspondiente al reporte de la sesión el motivo por el cual realizó el cambio y cuál fue la actividad alterna que desarrolló.

6.14.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un acercamiento comprensivo y respetuoso que permita un espacio de diálogo y reflexión, para identificar niveles de afectación producidos por los hechos victimizantes, reconociendo sus capacidades y recursos de afrontamiento. 2. Identificar en forma conjunta las áreas para llevar a cabo acciones de mitigación del daño psicosocial.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1.4.

Sesión 2

objetivo

1. Generar un espacio de confianza y seguridad que permita las diferentes expresiones del daño.
2. Comprender los cambios que ha dejado la ocurrencia de los hechos de violencia.
3. Comprender las expectativas que tiene el NNAJ frente a la atención y su proceso de cambio.

actividades

Apertura de la sesión

Al ser este el primer encuentro de atención psicosocial después del momento de Acercamiento y Reconocimiento, es importante que el/la profesional psicosocial se presente nuevamente y enuncie que están reunidos los dos porque en la primera conversación (la del Acercamiento y Reconocimiento) se acordó con el NNAJ realizar un proceso de atención psicosocial, ya que se encontró que este podría ayudar a disminuir las afectaciones que el conflicto armado ha dejado en el NNAJ.

Desarrollo de la sesión

Para comprender los cambios que han dejado en el NNAJ los hechos de violencia, el/la profesional le pedirá que piense:

"Sabemos que en los últimos años ha pasado por momentos difíciles y dolorosos, y también por momentos alegres y esperanzadores. Sabemos que ha habido algunos cambios, por eso quisiera que en la mitad de esta hoja* dibujara ¿qué cambios ha tenido en los últimos años? Y en la otra mitad, ¿qué ha hecho para sobrellevar estos cambios?".

Con el fin de conocer algunas posibles propuestas de cambio, el/la profesional le preguntará:

¿Qué otras cosas podrías hacer para sobrellevar estos cambios?

Le solicitará que con su cuerpo represente cómo se sentiría si llevara a cabo las cosas propuestas. Luego de la representación, indague:

¿Le ayudaría a sentirse mejor? ¿Es posible realizar estas cosas? ¿Qué necesitaría para hacerlo?

Seguidamente y con el fin de recoger las expectativas que tiene del proceso de atención psicosocial, pregunte:

objetivo	actividades
	¿Qué crees que vamos hablar o trabajar cuando nos reunamos? ¿Crees que esto que vamos a trabajar te ayudaría? Luego de recoger las respuestas, señale: "Acá en este espacio nos vamos a reunir para dialogar, compartir, construir y reflexionar. Esto lo vamos a hacer para comprender aquellas cosas que han sido difíciles para nosotros, que en ocasiones no hemos hablado y que ahora en este espacio vamos a poder hacerlo, vamos a poder hablar, por ejemplo, del conflicto armado y de los cambios que ha generado, así como de nuestros sueños y deseos a futuro. Nos vamos a encontrar una vez a la semana aquí en este lugar. Nos quedan seis encuentros en los que vamos a trabajar conjuntamente".
	Cierre de la sesión Informe la fecha de la próxima sesión y solicite traer para la próxima sesión una fotografía de cuando estaba más pequeño/a. Al finalizar, reconozca alguna habilidad o fortaleza identificada en el NNAJ.
Recursos logísticos	Hoja, lápices, borrador y colores.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Identificar y reconocer las diferentes emociones presentes en el NNA.	**Apertura de la sesión** El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana. Para dar inicio a la sesión, entregue un octavo de cartulina* y pídale que lo doble en la mitad. En una parte pegará la fotografía y en la otra escribirá datos de la infancia, como Mi mayor travesura, El juego que más me gusta o me gustaba, Mi mejor regalo, Mis primeros amigos, entre otros. Al finalizar el Álbum de Recuerdos, obsérvelo con el NNAJ y formule preguntas para conocerlo un poco más. Nota: En caso de que el NNA no logre encontrar una fotografía, podrá realizar un dibujo de sí mismo. Si llega a ser necesario, este dibujo se realizará con el apoyo del/la profesional.
	Desarrollo de la sesión Con el fin de identificar las emociones presentes en el NNA y la forma como las expresa, se le entregará una tarjeta** con la emoción de la Alegría (preferiblemente esta tarjeta traerá un emoticón de la emoción y no la palabra, dado que puede ocurrir que el NNA no posea la habilidad de lectoescritura), y se le pedirá que represente dicha emoción con su rostro. Si lo desea, podrá utilizar también todas las partes de su cuerpo. Luego de representar la emoción, pregúntele: ¿Qué emoción es? ¿En qué momentos de tu vida está presente esta emoción? ¿Qué haces cuando te sientes de esa manera? (es importante no interpretar la emoción, sino dejar que el NNAJ sea quien la nombre).

objetivo	actividades
	Así, invite progresivamente al NNAJ al desarrollo de esta actividad con las siguientes emociones: rabia, sorpresa, tristeza, miedo, confusión, entre otras que considere importante traer al espacio de la atención psicosocial. Al finalizar, formule preguntas que permitan recoger la actividad desarrollada y señale que las personas en un mismo momento pueden experimentar diferentes emociones y que cada persona las expresa de manera diferente. Si desea, el/la profesional podrá hacer representaciones de cómo expresa sus emociones.
	Cierre de la sesión Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca alguna habilidad o fortaleza identificada en el NNAJ.
Recursos logísticos	* Octavos de cartulina, marcadores, lápices, lapiceros, colores, cinta y colbón ** Tarjetas de diferentes emociones (anexos 2 y 3).

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Reconocer las emociones que tiene el NNAJ alrededor del conflicto armado. 2. Validar las diferentes emociones que surjan en el espacio de la atención psicosocial.	Apertura de la sesión El/la profesional saludará al NNAJ e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana.
	Desarrollo de la sesión 1. Con el fin de reconocer las emociones que tiene el NNAJ alrededor del conflicto armado, se utilizará la técnica narrativa de Lectura de Imágenes: El/la profesional le hará entrega de una imagen*. Le dará cinco minutos para que la observe detalladamente. Luego, explorará los significados que tiene el NNAJ, a través de las siguientes

objetivo	actividades
	preguntas: ¿Quiénes están ahí? ¿Qué está haciendo cada uno? ¿Por qué lo hacen? ¿Qué están pensando? ¿Qué están sintiendo? ¿Cómo llegaron ahí? ¿Qué pasó antes? ¿Qué va a ocurrir después? ¿Por qué ocurrirá eso? ¿Qué otra cosa podría ocurrir? ¿Qué tendría que hacer para que el final fuera diferente? ¿Has vivido algo similar? ¿Qué emociones te ha hecho sentir esa situación? ¿Qué has hecho ante esa situación? Grupo de Investigación en Socialización y Crianza, 2015). Solicítele que dibuje en una hoja** ¿Qué cosas podría hacer de manera distinta ante esa situación? Al finalizar el dibujo, formule preguntas para analizar el dibujo realizado y la experiencia vivida durante la actividad.
	Cierre de la sesión Se cerrará la sesión con la técnica expresiva de Mandalas, para la cual el/la profesional colocará en el centro diferentes tipos de mandalas***, indicándole al NNA que podrá elegir la imagen que le guste y que desee trabajar. Se dará la indicación de que el mandala sea coloreado de afuera hacia adentro, con el fin de lograr que el NNAJ se centre en sí mismo y se propicie un espacio de contención de las emociones.
Recursos logísticos	* Imagen de la película Pequeñas Voces (Anexo 1). ** Hoja, lápices, borrador y colores. *** Preparar imágenes de mandalas. Existen muchas páginas en la web en donde se puede descargar. Sugerimos Escuela en la Nube. http://www.escuelaenlanube.com/mandalas-para-colorear/

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Generar un espacio reflexivo que permita construir nuevas formas de manejo y contención de emociones en el NNAJ. 2. Validar y reconocer las emociones que surjan en el espacio de atención.	**Apertura de la sesión** El/la profesional saludará al NNAJ e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana. **Desarrollo de la sesión** Con el fin de reelaborar las emociones vividas alrededor de la experiencia del conflicto armado, el/la profesional le solicitará al NNAJ que piense en la imagen que se utilizó en la sesión anterior (es importante volver a enseñársela). Invítelo/a a que recuerde la emoción de mayor importancia que identificó en la sesión anterior y pídale que, poco a poco, trate de sentir en su cuerpo esa emoción, invitándolo/a a representarla. Recuerde que la emoción se podrá representar con todas las partes de su cuerpo. Luego de la representación se le hará entrega de una hoja* para que escriba de manera poética eso que está sintiendo; no necesitará contar la historia, sino expresar lo que está sintiendo a través de un poema, canción, cuento o dibujo. Se realizarán preguntas acerca de la creación y se manifestará que es importante representar a través del cuerpo y de diferentes medios como los artísticos aquello que se está sintiendo. De igual manera, se señalará que, cuando representamos o expresamos lo que sentimos, estamos también dándole manejo a nuestras propias emociones. **Cierre de la sesión** El/la profesional pondrá en el centro diferentes imágenes de superhéroes**, le pedirá al NNAJ que elija la imagen que más le gusta. El/la profesional señalará que, así como la imagen que eligió, en algunos momentos él o ella también ha sido héroe, porque ha cuidado, ha salido victorioso/a de situaciones difíciles, y a pesar del dolor y de lo difícil que ha sido, ha realizado muchas cosas para sobrevivir. Lo/la invitará a relatar: ¿Qué es lo que más le gusta del superhéroe que elegiste? ¿Qué te ha hecho sentir fuerte? En aquellos casos en que el NNAJ no reconoce nada de sí mismo/a, el/la profesional nombrará las fortalezas y recursos que ha identificado en el NNAJ a lo largo de las sesiones.

objetivo	actividades
	Cerrará la actividad señalando: "Los héroes están presentes porque no solo son los héroes de capa, que pueden volar y que tienen superpoderes, sino que son también los que están enfrentando situaciones difíciles y están superándolas, como lo has hecho tú y tu familia".
Recursos logísticos	* Hojas tamaño carta, lápices, colores y lapiceros. ** Diferentes imágenes de superhéroes que sean reconocidos por los niños, niñas, las adolescentes mujeres y los adolescentes hombres.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Promover el fortalecimiento de los recursos para el afrontamiento en el NNAJ. 2. Validar y reconocer las emociones que surjan en el espacio de atención.	Apertura de la sesión El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana.
	Desarrollo de la sesión Con el fin de reconocer y fortalecer los recursos personales y familiares, se realizará la actividad del Escudo, para la cual el/la profesional iniciará contándole una breve historia de la Edad Media acerca de los linajes y las familias, las cuales tenían un escudo que representaba las características propias de cada familia. Lo/la invitará a que dibuje en una hoja* su propio escudo. El NNA podrá elegir la forma, los colores y los símbolos que considere deben estar en el escudo. Señale que es importante identificar dos características que aprendió de su familia y dos características que son propias de sí mismo/a, anotándolas a un lado del escudo. Cuando esté terminado, se pondrá en el centro. Recoja la actividad con las siguientes preguntas:

objetivo	actividades
	¿Cómo te sentiste durante la construcción del escudo? ¿Qué fue lo que más te gustó? ¿Qué características aprendiste de tu familia? ¿Qué características identificaste de ti mismo/a? ¿Crees que estas características te definen como NNA? ¿Cómo podrías mantener en el tiempo estas cualidades o fortalezas? ¿Sería importante fortalecer alguna? ¿Cuál? Al finalizar, el NNA elegirá un lugar en el que podrá ubicarse el escudo construido.
	Cierre de la sesión Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca algunas habilidades, recursos o fortalezas identificadas en el NNA.
Recursos logísticos	* Hojas tamaño carta, lápices, colores y lapiceros.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Facilitar un espacio reflexivo en torno a los deseos, sueños e intereses a futuro que tiene el NNA.	**Apertura de la sesión** El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana.
	Desarrollo de la sesión Con el fin de conocer los sueños, deseos e intereses a futuro que tiene el NNA, el/la profesional le solicitará que piense: ¿Qué sueños, intereses o deseos tienes a futuro? Le solicitará que, poco a poco, va ir transformando su cuerpo y adoptando una imagen que le permita representar aquello que pensó. Cuando la imagen esté terminada, pregúntele: ¿Qué sueños, intereses o deseos a futuro tienes como NNA? ¿Qué has hecho para lograr esos sueños, deseos e intereses a futuro? Solicítele que suelte la imagen anterior y piense: ¿Cuál sería el obstáculo de tus sueños, intereses o deseos a futuro? ¿Qué impediría que eso fuera posible? Indíquele que, poco a poco, vaya transformando su cuerpo y adoptando una imagen que le permita representar aquello que pensó. Al finalizar, pregúntele: ¿Cómo podrías vencer estos obstáculos? ¿Qué cosas de lo que eres como NNA te podrían ayudar a vencer estos obstáculos?
	Cierre de la sesión Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca algunas habilidades, recursos o fortalezas identificadas en el NNA.
Recursos logísticos	Ninguno.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Luego de la evaluación de resultados del proceso de rehabilitación psicosocial, el/la profesional les solicitará que dibuje, en la mitad de una hoja*, ¿Cómo se veía antes de esta atención?, y en la otra mitad ¿Cómo se ve ahora? Formule preguntas que permitan recoger el dibujo realizado y la experiencia vivida durante su elaboración. Posteriormente, pídale que escriba en otra hoja "Aquellas cosas que aprendió de esta atención". Pregúntele: ¿Qué podría hacer para mantener esos aprendizajes en el tiempo? ¿Qué aprendizajes podría compartirles a los familiares y amigos? Se realizará el cierre valorando los esfuerzos y reconociendo los recursos, habilidades y potencialidades del NNA. Indíquele que ya no es tan útil este apoyo, manteniendo "la puerta abierta" en caso de ser necesario. Realice la despedida construyendo cada uno (NNA y profesional) un dibujo, tarjeta o carta de despedida, el cual será entregado como cierre del proceso de atención psicosocial.

6.15. Afrontamiento del duelo y la pérdida en NNA

6.15.1. Justificación

Los hechos victimizantes ocurridos en el marco del conflicto armado han generado rupturas y cambios, no solo en el horizonte de vida y en la manera en que transcurre la cotidianidad de un NNA, sino también en sus relaciones. Estas rupturas pueden configurarse como duelos o pérdidas, y en ocasiones pueden ser difíciles de tramitar, afrontar y darles nuevos sentidos.

Los duelos para los NNA pueden estar cargados de multiplicidad de sentidos y emociones, como miedo a la repetición, confusión frente a lo sucedido, sensación de no haber dicho o hecho lo suficiente antes de la muerte, sentimientos de desprotección, impotencia frente a amenaza o peligro, confusión frente a los ritos culturales y socialmente significativos relacionados con la muerte, entre otros. Teniendo en cuenta lo anterior, la experiencia de duelo y pérdida en cada NNA es diferente, por lo tanto, es importante conocer y comprender cómo esta experiencia ha sido significada y la historia de vida que cada NNA ha tenido.

En el caso específico del reclutamiento ilícito, es importante tener en cuenta que los duelos o pérdidas pueden estar vinculados a sucesos que ocurrieron en el antes, el durante o el después de la vinculación al grupo armado, e incluso pueden estar relacionados con los procesos de transición de la vinculación y la desvinculación. Pueden estar relacionados, por ejemplo, con la muerte violenta de amigos o familiares antes del reclutamiento, o de compañeros y compañeras en el marco de hostilidades propias del conflicto armado.

De este modo, se propone en esta orientación metodológica un abordaje desde el reconocimiento del proceso particular de duelo que ha tenido el NNA y de los sentidos que atraviesan dicho proceso, generando un entorno y una relación que permita el trámite, la construcción de nuevos sentidos y la reorientación de la vida, así como también que facilite el afrontamiento de las emociones y experiencias relacionadas.

Objetivos

- Favorecer la reconfiguración del horizonte vital más allá de la experiencia de duelo y pérdida.
- Promover la construcción de relaciones significativas y de bienestar, trabajando tanto las pérdidas como las redes de apoyo del NNA.
- Promover el reconocimiento y fortalecimiento de los recursos de afrontamiento.

Insumos para Indicadores de proceso

- Reconoce y comprende las afectaciones que las pérdidas ha generado en su vida.
- Ha resignificado las pérdidas y ha configurado nuevas formas de relación con las personas ausentes.
- Reconoce y activa sus recursos de afrontamiento.

6.15.2. Recomendaciones generales

No todos los NNAJ víctimas experimentan procesos de duelo y no todas las pérdidas requieren atención. Los duelos que requieren atención psicosocial son aquellos en los que no se identifican y ponen en marcha recursos propios que permiten su trámite, o en aquellos en los que estos recursos parecen no ser suficientes, y el NNA manifiesta su necesidad de atención.

Si bien se ofrecen herramientas de comprensión y abordaje del duelo y la pérdida en el marco del conflicto armado, recuerde que cada experiencia se hace particular debido a que cada NNA tiene una historia de vida diferente.

Trate de no imponer el olvido como estrategia de trámite de los duelos y pérdidas. Favorezca la reconfiguración de las relaciones con quienes están ausentes, promoviendo la comprensión y aceptación de las emociones que el NNA siente con respecto a la persona que ya no está cerca, el recuerdo, el homenaje, y la elaboración de nuevos significados con respecto a la pérdida y a la relación.

Promueva la comprensión de las causas y situaciones que rodearon la pérdida, con el fin de dar trámite a sentimientos de culpa, a vacíos sobre lo sucedido, a sensaciones de injusticia, a conflictos sociales y culturales que son difíciles de comprender y originan el duelo y a separaciones por razones de seguridad.

Evite juzgar la importancia o gravedad de las experiencias de duelo, de acuerdo a sus propios prejuicios sobre ello. Lo determinante es la manera en que el NNA ha elaborado estas experiencias y la manera en que han afectado su vida cotidiana.

Es importante que, en lo posible, esta orientación metodológica se desarrolle **con NNA que conocen de la existencia de los hechos de violencia de manera directa o en sus familiares,** dado que la intención de la atención psicosocial no es inducir o anclar en el NNA la identidad de víctima del conflicto armado. Para esto, tenga en cuenta la información que brindó el familiar o cuidador durante el momento de Acercamiento y Reconocimiento. En aquellos

casos en los que el NNA no conoce de la existencia de los hechos de violencia, comprenda los significados que el NNA tiene frente al conflicto armado.

No hay un tiempo determinado para aceptar y elaborar una pérdida. En ocasiones se considera que hacia el año de la muerte se dé un importante proceso de reconocimiento y aceptación. Cuando ocurren muertes de manera violenta, puede esperarse que estos periodos se prolonguen en el tiempo.

Principios metodológicos fundamentales para abordar este tema en particular

Para el desarrollo de la orientación metodológica, es indispensable que tenga en cuenta lo siguiente:

- Durante todas las sesiones, mantenga los acuerdos construidos en la sesión de Acercamiento y Reconocimiento, con el fin de promover un espacio de confianza, respeto, diálogo y escucha.

- Respete los silencios —dado que estos también comunican— y use un lenguaje apropiado según sus capacidades, proceso de desarrollo y referentes culturales. Recuerde realizar preguntas lineales, reflexivas y circulares que sean claras para el NNA.

- Construya una relación horizontal con el NNA, que le permita sentirse validado y reconocido como sujeto de derechos. Para ello, es importante promover la toma de decisiones frente a su futuro y una participación activa en el desarrollo de las sesiones.

- Conéctese emocionalmente con la experiencia de vida del NNA. Para esto, incorpore los distintos roles que asume en su propia vida, como lo son el ser padre/madre, hijo/hija, esposo/esposa, amigo/a, abuelo/a, entre otros.

- Reconozca y valide la experiencia de dolor y sufrimiento. Asimismo, señale que los hechos de violencia vividos nunca debieron suceder, con el fin de desinstalar la culpa y reconociendo los recursos que le han ayudado al NNA a sobrellevar lo vivido.

Indicaciones generales que deben evitarse y riesgos para tener en cuenta en la práctica

- Evite utilizar tecnicismos durante la explicación de las actividades. En el caso de ser necesario, explique claramente y dé lugar a las preguntas que surjan por parte del NNA.

- Evite tratar o utilizar un lenguaje en términos de inferioridad; por el contrario, en la atención psicosocial reconozca los recursos y capacidades del NNA.

- Evite forzar al NNA a hablar del hecho de violencia vivido. Recuerde que la atención psicosocial busca mitigar los daños psicosociales que se mantienen en el tiempo, y no en la forma como ocurrieron los hechos victimizantes.

Recursos adicionales

Teniendo en cuenta que los NNA tienen diferentes formas de expresión y representación de lo vivido que no solo están en lo verbal, considere que algunos niños y niñas prefieren

trabajar con creaciones artísticas y simbólicas —técnicas expresivas—, como el dibujo, los títeres, el juego, moldear plastilina, entre otros, y algunos adolescentes prefieren actividades que requieren de expresión corporal —técnicas performativas— como el teatro, el baile, juegos de roles y juegos de superación de obstáculos, entre otros.

Es importante señalar que algunas técnicas que se desarrollan en esta orientación metodológica fueron definidas por la OIM, y ajustadas a los objetivos y alcances que tiene esta Estrategia de Atención Psicosocial (OIM, 2016).

Considere alternar el tipo de técnicas cuando el NNA no pueda desarrollar alguna actividad debido a sus condiciones particulares. Por ejemplo, si en alguna sesión se sugiere trabajar con técnicas performativas y el NNA tiene alguna discapacidad por la cual le es imposible realizar este tipo de técnicas, puede modificarla por una técnica de tipo expresivo. En estos casos, siempre deberá revisar que el tipo de técnica que incorporará facilitará la consecución de los objetivos de la sesión y es consecuente con los paradigmas epistemológicos de esta Estrategia de Atención Psicosocial: Hermenéutico y Crítico Social. Asimismo, deberá reportar en la casilla de observaciones del aplicativo web correspondiente al reporte de la sesión el motivo por el cual realizó el cambio y cuál fue la actividad alterna que desarrolló.

6.15.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un acercamiento comprensivo y respetuoso que permita un espacio de diálogo y reflexión, para identificar niveles de afectación producidos por los hechos victimizantes, reconociendo sus capacidades y recursos de afrontamiento. 2. Identificar en forma conjunta las áreas para llevar a cabo acciones de mitigación del daño psicosocial.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1.4.

Sesión 2

objetivo

1. Generar un espacio de confianza y seguridad que permita las diferentes expresiones del daño.

2. Comprender los cambios que ha dejado la ocurrencia de los hechos de violencia.

3. Comprender las expectativas que tiene el NNA frente a la atención y su proceso de cambio.

actividades

Apertura de la sesión

Al ser este el primer encuentro de atención psicosocial después del momento de Acercamiento y Reconocimiento, es importante que el/la profesional psicosocial se presente nuevamente y enuncie que están reunidos los dos porque en la primera conversación (la del Acercamiento y Reconocimiento) se acordó con el NNA realizar un proceso de atención psicosocial, ya que se encontró que este podría ayudar a disminuir las afectaciones que el conflicto armado ha dejado en el NNA.

Desarrollo de la sesión

Para comprender los cambios que han dejado en el NNA los hechos de violencia, el/la profesional le pedirá que piense:

"Sabemos que en los últimos años ha pasado por momentos difíciles y dolorosos, y también por momentos alegres y esperanzadores, sabemos que ha habido algunos cambios, por eso quisiera que, en la mitad de esta hoja*, dibujara ¿Qué cambios has tenido en los últimos años? Y en la otra mitad ¿Qué has hecho para sobrellevar estos cambios?".

Con el fin de conocer algunas posibles propuestas de cambio, el/la profesional le preguntará:

¿Qué otras cosas podrías hacer para sobrellevar estos cambios?

Pídale que represente con su cuerpo cómo se sentiría si llevara a cabo las cosas propuestas. Luego, pregunte:

¿Te ayudaría a sentirte mejor? ¿Es posible realizar estas cosas? ¿Qué necesitarías para hacerlo?

objetivo	actividades
	Seguidamente, y con el fin de recoger las expectativas que tiene del proceso de atención psicosocial, el/la profesional podrá preguntar: ¿Qué crees que vamos a hablar o trabajar cuando nos reunamos? ¿Crees que esto que vamos a trabajar te ayudaría? Luego de recoger las respuestas del NNA, señale: "Acá en este espacio nos vamos a reunir para dialogar, compartir, construir y reflexionar. Esto lo vamos a hacer para comprender aquellas cosas que han sido difíciles para nosotros, que en ocasiones no hemos hablado y que ahora en este espacio vamos a poder hacerlo, vamos a poder hablar, por ejemplo, del conflicto armado y de los cambios que ha generado, así como de nuestros sueños y deseos a futuro. Nos vamos a encontrar una vez a la semana aquí en este lugar. Nos quedan seis encuentros en los que vamos a trabajar conjuntamente".
	Cierre de la sesión Informe la fecha de la próxima sesión y pídale que traiga o tenga en la próxima sesión una fotografía de cuando estaba más pequeño. Al finalizar, reconozca alguna habilidad o fortaleza identificada en el NNA.
Recursos logísticos	Hoja, lápices, borrador y colores.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Reconocer y comprender las emociones y vivencias relacionadas con la pérdida.	**Apertura de la sesión** El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana. Para dar inicio a la sesión, el/la profesional le entregará al NNA un octavo de cartulina* y le pedirá que lo doble en la mitad; en una parte pegará la fotografía y en la otra escribirá datos de la infancia, como: Mi mayor travesura, El juego que más me gusta o me gustaba, Mi mejor regalo, Mis primeros amigos, entre otras. Al finalizar el Álbum de Recuerdos, el/la profesional mirará con el NNA el álbum construido y le realizará preguntas con el fin de conocerlo un poco más. Nota: Si el NNA no encuentra una fotografía, podrá realizar un dibujo de sí mismo/a. Si llega a ser necesario, este dibujo se realizará con el apoyo del/la profesional.
	Desarrollo de la sesión Con el fin de identificar y comprender las emociones y vivencias relacionadas con la pérdida, se le solicitará al NNA que escriba o dibuje en la mitad de una hoja* "aquellas cosas positivas que recuerda de la persona fallecida". Luego, pídale que en la otra mitad escriba o dibuje "aquellas cosas negativas que recuerda de la persona fallecida". Esté atento/a a las emociones que surjan en el NNA y los significados que le otorga a la experiencia vivida con la persona fallecida. Al finalizar la actividad, invite al NNA a que identifique ¿Qué emoción está presente? Pídale que, poco a poco, trate de sentir en su cuerpo esa emoción, invitándolo/a a representarla. Recuerde que la emoción se podrá representar con todas las partes de su cuerpo. Formule preguntas reflexivas que permitan recoger la actividad y manifieste que es importante representar a través del cuerpo y de diferentes medios aquello que se está sintiendo. De igual manera, señale que, cuando representamos o expresamos lo que sentimos, estamos también dándole manejo a nuestras propias emociones y a lo vivido.

objetivo	actividades
	Cierre de la sesión Se cerrará la sesión con la técnica expresiva de Mandalas, para la cual el/la profesional colocará en el centro diferentes tipos de mandalas**, indicándole al NNA que podrá elegir la imagen que le guste y que desee trabajar. Se dará la indicación de que el mandala sea coloreado de afuera hacia adentro, con el fin de lograr que el NNA se centre en sí mismo/a y se propicie un espacio de contención de las emociones.
Recursos logísticos	** Hoja, lápices, borrador y colores. *** Preparar imágenes de mandalas. Existen muchas páginas en la web en donde se puede descargar. Sugerimos Escuela en la Nube: http://www.escuelaenlanube.com/mandalas-para-colorear/.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Reconocer los cambios que trajo consigo la experiencia de la pérdida en el NNA. 2. Validar las diferentes emociones que surjan en el espacio de la atención psicosocial.	Apertura de la sesión El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana. Desarrollo de la sesión Con el fin de conocer y comprender los cambios que ha tenido el NNA luego de la experiencia de la pérdida, se le hará entrega de un octavo de cartulina y de témperas o vinilos de diferentes colores*. Invítelo/a a que plasme de manera abstracta o a través de un dibujo "Los cambios que se dieron luego de que la persona falleció". Recoja la actividad con preguntas reflexivas la actividad y esté pendiente de las emociones que surjan en el NNA.

objetivo	actividades
	Luego, entréguele otro octavo de cartulina** e invítelo/a a que plasme de manera abstracta o a través de un dibujo "Aquellas cosas que se mantienen luego de esa experiencia, aquellas cosas de lo que sucedió que no pudo cambiar y que aún se mantienen en el NNA". Es importante también explorar aquellas cosas que se mantienen en su familia, comunidad y/o grupo de amigos. Esté pendiente de aquellas cosas que el NNA señale como recursos de afrontamiento propios, de su familia, comunidad y/o amigos. Estos recursos serán reconocidos y nombrados al finalizar la actividad, mediante un espacio conversacional reflexivo.
	Cierre de la sesión El/la profesional pondrá en el centro diferentes imágenes de superhéroes*** y le pedirá al NNA que elija la imagen que más le gusta. El/la profesional señalará que, así como la imagen que eligió, en algunos momentos él o ella también ha sido héroe, porque ha cuidado, ha salido victorioso/a de situaciones difíciles, y a pesar del dolor y de los difícil que ha sido, ha realizado muchas cosas para sobrevivir. Invítelo/a a hablar frente a ¿Qué es lo que más le gusta del superhéroe que eligió? y ¿Qué los ha hecho sentir fuerte? En aquellos casos en el que el NNA no reconoce nada de sí mismo/a, nombre las fortalezas y recursos que ha identificado en el NNA a lo largo de las sesiones. Cerrará la actividad señalando "Los héroes están presentes porque no solo son los héroes de capa, que pueden volar y que tienen superpoderes, sino que son también los que están enfrentando situaciones difíciles y están superándolas como lo has hecho tú y tu familia".
Recursos logísticos	* Octavo de cartulina, pincel, témpera o vinilos de diferentes colores. **Octavo de cartulina. ** Diferentes imágenes de superhéroes que sean reconocidos por los niños, niñas, las adolescentes mujeres y los adolescentes hombres.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Generar un espacio que permita la resignificación de la experiencia de pérdida en el NNA. 2. Validar y reconocer las emociones que surjan en el espacio de atención.	**Apertura de la sesión** El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana.
	Desarrollo de la sesión Con el fin de generar un espacio que permita la resignificación de la experiencia de pérdida, se le pedirá al NNA que traiga algún objeto que esté relacionado con la persona que falleció. Este objeto será colocado en el centro y se invitará al NNA a que realice un dibujo o carta a ese ser querido en una hoja*. Es importante que el NNA pueda ver este espacio como una forma de despedirse, de nombrar cosas que no pudo hacer cuando la persona estaba viva; por ejemplo, si siente la necesidad de agradecer, de expresar el afecto que le tenía, de contarle algo importante, entre otras. Se le preguntará si requiere del apoyo del/la profesional para su construcción y también si desea compartirle al profesional lo construido. Al finalizar, se generará un espacio conversacional en torno a: ¿Cómo te sientes luego de haber dibujado o escrito la carta dirigida al ser querido? ¿Crees que el dibujo o carta contiene todo lo que quisieras expresarle o haría falta incluirle algo más? ¿Qué quisieras hacer con la carta o dibujo? Invítelo/a a ser creativo en la última respuesta. Es importante que el NNA pueda elegir de manera particular un lugar propicio para el dibujo o carta, y que su elección permita considerar que esta carta o dibujo le llegará a su familiar fallecido. Si lo considera oportuno, señale que este tipo de acciones ayudan a que podamos expresar aquello que no hemos podido decir o nombrar y que, al no hacerlo, ello se convierte en pendientes que tenemos en la vida. Asimismo, que en algunos casos cuando lo expresamos, esto nos ayuda a continuar con nuestra vida y a pensar nuevamente en el futuro.
	Cierre de la sesión Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca algunas habilidades, recursos o fortalezas identificadas en el NNA.
Recursos logísticos	* Hojas tamaño carta, lápices, colores y lapiceros.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Promover el fortalecimiento de los recursos para el afrontamiento en el NNA. 2. Validar y reconocer las emociones que surjan en el espacio de atención.	**Apertura de la sesión** El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana.
	Desarrollo de la sesión Con el fin de reconocer y fortalecer los recursos personales y familiares, se realizará la actividad del Escudo, para la cual el/la profesional iniciará contándole una breve historia de la Edad Media acerca de los linajes y las familias, las cuales tenían un escudo que representaba las características propias de cada familia. Invítelo/a a dibujar en una hoja* su propio escudo. El NNA podrá elegir la forma, los colores y los símbolos que considere que deben estar en el escudo. El/la profesional señalará que es importante identificar dos características que aprendió de su familia y dos características que son propias de sí mismo, anotándolas a un lado del escudo. Cuando esté terminado, se colocará en el centro. Recoja la actividad con las siguientes preguntas: ¿Cómo te sentiste durante la construcción del escudo? ¿Qué fue lo que más te gustó? ¿Qué características aprendiste de tu familia? ¿Qué características identificaste de ti mismo/a? ¿Cree que estas características te definen como NNA? ¿Cómo podrías mantener en el tiempo estas cualidades o fortalezas? - ¿Sería importante fortalecer alguna? ¿Cuál? Al finalizar, el NNA elegirá un lugar en el que podrá ubicarse el escudo construido.
	Cierre de la sesión Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca algunas habilidades, recursos o fortalezas identificadas en el NNA.
Recursos logísticos	* Hojas tamaño carta, lápices, colores y lapiceros.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Facilitar un espacio reflexivo en torno a los deseos, sueños e intereses a futuro que tiene el NNA.	**Apertura de la sesión** El/la profesional saludará al NNA e iniciará recapitulando acerca de lo que se hizo en la sesión anterior y preguntándole si hay algo que quiera mencionar sobre lo que se trabajó o si esta sesión le generó algo durante la semana.
	Desarrollo de la sesión Con el fin de conocer los sueños, deseos e intereses a futuro que tiene el NNA, el/la profesional le solicitará que piense en ¿Qué sueños, intereses o deseos tiene a futuro? Le solicitará que, poco a poco, vaya transformando su cuerpo y adoptando una imagen que le permita representar aquello que pensó. Cuando la imagen esté terminada, pregúntele: ¿Qué sueños, intereses o deseos a futuro tienes como NNA? ¿Qué has hecho para lograr esos sueños, deseos e intereses a futuro? Solicítele que suelte la imagen anterior y piense: ¿Cuál sería el obstáculo de tus sueños, intereses o deseos a futuro? ¿Qué impediría que eso fuera posible? Indíquele que, poco a poco, vaya transformando su cuerpo y adoptando una imagen que le permita representar aquello que pensó. Al finalizar, pregúntele: ¿Cómo podrías vencer estos obstáculos? ¿Qué cosas de lo que eres como NNA te podrían ayudar a vencer estos obstáculos?
	Cierre de la sesión Informe la fecha de la próxima sesión y reconozca algunas habilidades, recursos o fortalezas identificadas en el NNA.
Recursos logísticos	Ninguno.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Luego de la evaluación de resultados del proceso de rehabilitación psicosocial, el/la profesional le solicitará que dibuje, en la mitad de una hoja*, ¿Cómo se veía antes de esta atención?, y en la otra mitad ¿Cómo se ve ahora? El/la profesional realizará preguntas que permitan recoger el dibujo realizado y la experiencia vivida durante su elaboración. Posteriormente, le solicitará que en otra hoja escriba "Aquellas cosas que aprendió de esta atención". Como una forma de generar reflexión, le preguntará: ¿Qué podrías hacer para mantener esos aprendizajes en el tiempo? ¿Qué aprendizajes podrías compartirles a tus familiares y amigos? Se realizará el cierre valorando los esfuerzos y reconociendo los recursos, habilidades y potencialidades del NNA. Se indicará que ya no es tan útil este apoyo, manteniendo "la puerta abierta" en caso de ser necesario. Se realizará la despedida construyendo cada uno (NNA y profesional) un dibujo, tarjeta o carta de despedida, el cual será entregado como cierre del proceso de atención psicosocial.

6.16. Atención individual frente a la actualización de la experiencia de tortura en víctimas de este delito

6.16.1. Justificación

Se describen a continuación tres categorías de análisis que sustentan la necesidad de realizar atención psicosocial a las víctimas de tortura en Colombia, en el marco del conflicto armado:

Actualización

Quizá una de las afectaciones psicosociales más profundas que deviene tras la experiencia de la tortura y/o tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes, es el carácter atemporal que tiene la experiencia traumática para reactivarse, actualizarse, congelarse y cristalizarse. Entendida como trauma psicosocial, la experiencia de la tortura no se circunscribe al momento en que ocurrió, está en tiempo presente. Para algunos terapeutas, este fenómeno común en muchos/as torturados/as se ha denominado retraumatización, definida así:

"… la reactivación cíclica y recurrente de diversas constelaciones sintomáticas (estados depresivos, disfunciones familiares, síntomas panicosos, dolencias físicas, etc.), generalmente activadas por acontecimientos políticos nuevos que están asociados a su experiencia traumática" (Madariaga, 2001).

La reactivación inesperada de las emociones experimentadas durante el episodio de tortura deviene a través de la memoria intrusiva que actualiza el episodio. Se presenta, entonces, una cristalización, enquistamiento o congelación de la tortura o de sus memorias, memorias estas que interfieren en el funcionamiento de la persona, causando tristeza, ansiedad, nerviosismo o angustia extrema. En consecuencia, se exacerban algunos sentidos como el tacto, el oído y el olfato, ante lo cual las memorias llegan con mayor facilidad.

La actualización no solo se produce durante estados de vigilia, sino que también suele ser intrusiva mientras la víctima duerme, de tal forma que el insomnio puede verse como un mecanismo de defensa para evitar que estas memorias lleguen mediante pesadillas.

Restricción de la afectividad

Suprimir sus emociones e ignorar lo que está pasando, recurriendo a la disociación entre sí misma y el hecho, es un mecanismo de protección para una persona que está siendo torturada: pensar que su cuerpo no es suyo y que nada está sucediendo en realidad es un mecanismo de huida de lo doloroso e inconcebible que resulta esta experiencia:

"La persona, intencionalmente, paraliza o congela sus emociones, ya que no controla lo que le están haciendo durante la tortura; se percibe como si fuera una observadora de su propia experiencia. Es un mecanismo de defensa para intentar controlar el dolor" (Deustch, 2007, p. 115).

Lo anterior puede crear un patrón de respuestas afectivas que se repite al salir de la situación de tortura: frialdad, indiferencia, distancia con respecto a los demás. Aislamiento. Pueden cambiar, entonces, sus percepciones de mundo y de las personas que lo habitan, generando irritabilidad, reactividad y baja capacidad de conexión emocional hasta con sus propios seres queridos, privatizando el dolor.

El silenciamiento acompaña esta huida de los otros. Es una de las afectaciones psicosociales más recurrentes para las víctimas. El torturador, con su carácter anónimo, despersonalizado y con la sevicia con que cometió los actos de degradación y humillación, logra que la experiencia de tortura sea algo inenarrable, indecible e indescriptible, pues logró anular a la persona; lo más íntimo y humano que había de ella quedó fraccionado, aniquilado, de tal forma que ni siquiera el grito que antecede al lenguaje fue posible, pues el torturador no lo permitió. Así, la situación y los tiempos para nombrar y situar serán distintos en cada caso.

Alteración del registro emocional

La actualización abrupta de la experiencia traumática de la tortura irrumpe en el clima emocional de la persona que fue torturada, generando un estado permanente de alerta en el que se percibe, con la sensación de estar en peligro inminente, procurándole un miedo y angustia extremos. En este estado de sobreexcitación, los sentidos del olfato, tacto y oído pueden exacerbarse, generando una carga de mayor sufrimiento por la actualización de memorias del sufrimiento infligido durante la experiencia de tortura, alterando el desempeño laboral o educativo, tanto como las relaciones interpersonales.

La culpa y la tristeza suelen presentarse tras la irritabilidad y reactividad que va viendo deteriorada la calidad del vínculo que se entabla al interior de la familia o contexto laboral. Es tanto como si el carácter anónimo del torturador se enquistara en cualquier persona que rodea a la víctima, lo cual es confuso para ella y sus allegados.

Lo anterior fácilmente se instala en el cuerpo físico, generando reacciones neurofisiológicas como taquicardia, ansiedad extrema que dificulta la respiración, trastornos digestivos, transpiración de las manos, subida de presión, gastritis.

Efectos psicosociales de la tortura en la esfera individual y familiar

- Cambia la percepción del mundo y de las personas que lo/la rodean.
- El haber estado en total indefensión podría hacerle creer que no vale la pena hacer nada, que no es posible salir de una situación difícil. Se podría asumir una actitud pasiva, fatalista y con altos rasgos de dependencia.
- Se perpetúa un sentimiento de impredictibilidad y ambivalencia.
- Se proyecta la ambivalencia y se considera la conducta de los otros como arbitraria.

- Podría tener rechazos hacia acercamientos afectivos, ante lo cual los familiares experimentan sentimientos de impotencia.
- Generalmente, se presenta una tendencia al silencio, respaldada por los familiares, quienes saben que resulta doloroso hablar de lo ocurrido.
- Puede sumarse la angustia que genera el tener que preparar un testimonio para asistir a una audiencia dentro del proceso de exigibilidad de derechos.
- No se trata de lo "indecible" sino de lo "invivible". Los tiempos que se requieren para nombrar son distintos en cada sujeto.

Objetivos

- Retomar el control de sí y de su experiencia.
- Generar espacios para representar la experiencia.
- Facilitar la expresión y canalización emocional alrededor de la experiencia de tortura.
- Enmarcar los hechos traumáticos de la tortura, en el contexto social, político y económico en que se inscribieron.

Insumos para Indicadores de proceso

- Apertura al diálogo entre facilitador/a y participante sobre su historia de vida y la relación con la experiencia de tortura.
- Comprensión de las formas en que la experiencia de tortura ha implicado transformaciones en la vida de la persona.
- Narrativas u otras formas de representación que permiten situar y desprivatizar el daño producido por la tortura.
- Reconocimiento de aquellos recursos propios que han permitido dar continuidad a la cotidianidad de la vida luego de la experiencia de tortura.

6.16.2. Recomendaciones generales

El sexo del/la profesional debe ser elegido por la víctima, considerando que pudo haber ocurrido violencia sexual.

El lugar de la atención debe concertarse con la víctima. Ello le dará un mayor nivel de seguridad, especialmente si está siendo víctima de amenazas u hostigamientos.

El/la profesional debe explicitarle a la víctima que trabajará con su historia y experiencia de los hechos; deberá darle tranquilidad, si esta tiene olvidos (estos son comunes en víctimas de tortura), pues de lo que se trata es de situar y representar la experiencia.

El tiempo para nombrar dependerá de la víctima. Es importante explicitarle que será cuando ella esté lista para hacerlo. También le será útil saber que se cuenta con otras técnicas que ayudan en la representación de una experiencia, como son las expresivas y las performativas y que, si está bien para ella, se podrán usar en algunas sesiones.

> "Desde la experiencia de atención a víctimas de tortura se podría decir que las personas saben cuándo y cómo necesitan hablar de lo que les ocurrió. En muchos casos lo hacen porque necesitan organizar el relato y dar sentido a esa experiencia que desestructuró todos los referentes y parámetros de la vida. En otras palabras, quieren entender qué fue lo que pasó y por qué pasó. En conclusión, el momento llega cuando la persona encuentra que le es útil hacerlo de manera estructurada, porque lo desea y hay condiciones en términos de seguridad, confianza, tiempo e intimidad para esto" (Corporación AVRE & Corporación Vínculos, 2011).

Se resalta dentro de las habilidades terapéuticas que deben tener quienes brinden atención psicosocial a víctimas de tortura, el facilitar espacios para la representación y resignificación del dolor y de una experiencia que difícilmente logra ser puesta en la palabra:

> En este abordaje se reivindica la narración y su escucha como oportunidades para dar otra significación al dolor. La posibilidad de hablar y compartir las memorias de la tortura es un triunfo de la víctima y, desde esa perspectiva, el silencio y el olvido se convierten en un triunfo de los torturadores y del sistema que los sostiene.
>
> La narrativa ayuda a recobrar algún sentido de coherencia en la subjetividad, en el mundo interior que ha sido roto, y donde el trauma está siempre presente y se niega a ser silenciado.
>
> Tanto en la psicología como en la literatura, autores y víctimas sostienen que la experiencia de la tortura es "inenarrable", "indecible" e "indescriptible". Existe consenso en calificarla como "inefable". Las víctimas no encuentran palabras ni hallan un punto de referencia para relatar esta agresión invasora, que es imposible integrar a la memoria de manera normal, como cualquier otra experiencia (Deustch, 2007, pp. 123-124).

Se plantean aquí algunas recomendaciones hechas por las corporaciones Vínculos y AVRE (2011), para el encuentro terapéutico con víctimas de este delito.

- Mantener una postura de escucha activa con elementos de curiosidad y reflexividad del acompañante sobre el propio impacto y evitar prejuicios hacia la historia de la persona víctima.

- Cuidar particularmente la forma de preguntar, no insistir con una misma pregunta, pues este momento se podría asimilar a la experiencia de tortura si esta tuvo como intencionalidad la obtención de información.

- Hacerle sentir y decirle a la persona en toda sesión que ella tiene todo el poder de decisión frente a los desarrollos que se realicen.

- Explorar condiciones de seguridad para realizar la atención.

- Darle importancia al lenguaje en la forma de narrar y organizar la experiencia para la víctima.

- Tener presente que en las primeras sesiones se pretende la recuperación del control sobre su propia conducta y experiencia, lo cual implica: 1. Recuperar el control y la seguridad. 2. Reconstruir y transformar la historia de los hechos traumáticos enmarcándolos en el contexto social, político y económico en que se inscribieron y 3. Restaurar la conexión entre las víctimas y su mundo social.

- Quienes hagan la atención psicosocial a estas víctimas deben tener un esquema de supervisión para ampliar el análisis del caso, hacerle seguimiento al proceso, cuidarse emocionalmente y prever riesgos de seguridad para sí y para las personas a quienes se atiende.

- Conocer el lenguaje verbal y no verbal de la víctima.

- Respetar los silencios y las preguntas que prefiere no responder. Diferenciar las sesiones terapéuticas de cualquier tipo de interrogatorio que reactive la experiencia traumática.

6.16.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un acercamiento comprensivo y respetuoso que permita un espacio de diálogo y reflexión, para identificar niveles de afectación producidos por los hechos victimizantes, reconociendo sus capacidades y recursos de afrontamiento. 2. Identificar en forma conjunta las áreas para llevar a cabo acciones de mitigación del daño psicosocial.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 4.1.3.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Identificar en los relatos de la víctima las transformaciones individuales, familiares y sociales que ha generado para ella la experiencia de tortura.	**Encuadre de la sesión anterior** Usted deberá socializar lo que identificó como necesidad de atención en la primera sesión y cuál es su perspectiva sobre lo que se debe trabajar, argumentando las temáticas que se abordarán en las siguientes sesiones. Posteriormente, pregunte si considera que estos son los principales aspectos que se deben abordar Se propone abrir un espacio de conversación en el que sutilmente lleve a que la víctima pueda identificar las principales transformaciones que han devenido tras la experiencia de tortura. Se sugiere explorar diferentes niveles que hayan sido afectados tras la experiencia: Individual: ¿Qué cosas de usted mismo/a cree que han cambiado después de los hechos violentos? En lo físico, en sus emociones, en sus ideas del mundo y de las personas, en su forma de pensar. Familiar: ¿Cómo se han visto afectadas las relaciones en su familia? ¿A quién cree que le afecta más lo que ha sucedido después de la experiencia de violencia? ¿Qué ha sido lo más difícil? ¿Cómo se siente cuando piensa en lo que ha cambiado en su familia? Social, grupal, comunitario: ¿Cómo han cambiado las relaciones con sus amigos, vecinos, compañeros de trabajo después de haber vivido estos hechos de violencia? Considere que la víctima podría mencionar elementos propios de la experiencia de tortura, lo que puede requerir contención de su parte ante posibles estados de llanto. En caso tal, valide el llanto, diga que comprende que ha sido una experiencia profundamente dolorosa y que para eso está allí, para poder acompañar este proceso en el que se pretende darle un lugar a esta experiencia. Para el cierre de esta sesión es importante que mencione que una de las cosas más difíciles tras una experiencia de tortura es justamente hablar de ello. Por eso, se ha pretendido hablar cuidadosamente de lo que esa experiencia ha generado en los diferentes niveles de la persona: individual, familiar y social, y que aunque comprende que esto resulta doloroso, es necesario, para empezar a darle un lugar y poder empezar a llenar de sentido a esta experiencia. También es importante hacerle saber a la víctima que usted comprende que resulta difícil hablar de lo ocurrido y de lo que se ha transformado, y que en razón a ello usted irá al ritmo en que la persona pueda y quiera hablar de lo acontecido. Hágale saber que es posible que se activen sueños en los que se reviva la experiencia. Esto es completamente normal, ya que se le está dando un lugar a la experiencia mediante este proceso terapéutico.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Representar las emociones y pensamientos recurrentes después de la experiencia de tortura.	Comenzar la sesión conversando sobre cómo se ha sentido luego del último encuentro, qué otras cosas han surgido en relación con lo trabajado en la sesión anterior: pensamientos, sueños, pesadillas, emociones prevalentes, etc. Encuadrar la presente sesión presentando el objetivo del encuentro: "Luego de haber dialogado sobre los cambios que la experiencia de violencia ha generado en su vida, hoy vamos a trabajar sobre cómo darle un lugar a esas emociones, sentimientos y pensamientos que le generan angustia y que están mayormente presentes". En esta ocasión se trabajará con técnicas expresivas. Se invita a que la persona elabore un símbolo con plastilina, que represente aquellas emociones que están más presentes después de ocurridos los hechos de violencia. Mientras lo va elaborando, pregunte por el significado de los colores elegidos por la víctima. Indague sobre cuáles pensamientos son más recurrentes después de lo ocurrido: pensamientos acerca de sí mismo/a, acerca de sus familiares, acerca de sus vecinos, amigos, compañeros de trabajo. Cuando haya terminado de elaborar el símbolo, es importante que hablen sobre su significado. Ahora bien, para el cierre de esta sesión se propone invitar a la víctima a pensar, a partir de lo plasmado en el símbolo, qué le gustaría que fuera diferente respecto de las emociones y pensamientos que le llegan con frecuencia y qué pasos podría empezar a dar para lograr estas transformaciones.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Facilitar el darse cuenta de la inscripción actual que la víctima tiene en el mundo. Relación con su cuerpo, relación con el sueño, relación con los otros (afectividad), relación con sonidos, elementos y olores que reactiven la experiencia de tortura.	Dar inicio a la sesión con la bienvenida y recoger las emociones o elementos que hayan surgido después de la última sesión respecto a lo trabajado, así como a otras esferas de su vida en general. Encuadrar la sesión recogiendo lo que hasta el momento se ha visto en el proceso, dando la posibilidad de que surjan reflexiones acerca de lo que la persona ha identificado o lo que ha significado hasta el momento. Adicionalmente se presenta el objetivo: "Hemos venido conversando acerca de aquello que se ha transformado en su vida después de la experiencia de tortura y de las emociones y pensamientos que suelen estar más presentes. Hoy trabajaremos con el lugar que usted tiene hoy en el mundo". Se le pide dibujar su silueta en dos pliegos de papel periódico, para lo cual se acostará sobre el papel y usted dibujará la silueta de su cuerpo a una escala real con un marcador. En ella, la persona acompañada deberá identificar las partes de su cuerpo que más le gustan de sí mimo/a y las que menos le gustan. Mediante símbolos, plasmará en la silueta los sueños o pesadillas que se repiten, así como los pensamientos compulsivos que aparecen cuando se recuerdan sonidos, olores, tonos de voces que reactivan la experiencia sufrida. Para ello, es importante ir guiando el ejercicio mediante la conversación y aclarando dudas. Una vez haya terminado, invite a la persona a que le cuente lo que significa esa representación. Profundice con preguntas como: ¿Qué hace que le guste más esta parte de su cuerpo que esta otra? ¿Cómo podría reconciliarse con estas partes de su cuerpo que no le gustan tanto? ¿Qué significan estos símbolos? ¿Con qué frecuencia suele tener nuevamente reactivación de las emociones generadas por la experiencia de tortura? ¿Qué hace cuando ello deviene? ¿Encuentra relación entre todo esto y la forma como usted se relaciona con sus familiares, con sus amigos, vecinos o compañeros de trabajo? ¿Qué piensa de esto? ¿Ahora que lo ve, podría hacer algo distinto para estar mejor consigo mismo/a y con los demás, tras esta experiencia tan dolorosa?

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Facilitar el fortalecimiento de la Identidad y la Autonomía.	Se da inicio a la sesión con la bienvenida a la persona, se retoman elementos que permitan hacer un resumen del proceso, recogiendo emociones y pensamientos que hayan surgido de la sesión anterior y en general. Seguidamente, se le contará el objetivo de la sesión actual: "Hoy nos centraremos en todo aquello que hace que usted sea auténtico/a, sea usted mismo/a y en cómo fortalecer la toma de decisiones y el ejercicio de la autonomía". En un pliego de papel periódico, se invitará a que la persona acompañada divida en dos segmentos el pliego de papel En uno de ellos deberá relacionar una lista de las características con que se autodefine en su manera de ser, de pensar, de sentir, de actuar, de hablar, de tomar o no tomar decisiones. En el segundo segmento listará aquellas características con que los demás la definen. Los demás pueden ser familiares, pareja, amigos, compañeros de estudio, trabajo: "Ellos dicen que yo soy…". Cuando haya terminado, se le pide que presente su ejercicio. Se le preguntará cómo se siente y qué piensa de eso que él/ella mismo/a ha escrito sobre sí y de eso que los demás piensan acerca de él/ella. Seguidamente, se conversará sobre su capacidad actual para tomar decisiones en los diferentes ámbitos: individual (hace lo que le gusta o lo que cree que tiene que hacer), de pareja o familiar y colectivo. Es importante indagar qué tanto concede a los "otros" por encima de sus propios beneficios y cómo se siente o qué piensa acerca de conceder. Pregunte acerca de cómo está la relación con su propia autonomía, independencia, capacidad de decidir y de actuar por sí mismo/a y cómo se siente frente a sus niveles actuales de autonomía. Lo anterior es importante considerarlo porque, como se vio en la justificación de esta orientación, la tortura somete hasta anular a la persona, por lo que suele dejar secuelas tales como altos niveles de dependencia emocional, de desesperanza, de pasividad, ya que inconscientemente se instala junto con el miedo a ser aniquilado, la idea de que no es posible cambiar una situación, o que es mejor complacer para no ser violentado.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Fortalecer los recursos para el afrontamiento de la experiencia de tortura.	Se da inicio a la sesión con la bienvenida, retomando lo trabajado durante el encuentro anterior. Se recogen emociones y pensamientos que hayan surgido durante la última semana respecto al proceso terapéutico, así como otras esferas de su vida. Exponga que hoy se trabajará acerca de aquellos recursos personales, familiares, comunitarios o de otro ámbito, que han permitido afrontar la vida después de la experiencia de tortura. En una hoja se dibuja una línea de tiempo, se solicita a la persona que plasme allí diferentes eventos significativos de su vida que hayan sido difíciles de afrontar. Si recuerda el año aproximado, vendría bien ponerlo en una línea vertical debajo de cada evento; si no lo recuerda, no hay problema. Posteriormente, se le invita a recordar aquellos recursos que fueron clave para sobreponerse a esas situaciones, disponiéndolos frente a cada evento. Durante esta construcción se realizarán preguntas orientadas a reflexionar acerca de si estos recursos que han sido identificados se han utilizado en la forma de afrontar las afectaciones que ha dejado la experiencia de tortura: ¿De qué forma esto que le sirvió en esta oportunidad (algún evento significativo) le ha servido para seguir adelante a pesar de lo dolorosa que fue y que continúa siendo la experiencia de tortura? ¿Cuáles de estos recursos han sido importantes para seguir adelante? ¿Cuáles podría utilizar para afrontar esos momentos en los que por alguna razón se actualiza la experiencia de tortura? ¿Qué otras formas de afrontamiento cree que le podrían servir para sentirse mejor consigo mismo/a, con su familia, con sus amigos/as?

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Reafirmar la noción de sí mismo para fortalecerse frente a otros momentos difíciles que pueden seguir surgiendo.	Se inicia la sesión haciendo un repaso de lo que se ha identificado durante el proceso de atención. Se recogen las emociones que hayan emergido durante la última semana, las perspectivas acerca de cómo se ha sentido con los cambios propios y el impacto que han generado en su entorno. Se invita a la persona a dibujar una maleta en un cuarto de pliego de papel periódico con lápiz y colores. En ella pondrá aquellos recursos que mediante el proceso terapéutico ha podido identificar como útiles y podría poner a su disposición cuando devengan nuevamente emociones o sentimientos angustiantes alrededor de la experiencia de tortura o de las implicaciones que este hecho ha tenido en su vida. Para orientar este ejercicio, es importante que usted lo pueda facilitar con preguntas: ¿Qué de su manera de Ser le ayudará para continuar afrontando el sufrimiento que genera un hecho de violencia como lo es la tortura? ¿Qué acciones realizará cuando devengan momentos de dolor o miedo para estar mejor consigo mismo/a y con su familia, comunidad o trabajo? ¿Qué de lo que tienen sus familiares, amigos o redes de apoyo se convierte también en recursos que le podrían ayudar a manejar futuros momentos donde esté presente nuevamente el sufrimiento? La idea es que pueda representar mediante símbolos estos recursos y los ponga dentro de la maleta, considerando la metáfora de que la vida es un viaje que requiere disponer de algunas herramientas para cuando algo requiere ser reparado. Estas y otras que irá reconociendo con el paso del tiempo son ahora sus herramientas. Para el cierre de esta sesión, es importante mencionar que una experiencia como la que ha vivido puede tomar diferentes tiempos en sanarse por completo. Sin embargo, ahora cuenta con herramientas que le permitirán estar mejor, aun cuando vuelvan a estar presentes las memorias sobre la experiencia de tortura. De otra parte, se informa a la persona que en la siguiente sesión se pretende concluir con esta orientación metodológica, pues como se había informado desde el primer encuentro, la orientación consta de ocho sesiones. Para ello, se hará un ejercicio de valoración de lo que ha favorecido el proceso.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.

7 Orientaciones metodológicas para la atención terapéutica. Técnicas individuales - grupales

Como se ha señalado, este conjunto de orientaciones metodológicas de carácter terapéutico se dirigen al manejo de respuestas significativamente más complejas y centradas en aspectos más específicos, cuyo propósito es promover mayor estabilización, control y capacidad para el enfrentamiento a este tipo de problemáticas. En este apartado se describen diversas formas de atención con este propósito, mediante técnicas individuales - grupales.

Denominamos como técnica Individual - Grupal al conjunto de actividades en las que se emplea como recurso la conformación de pequeños grupos, como alternativa a la atención individual, que pretende promover un cambio, disminuir el malestar o sufrimiento derivado de una problemática específica, mediante algunas estrategias terapéuticas particulares llevadas a cabo con el colectivo. Aquí el foco no es la demanda o necesidad del grupo en particular, sino las identificadas como afectaciones individuales producto de los hechos victimizantes.

Los principios que guían estas técnicas y sus características operativas, en cuanto a selección de participantes, conformación del grupo, papel del terapeuta, etc., se encuentran ampliamente descritos en los numerales 5.1.

Principios generales de la atención Individual - Grupal y 5.2. Elementos operativos de la técnica Individual - Grupal, por lo que recomendamos su revisión antes de llevar a cabo alguna de las orientaciones propuestas en este capítulo.

7.1. Grupo para el desarrollo de estrategias para afrontar el miedo

7.1.1. Justificación

La experiencia de miedo en el marco del conflicto armado no es solo una vivencia individual; este se define en el contexto social y político en el que ocurre. Aquí el miedo deja de experimentarse de una manera privada para convertirse en una experiencia compartida, que finalmente termina trasformando las relaciones entre los grupos y la comunidad (Lira, 1991).

Es así como esta vivencia comienza a transformar la vida cotidiana, las personas se hacen vulnerables y con ello el miedo atraviesa los vínculos entre todos, ocasionando desconfianza, aislamiento, segregación y estigmatización.

Partiendo de comprender los miedos desde un origen psicosocial en el marco de las violaciones a los DD. HH., como se presentó en el apartado anterior, esta propuesta metodológica para enfrentar miedos en grupo, además de permitir su desprivatización, busca su reflexión en sentido social y político, motivando el fortalecimiento de relaciones solidarias.

Objetivos

- Propiciar un espacio grupal para comprender y reflexionar formas para enfrentar los miedos.
- Promover comprensión de las intencionalidades de los actores armados en la generación del miedo.
- Reconocer las dimensiones y expresiones del miedo.
- Desarrollar estrategias de control del miedo individual y grupal.
- Promover intercambio de experiencias.

Insumos para Indicadores de proceso

- Disminución de las sensaciones de temor y ansiedad provocadas por hechos generadores de miedo.
- Comprensión y uso de recursos para manejar las experiencias de miedo.
- Incremento en sus actividades resultado del control del miedo.
- Aumento en la participación social.

7.1.2. Recomendaciones generales

El trabajo en grupo posee unas particularidades que difieren de la atención individual, que hay que tener presente en el desarrollo de este tipo de actividades. Ellas conciernen a:

- El papel del/la profesional: es quien promueve el grupo, lo mantiene y fomenta su cohesión. En este caso, es quien va a liderar la mayoría de las actividades.
- La selección de participantes: además de la necesidad de trabajar en problemas, están las de tolerancia al grupo, motivación, compromiso, etc.
- El encuadre: refiere al momento en el que se establece el marco en el que funcionará el grupo. Esto es fundamental tanto desde la convocatoria hasta el inicio y desarrollo de las actividades grupales.
- Las normas para el funcionamiento: comprende las pautas mínimas de respeto, escucha y participación.
- La duración y frecuencia de los encuentros: estos se plantean de 1 hora y media a 2 horas, y con frecuencia semanal durante siete ocasiones.
- La conformación del grupo: comprende el número de participantes, que deben ser mínimo 5 y máximo 12 personas.

Para ampliar estas recomendaciones, leer los apartados 5.1. y 5.2., que contienen los principios de la atención, las cualidades de un grupo que es aplicable a la mayoría de los grupos que se conforman con fines de atención en rehabilitación psicosocial.

7.1.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento para la técnica Individual - Grupal, descrito en el apartado 5.3. En este momento se identificó que es importante abordar las dificultades asociadas a las sensaciones de miedo. Puede tratarse de temores respecto de la posibilidad cercana de ocurrencia o repetición de un hecho de violencia, o temores originados por la incertidumbre respecto a la ocurrencia de un acto violento.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Hacer la presentación del proceso general.	Se abre el grupo con la bienvenida. El/la facilitador/a se presenta de nuevo. Se suministran algunas indicaciones del trabajo a llevar a cabo "Como ustedes saben, este trabajo hace parte de las acciones de atención psicosocial dirigidas a disminuir los efectos que ha dejado la violencia, y de esta forma pretende una acción reparadora y de rehabilitación frente a los dolores ocasionados.

objetivo	actividades
	Los he convocado porque en conversaciones con cada uno y cada una de ustedes hemos visto la importancia de discutir algunos problemas que son similares en todas y todos y tiene que ver con la forma como se sienten con ustedes mismos/mimas. Para esto nos vamos a reunir en varias ocasiones, y estoy seguro/a de que será muy útil para todas y todos ya que en forma conjunta podremos encontrar formas de enfrentar estos problemas. El plan es que en las reuniones tengamos algunas actividades que nos ayuden a focalizar unos temas, y conversaremos mucho sobre ello. Por ahora vamos a ir conociéndonos".
2. Hacer la presentación de los y las participantes.	Existen muchas formas de hacer la presentación de los y las integrantes en grupo; una puede ser con la actividad Momentos de mi Vida: Se entrega una hoja que será dividida en cuatro partes y en cada cuadrante cada uno/una va a dibujar una imagen que represente: 1) Una cualidad que tengo___ 2) Yo nací en___ he vivido en:_____ y ahora vivo en: _____ 3) Algo que he aprendido de mi familia ha sido: _____ 4) Para el futuro yo quisiera: _____ Una vez realizada la actividad, por parejas cada quien le cuenta al otro lo que representan los dibujos. En plenaria, uno de la pareja presenta a la persona con quien habló y luego cambian.
3. Establecer el encuadre del grupo.	El/la facilitador/a expresa: "… Este es un grupo en el que vamos a apoyarnos y a crecer como personas. Para eso, vamos a plantear algunos aspectos que son importantes para que sea muy útil cada día que nos encontremos… ¿Qué consideran ustedes importante que tengamos en cuenta?". Anime a la discusión y vaya anotando las normas en una cartelera. Se sugiere revisar las recomendaciones indicadas arriba del encuadre; por ejemplo, la confidencialidad, la puntualidad, etc. Una vez establecidas las normas, se acuerda que estas deben ser respetadas durante las reuniones.

objetivo	actividades
4. Comprender la importancia de conocer y manejar el miedo.	Se abre una conversación grupal acerca de: ¿Qué es el miedo y qué papel tiene para los seres humanos? ¿Qué problemas originan los miedos? Se hacen algunas precisiones conceptuales, especialmente que se va a tratar del manejo de los miedos en estos contextos psicosociales del conflicto. Se cierra la reunión. Nota sobre el registro Para registrar las actividades llevadas a cabo en esta modalidad se dispone de la Ficha PAP021, que se identifica como REGISTRO GENERAL PARA ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y CIERRE. TÉCNICA INDIVIDUAL - GRUPAL. ADULTOS Y NNA. En ella se describen las atenciones y el cierre.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Identificar y reconocer las manifestaciones del miedo y las circunstancias a las que se asocia.	Se abre el trabajo de grupo con un breve resumen de la reunión anterior. "Ahora vamos a comenzar a revisar lo que nos pasa cuando hemos experimentado miedos. En forma individual, van a responder este cuadro. Después, en dos grupos, van a analizar sus respuestas". Se prepara una ficha con la siguiente información: Análisis de los miedos Todos tenemos miedos a muchas situaciones. En el siguiente cuadro, describa por lo menos dos situaciones que recuerde que le producen considerable miedo, y describa, además, qué siente, qué piensa, qué hace y qué pasa en usted.

objetivo	actividades

SITUACIÓN	¿QUÉ SIENTE?	¿QUÉ PIENSA?	¿QUÉ HACE? (Comportamientos)	¿QUÉ MANIFESTACIONES FÍSICAS EXPERIMENTA?

"En grupo, compartan lo que cada uno/una registró y, a partir de ello, describan cuándo esos miedos se convierten en problemáticos".

Se realiza una plenaria destacando los elementos encontrados y se cierra la sesión.

2. Motivar para el cambio. Tarea	Para ayudarnos a manejar los miedos, les voy a pedir realizar en casa una Carta, en la que vamos a DESPEDIR a esos miedos. La Carta de Despedida[19] "La Carta de Despedida se trata de un texto en el que nos vamos a despedir del problema, en el que después de agradecer sus servicios prestados, van a detallar las razones por las cuales van a prescindir de este o aquel 'servicio' (me puso muy tembloroso/a, me hizo llorar, etc.) y ya no necesitan esto porque… (es decir, cuando considere que se ha resuelto el problema". Variación: si identifica escasa habilidad de lectoescritura, proponga realizar dos dibujos de sí mismo/a, uno con el problema (puede ser personificado o con otro símbolo) y el otro como se ve sin este problema.

[19] La rehabilitación en el contexto de la atención psicosocial "… se entiende como derecho de las víctimas dentro del conjunto de la Reparación Integral, va más allá de una noción meramente clínica o funcional… se encuentra en que los procesos orientados hacia las víctimas permitan construir un sentido integrador de la experiencia de violencia a nivel individual y/o colectivo… y en un contexto en donde se devuelve dignidad a las víctimas…" (UARIV, 2014).

Sesión 4

objetivo

1. Identificar formas como se ha manejado el miedo.

actividades

Se abre la reunión con un breve resumen de lo realizado. Se puede pedir a alguno de los participantes que lo realice.

Se activa una conversación alrededor de la Carta de Despedida y se identifican las múltiples alternativas y dimensiones del miedo.

Posteriormente, en grupo se propone realizar una lista de cosas que se pueden hacer para enfrentarlos. Como apoyo se puede orientar en la resignificación de estos miedos como respuestas normales ante situaciones anormales. Indague en la persona víctima:

¿Para qué le ha servido sentir miedo?

¿Para qué le ha servido estar en constante alarma?

Modelo de resignificación de los síntomas postraumáticos como respuestas normales ante situaciones anormales (Pérez-Sales, 2006)	
Síntomas	**Resignificación**
Miedo	Reacción de defensa ante un hecho amenazante. Permite protegerse y ser prudente.
Síntomas intrusivos (flashbacks, pesadillas, rumiaciones).	Como un intento de dar sentido a la experiencia, como un intento del cerebro de asimilar lo ocurrido, de buscar un final a la película o una explicación. Como un intento de la mente por no olvidar a las personas o las cosas que se han perdido en lo ocurrido.
Síntomas de anestesia emocional, de despersonalización o de extrañeza.	Intentos de la mente por desconectarse de la realidad, de poner un poco de distancia respecto al mundo y darse un tiempo muerto de respiro y recuperación.
Intentar evitar situaciones.	Un modo de protegerse, de permitirse ir afrontando lentamente las cosas. Dosificar el dolor de las pérdidas para poder digerirlo poco a poco.

objetivo	actividades
	Modelo de resignificación de los síntomas postraumáticos como respuestas normales ante situaciones anormales (Pérez-Sales, 2006)

Síntomas	Resignificación
Ganas de estar solo y aislarse.	Intentos por no perder el control.
Hiperactividad y alarma.	Cuando se está sufriendo una agresión, es necesario estar atento a todo, vigilante. Es una actitud del cuerpo agotadora pero que nos protege. Una vez pasada la amenaza, ya no es necesario mantenerla, pero a veces el cuerpo sigue manteniendo la alerta aunque el peligro haya pasado.
Resentimiento.	Un sentimiento comprensible si no se siente suficiente apoyo. Pero ¿cómo la persona está influyendo a su vez en los que le rodean? ¿Qué reacciones provoca?
Tristeza.	Un modo de pararse a pensar y prepararse.
Reacciones demasiado radicales que no son habituales.	En situaciones de amenaza vital hay que tomar decisiones rápidas en cuestión de segundos y las cosas y las personas deben ser "buenos" o "malos", "amigos" o "enemigos", pero pasada la situación de alarma, seguir funcionando con esta estrategia que era correcta y adaptativa nos dificulta la vida.

2. Comprender las estrategias de generar miedo en medio del conflicto.	Realice una contextualización del miedo y su intencionalidad en el conflicto: Recuerde que la violencia como acto intencional busca un efecto sobre las personas y grupos, como son: - Fragmentar las comunidades y las formas de solidaridad. - Intimidar a la gente: las amenazas, los asesinatos, los secuestros, las masacres, etc., tratan de difundir miedo entre la gente, para que exista desconfianza y que la gente se paralice sin hacer nada. La violencia política ha obligado a muchas personas al exilio o a desplazarse a otros lugares. Esas experiencias de violencia pueden golpear y dejar huella en la persona, el grupo y la comunidad. Otro impacto de la violencia es que la gente se quede con el dolor y el daño, que lo viva sola, que lo oculte a los demás.

objetivo	actividades
3. Construir la noción del daño ocasionado y el papel de las acciones de atención como rehabilitación[4].	Este momento de la atención, dirigido a la construcción de la noción del daño, tiene la intención de facilitar el establecimiento de los nexos entre el malestar y las violaciones a los DD. HH. Su intención no es de peritaje o de prueba jurídica; se trata de encontrar un mecanismo para descentrar las posibles culpabilizaciones y así concertar cómo la atención que está recibiendo pretende mitigar y restaurar de alguna forma el daño. Por lo tanto, se trata de una acción de rehabilitación. Lo siguiente puede ser una orientación para el diálogo: "Vemos que lo que pasó tuvo unas intencionalidades, no fue accidental, se pretendía que usted o ustedes se sintieran vulnerables, inseguros, temerosos. Es decir, ha habido una afectación por lo ocurrido. Por ello, esta atención se dirige a tratar de restaurar en algo eso que fue afectado, la capacidad para resolver algunas situaciones cotidianas. Estamos en un proceso de rehabilitación de los daños ocasionados por el conflicto, porque posiblemente antes de tantos problemas a ustedes no les pasaba esto. ¿Cómo se sienten al hablar de esta manera de lo que pasó?". Se procurará promover el diálogo respecto a que hubo un deterioro por causa de la violencia, y en respuesta a ello es que se está realizando esta atención.

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Identificar estrategias para el manejo del miedo.	Se van a contraer algunas formas de manejar los miedos, a partir del trabajo anterior de Análisis de los Miedos: Se listan cosas que han sido útiles para enfrentar y cosas no útiles. Se describen, entonces, los siguientes mecanismos: A. El trabajo sobre el miedo va dirigido a "ponerle nombre" al miedo, a pasar de nuestros miedos en la oscuridad, al "coco", a los miedos "perro que muerde", para poder prepararnos mejor. Se trata de concretar cuáles son sus miedos. Eso permitirá discutir los posibles problemas o riesgos de una forma más abierta y constructiva. Este proceso de ponerle nombre al miedo puede ayudar a cuatro cosas:

objetivo	actividades
	1) Que la gente pueda expresar cosas que tenía guardadas y disminuir su tensión. 2) Ver que muchos de esos miedos son comunes, de esa forma puede evitarse la imagen deteriorada de uno mismo por sentir miedo, al ver que los demás lo tienen también. 3) Al ponerle nombre, el miedo se hace más concreto y se puede objetivar la amenaza y prepararse mejor. 4) Mantener una postura activa, para evitar el consumo de energía vital que genera angustia y te domina. B. Afrontando directamente la situación que la produce (quizá es posible tomar precauciones, cambiar hábitos…). C. Afrontando las consecuencias o intentando mantener el control y evitando comportamientos impulsivos (relajarse, pensar repitiéndote que puedes mantener el control…). D. Trabajar los miedos, tratándolos al menos desde cuatro puntos: Reconocerlos (el paso inicial para afrontarlos es ser consciente de ellos), analizarlos (para evaluar su base real). E. Socializarlos (para hacerlos conscientes y liberarse de la imagen deteriorada de uno(a) mismo(a) por sentir miedo). F. Descomponerlos (para ver en qué riesgos se basan y ver qué se puede hacer para afrontarlos). G. El manejo implica evitar posturas rígidas. Con frecuencia, los miedos se niegan (para no sentirse mal), se ocultan (para no preocupar al resto o no ser mal considerados/as) y se hace como si no existieran, evitándolos o rehuyendo temas o situaciones que los provoquen ("mejor no hablar", "no tiene importancia", "lo dejaremos para otra ocasión, ahora no tenemos tiempo"). H. Compartir los sentimientos. Las experiencias de miedo generan muchos sentimientos y emociones que no pueden ser calificados de negativos solo por no atenerse a razones "lógicas". I. Negarlo no resuelve nada, al revés, genera prejuicios y complica aún más la situación de quienes los sufren. Compartir a un nivel más emocional de la lucha nos alivia y fortalece. J. Promover la solidaridad. Las situaciones límite no las vivimos a solas, sino en grupo; por tanto, el grupo puede ser un gran recurso para hacerle frente al miedo. El grupo, un espacio para la confianza y la aceptación, es muy útil para hacerle frente al miedo solidariamente. K. Favorecer el refuerzo ideológico, creando un espacio de apoyo mutuo, prestándonos fuerzas mutuamente y controlando las reacciones impulsivas.
2. Plantear propuestas de estrategias.	A partir de las anteriores consideraciones, determinar las formas en que se ha manejado y cuáles pueden ser funcionales para poner en práctica.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Revisar el empleo de estrategias para el manejo del miedo.	Se hace valoración del trabajo de la sesión anterior, explorando algunos nuevos mecanismos para el manejo.
2. Introducir estrategias de relajación.	Se propone el uso de otros recursos como el uso de la relajación, por lo que se sugiere dar indicaciones para el empleo de estas técnicas. Realizar un ejercicio de relajación con el grupo, haciendo énfasis en que se puede aprender y emplear en muchas circunstancias. La relajación implica el proceso de distención muscular en forma progresiva. Puede estar acompañada de ejercicios de respiración lenta y profunda y, finalmente, asociarla a imágenes placenteras y positivas. Para el entrenamiento en relajación existen muchas técnicas. Es importante lograr un estado de tranquilidad mediante la respiración y la distención muscular. Se pueden consultar los textos de Smith (1992) y el de Robles & Peralta (2009). Las siguientes páginas web también ilustran varios procedimientos: http://www.larelajacion.com/larelajacion/tecnicas.php y http://www.formarse.com.ar/ejercicios/ejercicios_relajacion.htm

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Revisar de nuevo los recursos de apoyo familiar.	Se inicia la sesión con un breve resumen de lo realizado en el encuentro anterior, explorando cómo se sienten los participantes respecto a este tema. Rescate el papel del grupo familiar como fuente de apoyo del miedo, así como de enfrentamiento. Se propone un trabajo individual de reflexión en: Cuando han ocurrido situaciones que generan miedo en la familia, ¿quién se puede afectar más?, ¿quién puede tener más control? ¿qué medidas se pueden tomar en grupo? Después, en plenaria, se comparten algunos elementos.
2. Prevenir frente a pérdida de control ante situaciones de miedo.	Se trabaja en lo que se está haciendo para el manejo del miedo y se discuten formas y mecanismos para evitar perder el control; por ejemplo, la verbalización, el reconocimiento de que se siente miedo, elaborar planes de acción, etc.
3. Preparar para el cierre.	Reconozca cambios y plantee el reto de continuar manejando estas circunstancias. Se pide traer la Carta de Despedida para la última sesión.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Seguimiento de cambios	Después de realizar un resumen de lo ocurrido en la sesión anterior, se hace un resumen del proceso llevado a cabo y se valora para qué ha que ha sido útil, a nivel individual y grupal: ¿En general, quienes están cerca de ustedes notan cambios?
2. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Se retoma la Carta de Despedida y se utiliza la metáfora de las hojas en el río, que emplea la imaginación para colocar los miedos en una hoja que se suelta en el río y se aleja hasta desaparecer por completo. Para profundizar en esta técnica se sugiere consultar el siguiente enlace: http://news.psykia.com/content/técnica-de-liberación-metáfora-de-las-hojas-en-el-río

objetivo	actividades
	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL.
2. Cierre	Se fortalecen estos logros y se concluye el proceso reconociendo cambios y esfuerzos realizados. Haga la despedida.

7.2. Grupos para el enfrentamiento de pérdidas

7.2.1. Justificación

El duelo es una respuesta humana normal de la sociedad frente a las muertes. Es compleja con múltiples expresiones y recurrente con tendencia a ir disminuyendo sus manifestaciones con el tiempo (Pérez-Sales, Hernangómez & Santiago, 2000). El enfrentamiento a las muertes en contextos de violencia ocasiona una serie de complicaciones que originan que estos procesos se complejicen por lo brutal de las muertes, el significado social que adquieren, las limitaciones impuestas por victimarios para realizar los ritos funerarios, la ausencia de justicia y, sobre todo, el carácter repentino en que estas ocurrieron (Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social, 2013; Becker & Weyermann, 2006).

Es así como el duelo adquiere también una connotación colectiva que, en estos casos, además del dolor que ocasionan, las muertes instauran pérdidas colectivas y culturales para los grupos, pues las prácticas de despedida a sus muertos fueron truncadas y queda el malestar por no poder asimilar lo ocurrido (Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social, 2013).

En este orden de ideas, apoyar la comprensión e integración de la experiencia de la muerte en el contexto de violencia mediante una metodología grupal aporta no solo en la capacidad de las personas para hacerle frente a la situación, sino la posibilidad de contrastar su experiencia con la de otros, superar el aislamiento y contribuir en el proceso reparatorio colectivo.

Objetivos

- Facilitar el enfrentamiento de emociones derivadas de las muertes en contextos de violencia.
- Comprender y aceptar emociones vinculadas a este.
- Apoyar en el proceso de integración de la pérdida a la vida.
- Apoyar en la reconstrucción y memoria del fallecido.
- Facilitar la resolución de problemas prácticos derivados de la muerte violenta.
- Promover una experiencia grupal que apoye el proceso de enfrentamiento.

Insumos para Indicadores de proceso

- Reconocimiento y comprensión de sentimientos vinculados a la pérdida.
- Inicio de acciones tendientes a continuar la vida sin el fallecido.
- Reconocimiento y comprensión de escenarios asociados a pérdidas significativas.
- Capacidad para recuperación de control en la expresión emocional.
- Incremento de la comprensión crítica de los hechos de violencia.
- Incremento en participación social

7.2.2. Recomendaciones generales

En primer lugar, atender las recomendaciones ya señaladas para el enfrentamiento del duelo en la sección anterior. En segundo lugar, el trabajo en grupo posee unas particularidades que difieren de la atención individual, que deben tenerse en cuenta en el desarrollo de este tipo de actividades. Ellas conciernen a:

- El papel del/la profesional: es quien promueve el grupo, lo mantiene y fomenta su cohesión. En este caso es quien va a liderar la mayoría de las actividades.

- La selección de participantes: además de la necesidad de trabajar en problemas, están las de tolerancia al grupo, la motivación, el compromiso, etc.

- El encuadre. refiere al momento en el que se establece el marco en el que funcionara el grupo. Esto es fundamental tanto desde la convocatoria hasta el inicio y desarrollo de las actividades grupales.

- Las normas para el funcionamiento: comprende las pautas mínimas de respeto, escucha y participación.

- La duración y frecuencia de los encuentros. Estos se plantean de 1 hora y media a 2 horas, y con frecuencia semanal durante siete ocasiones.

- La conformación del grupo: comprende el número de participantes, se proponen un mínimo de 5 y máximo de 12 personas.

Para ampliar estas recomendaciones, lea los apartados 5.1 y 5.2. sobre el proceso de atención Individual - Grupal. Estas contienen los principios de la atención las cualidades de un grupo que es aplicable a la mayoría de los grupos que se conforman con fines de atención en rehabilitación psicosocial.

7.2.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer relación de atención. 2. Identificar recursos. 3. Identificar principales áreas de afectación. 4. Identificar necesidades y expectativas de cambio.	Realizar el proceso de Acercamiento y Reconocimiento descrito en el apartado 5.3. En este momento se identificó y concertó la importancia de trabajar en el tema de afrontamiento de pérdidas, bien sea por un acontecimiento ocurrido en forma reciente (durante los últimos meses) o por la reexperimentación, motivada por alguna fecha o acontecimiento significativo para la persona, que siente que requiere de apoyo para enfrentarlo.

Sesión 2

objetivo	actividades
1. Hacer la presentación del proceso general.	Se abre el grupo con la bienvenida. El/la facilitador/a se presenta de nuevo. Se suministran algunas indicaciones del trabajo a llevar a cabo "Como ustedes saben, este trabajo hace parte de las acciones de atención psicosocial dirigidas a disminuir los efectos que ha dejado la violencia, y de esta forma pretende una acción reparadora y de rehabilitación frente a los dolores ocasionados. Los he convocado porque en conversaciones con cada uno y cada una de ustedes hemos visto la importancia de discutir algunos problemas que son similares en todas y todos, y que tienen que ver con la forma como se sienten con ustedes mismos/mismas. Para esto nos vamos a reunir en varias ocasiones, y estoy seguro/a de que será muy útil para todas y todos, ya que en forma conjunta podremos encontrar formas de enfrentar estos problemas. El plan es que en las reuniones tengamos algunas actividades que nos ayuden a focalizar unos temas, y conversaremos mucho sobre ello. Por ahora vamos a ir conociéndonos".
2. Hacer la presentación de los y las participantes.	Existen muchas formas de hacer la presentación de los y las integrantes en grupo; una puede ser con la actividad Momentos de mi Vida: Se entrega una hoja que será dividida en cuatro partes y en cada cuadrante cada uno va a dibujar una imagen que represente: 1) Una cualidad que tengo___ 2) Yo nací en___ he vivido en:_____ y ahora vivo en: _____ 3) Algo que he aprendido de mi familia ha sido: _____ 4) Para el futuro yo quisiera: _____ Una vez realizada la actividad, por parejas cada uno le cuenta al otro lo que representan los dibujos. El plenaria uno de la pareja presenta a la persona con quien habló y luego cambian.

objetivo	actividades
3. Establecer el encuadre del grupo.	El/la facilitador/a expresa: "Este es un grupo en el que vamos a apoyarnos y a crecer como personas. Para eso vamos a plantear algunos aspectos que son importantes para que sea muy útil cada día que nos encontremos ¿Qué consideran ustedes que debemos tener en cuenta? Anime la discusión y vaya anotando las normas en una cartelera. Se sugiere revisar las recomendaciones indicadas arriba del encuadre, por ejemplo, la confidencialidad, la puntualidad, etc. Una vez establecidas las normas, se acuerda que estas deben respetarse durante las reuniones.
4. Comprender la importancia del duelo.	Se abre una conversación grupal acerca de: ¿Es el duelo una enfermedad? En grupo se discute esta pregunta, que pretende considerar el duelo como respuestas normales e importantes para el proceso de crecimiento. Nota sobre el registro Para registrar las actividades realizadas en esta modalidad, se dispone de la Ficha PAP014 Registro Sesión Grupo, en la que se anotará: 1. La asistencia y firma de los participantes. 2. La actividad general del grupo. 3. La forma como se caracterizó la participación de cada uno de los asistentes. Posteriormente, cargue estos registros en el aplicativo como una atención individual para cada uno de los participantes del grupo. Aquí no se registrará como atención comunitaria, sino como sesión individual de atención o de cierre, según el caso.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Facilitar la expresión de sentimientos frente a la pérdida.	Se inicia la sesión con un resumen de la reunión anterior. Se propone ahora una conversación sobre "las cosas que ayudaron y las que no ayudaron para sentirse mejor frente a la pérdida". Se realiza discusión en plenaria y se registran los aportes para identificar mecanismos de afrontamiento.
2. Evaluar los sentimientos.	Explore el estado de ánimo de los participantes y cierre la sesión. Solicite traer en la siguiente sesión un elemento que identifique al fallecido, como una foto, una prenda o un objeto que lo caracterice.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Explorar sentimientos y actitudes hacia el/la fallecido/a.	Se abre la reunión con un resumen de lo realizado en la sesión anterior. "Una forma de entender nuestro sentimiento hacia la ausencia de nuestro familiar es traerlo a la memoria, él/ ella sigue aquí. Vamos a presentar a nuestro familiar al grupo a partir de lo que hacía parte de él". En plenaria, cada quien irá presentando a los demás quién era, qué hacía, qué caracterizaba el/ la fallecido/a, qué le gustaba de él/ella. "El elemento que trae lo caracterizaba porque… Un buen recuerdo fue… Nosotros nos tratábamos…". Es importante destacar los sentimientos que hay para con el/la fallecido/a.

objetivo	actividades
2. Trabajar en relajación.	Después de la ronda se realizará un ejercicio de relajación. Mediante el trabajo de imaginería y el entrenamiento en relajación, se puede abordar la identificación y aceptación de sentimientos. Aprender a relajarse y controlar la respiración pretende incidir en una "calma psicológica". Hay muchos procedimientos: se recomienda la metodología de relajación progresiva. Se realiza el ejercicio por lo menos en dos ocasiones. Asegúrese de que se ha entendido el mecanismo para que sea realizado en otros momentos. Motive a practicar el ejercicio fuera del espacio de atención. Para el entrenamiento en relajación existen muchas técnicas. Es importante lograr un estado de tranquilidad mediante la respiración y la distención muscular. Se pueden consultar los textos de Smith (1992) y el de Robles & Peralta (2009). Asimismo, las siguientes páginas web ilustran varios procedimientos: http://www.larelajacion.com/larelajacion/tecnicas.php http://www.formarse.com.ar/ejercicios/ejercicios_relajacion.htm

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Explorar comprensión del conflicto armado y relación con la muerte del familiar.	Se abre la sesión con un recuento de lo trabajado en el encuentro anterior. "Se propone ahora comprender qué ocurre o ha ocurrido. Para ello, cada persona va a elaborar un mapa y va a representar el municipio donde ocurrieron los hechos que llevaron a la muerte del ser querido fallecido. Posteriormente: a. Ubíquense ustedes mismos en el mapa. b. Mediante símbolos creados por el grupo, identifiquen en el mapa los actores (particularmente grupos armados, policía…) que han tenido mayor influencia en el municipio. c. Señalen por qué puede ser la presencia de estos actores, y

objetivo	actividades
	d. Comenten qué efectos trajeron en la comunidad estos actores y sus acciones". Una vez cada persona finalice su mapa, se les pide conformar dos grupos para socializar su trabajo y encontrar aspectos en común. A partir de ello, en plenaria se propone un análisis de las circunstancias, del contexto, así como de las responsabilidades en la situación de la región. El trabajo puede permitir la comprensión de las intencionalidades de la violencia y posiblemente de lo ocurrido, Se requiere de: - Pliegos de papel periódico - Marcadores gruesos y delgados de varios colores - Crayolas - Colores - Cinta de enmascarar.
2. Construir la noción del daño ocasionado y el papel de las acciones de atención como rehabilitación[5].	Se cierra señalando las intencionalidades que ha tenido la violencia en el marco del conflicto armado, y como respuesta a ello el papel que tienen estas actividades dirigidas a la reconstrucción y al fortalecimiento, es decir, a aportar en un sentido a la rehabilitación psicosocial.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Aumentar el autoconocimiento.	Se abre la sesión con un resumen del trabajo del encuentro anterior y se informa que hoy se va a trabajar sobre nosotros mismos/as. Con este propósito, se plantea el ejercicio del Camino de la Vida: Ahora, con el interés de conocerlos(as) un poco más, quiero pedirles que dibujen un camino en esta hoja de papel (suministrar hojas blancas y lápices de colores), el cual representa su vida, con los altos y los bajos, nunca es recto. Este camino se inicia con su fecha de nacimiento y ha llegado hasta hoy. Como cualquier camino, hay lugares y momentos agradables importantes, de los que uno se siente orgulloso, y otros duros y difíciles. Quiero pedirles que indiquen con alguna figura aquellos especialmente significativos. Después del punto de llegada, en líneas punteadas, señalen a dónde seguiría ese camino". Concluido el ejercicio, se pide que narre la historia alrededor de este "camino" y en este se realizan preguntas sobre los momentos ilustrados (cómo se sintió, qué hubo de especial en esos momentos, qué hizo para seguir, etc.), así como aquello que de pronto no están presente y se conoce por conversaciones anteriores.
2. Fortalecer los usos de recursos personales.	A partir de este diálogo se destacan en la historia los recursos para enfrentar dificultades y quienes más los y las apoyaron.

Sesión 7

objetivo	actividades
1. Identificar formas de adaptación a la vida cotidiana.	Se abre sesión con resumen de la sesión anterior. Se realiza, primero, una reflexión personal, si se desea se pueden suministrar hojas y lápices para que anoten: ¿Qué cosas no se hacen ahora y antes de la muerte se hacían? (en varios aspectos, personales, familiares…)

objetivo	actividades
	¿Qué cosas se siguen haciendo, aun después de la muerte? Después, en parejas, van a dialogar al respecto conversando qué hace que no se sigan realizando, qué implicaciones trae esto en la vida de sí mismo/a y de la familia.
2. Promover salir de la inercia.	Se hace una reflexión señalando la importancia de retomar las cosas que eran importantes antes de la muerte, de qué manera podrían pedir ayuda. Para finalizar, se pide que intenten iniciar algo que quisieran volver a realizar y se comparte la siguiente y última sesión.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Explorar y evaluar el nivel de funcionamiento actual frente a la pérdida.	Inicia la sesión con un breve resumen del trabajo anterior. Se exploran los avances en retomar la vida y se fortalecen estos logros.
2. Fortalecer y reconocer el proceso recorrido.	A fin de fortalecer el proceso recorrido, se va a realizar una imagen del "Impacto positivo" que ha dejado mi familiar. Se trata de que la persona dibuje o cree un símbolo que le recuerde ese impacto positivo, algo importante en que me influyó, en la forma de ser, de pensar y sentir ahora y para el futuro, y que hoy sigue en cada uno/una (por ejemplo, una flor, por el gusto por las plantas; una biblia, porque me dejó el valor de la fe…).
3. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el documento adjunto denominado MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Después de compartir se hace un balance de lo que ha dejado este proceso y se hace la despedida.

7.3. Atención grupal para el afrontamiento de las emociones en NNA

7.3.1. Justificación

El conflicto armado ha generado en los NNA múltiples cambios en sus dimensiones personal, familiar, social y comunitario. Es así como algunos NNA experimentan emociones de angustia, rabia, tristeza, dolor, miedo, confusión, entre otros, y no cuentan con un espacio para reconocerlos, expresarlos, manejarlos y reelaborarlos.

Lo anterior ha llevado a que estas emociones se mantengan en lo privado del NNA sin poder darle un lugar, sentido y trámite.

Asimismo, se reconoce cómo están presentes en los NNA sensaciones de incertidumbre y temor frente a su futuro, dado que el conflicto armado ha ocasionado cambios en los roles, en las trayectorias y en las expectativas de vida que dificultan la toma de decisiones y proyecciones a futuro.

Teniendo en cuenta lo anterior, esta orientación metodológica busca construir un espacio de confianza y seguridad en el que los NNA puedan dialogar frente a sus emociones, intereses y deseos a futuro, dado el potencial que tiene el trabajo grupal en la socialización de experiencias, sentimientos y pensamientos que surgen frente a un tema en común, en este caso, las emociones generadas por el conflicto armado. Esta orientación se desarrolla a través de la técnica grupal en tanto el grupo es un *"conjunto de personas que, ligadas por constantes de tiempo y espacio y articuladas por su mutua representación interna, se proponen en forma explícita o implícita llevar a cabo una tarea que constituye su finalidad, interactuando a través de complejos mecanismos de adjudicación y asunción de roles" (Pichon-Riviére, 1997).*

El desarrollo de esta orientación permite que desde el trabajo con pares se fomente el intercambio de experiencias y formas de afrontamiento, validándose en su interior los diferentes recursos, potencialidades y capacidades que han activado los NNA para superar los hechos de violencia.

Objetivos

- Generar un espacio de confianza y seguridad que permita construir de manera conjunta un contexto propicio para el desarrollo de las sesiones grupales.
- Reconocer, expresar, manejar y reelaborar las emociones que presentan los NNA alrededor de los hechos de violencia.
- Promover el fortalecimiento de los recursos para el afrontamiento y la toma de decisiones frente a su futuro.

Indicadores de proceso

- Capacidad de los integrantes del grupo para reconocer, expresar y manejar sus emociones.
- Capacidad de los integrantes del grupo para fortalecer los recursos y la toma de decisiones frente a su futuro.

7.3.2. Recomendaciones generales

Es importante que esta orientación metodológica se desarrolle solo con NNA que conocen de la existencia de los hechos de violencia de manera directa o en sus familiares, dado que la intención de la atención psicosocial no es inducir o anclar en el NNA la identidad de víctima del conflicto armado. Para esto, tenga en cuenta en la conformación del grupo la información que brindó el familiar o cuidador durante el Momento de Acercamiento y Reconocimiento.

Asimismo y de acuerdo a lo planteado en el enfoque de curso de vida, en la conformación de los grupos tenga presente: los referentes familiares, sociales, culturales e históricos que existen en el territorio frente al ser niño, niña o adolescente, sus capacidades, su desarrollo y necesidades de atención. Partiendo de lo anterior, en lo posible conforme un grupo específico para niños y niñas, y otro específico para adolescentes.

Cada grupo debe estar conformado por 10 NNA (aunque por las condiciones del territorio podrá ocurrir que se conformen con un mínimo 5 participantes). Harán parte NNA de diferentes hechos victimizantes e identidad de género y orientación sexual, dado que el compartir su experiencia de vida con otros NNA favorece la construcción y fortalecimiento de su identidad[20]*. No se incluirán en la atención grupal NNA víctimas de violencia sexual y reclutamiento forzado, pues para ellos/ellas se hace necesario otro tipo de abordaje como el individual y el familiar.

Las sesiones grupales se llevan a cabo semanalmente con una duración de 2 horas. Los grupos son cerrados, es decir que el grupo está conformado por los NNA que asistieron a la segunda sesión. Durante el desarrollo de las siguientes sesiones no se dará ingreso a nuevos participantes.

[20] *Esta apuesta metodológica en la conformación de los grupos se realiza teniendo en cuenta los aprendizajes que han surgido en el marco del Proyecto "Servicios de atención psicosocial a Niños, Niñas y Adolescentes víctimas del conflicto armado desde las Cajas de Compensación Familiar", en donde el Ministerio de Salud y Protección Social junto con el apoyo de la Cajas de Compensación Familiar Comfenalco-Cartagena, Comfaca-Caquetá y Cofrem-Meta se encuentran implementando la Estrategia de Recuperación Emocional a Nivel Grupal para NNA, la cual fue diseñada por la Unidad para la Atención y Reparación a las Víctimas.

Para el desarrollo de la orientación se requiere de un espacio amplio y con ventilación, que permita el desarrollo de las actividades de manera privada, segura y confidencial. En lo posible, desarrolle las actividades organizando el grupo de manera circular.

Es indispensable que este proceso de atención individual que está llevando a cabo el NNA se complemente con el proceso de atención psicosocial desde la modalidad familiar, porque desde la experiencia se ha reconocido que se obtienen mayores cambios en el NNA y se mantienen en el tiempo, cuando su entorno familiar también se encuentra recibiendo atención psicosocial. Recuerde que el NNA hace parte de un sistema familiar con el cual interactúa y se relaciona constantemente para posibilitar su desarrollo y crecimiento. Teniendo en cuenta lo anterior, se realizarán gestiones para que el NNA pueda iniciar un proceso familiar.

Principios metodológicos fundamentales para el abordaje de este tema en particular.

Para el desarrollo de la orientación metodológica, es indispensable que tenga en cuenta lo siguiente:

- Es importante mantener durante todas las sesiones los acuerdos construidos en la segunda sesión, con el fin de promover un espacio de confianza, respeto, diálogo y escucha de las diferentes experiencias, opiniones, creencias y emociones que surjan en el grupo.

- Es importante motivar a los NNA para que realicen propuestas de actividades para el inicio o cierre de la sesión. En aquellos casos en los que existen propuestas, estas remplazarán la actividad que se ha descrito en la orientación metodológica.

- Respete los silencios —dado que estos también comunican— y use un lenguaje apropiado según sus capacidades, proceso de desarrollo y referentes culturales. Recuerde realizar preguntas lineales, reflexivas y circulares que sean claras para el NNA.

- Construya relaciones horizontales con los NNA que les permita sentirse validados y reconocidos como sujetos de derechos; para ello, es importante promover la toma de decisiones frente a su futuro y respetar los desarrollos que de manera individual o conjunta construyan frente a las actividades.

- Conéctese emocionalmente con la experiencia de vida de los NNA. Para esto, incorpore los distintos roles que asume en su propia vida, como lo son el ser padre/madre, hijo/hija, esposo/esposa, amigo/a, abuelo/a, entre otros.

- Reconozca y valide la experiencia de dolor y sufrimiento. Asimismo, señale que los hechos de violencia vividos nunca debieron suceder, con el fin de desinstalar la culpa y reconociendo los recursos que le han ayudado al NNA a sobrellevar lo vivido.

Indicaciones generales que deben evitarse y riesgos para tener en cuenta en la práctica

- Evite utilizar tecnicismos durante la explicación de las actividades a desarrollar en el espacio grupal, en el

caso de ser necesario, explíquelo claramente y de lugar a preguntas que surjan por parte de los NNA.

- Evite tratar o utilizar un lenguaje en términos de inferioridad; por el contrario, en la atención psicosocial reconozca los recursos y capacidades de los NNA.

- Evite forzar a los NNA a hablar del hecho de violencia vivido. Recuerde que la atención psicosocial busca mitigar los daños o afectaciones psicosociales que se mantienen en el tiempo y no en la manera en que ocurrieron los hechos victimizantes.

- Evite centrar su atención en un caso particular, promueva la participación de todos los NNA y aborde las situaciones presentadas desde la dinámica grupal, no de manera individual.

Recursos adicionales

Teniendo en cuenta que los NNA tienen diferentes formas de expresión y representación de lo vivido que no solo están en lo verbal, considere que algunos niños y niñas prefieren trabajar con creaciones artísticas y simbólicas —técnicas expresivas— como el dibujo, los títeres, el juego, moldear plastilina, entre otros, y algunos adolescentes prefieren actividades que requieren de expresión corporal —técnicas performativas— como el teatro, el baile, juegos de roles y juegos de superación de obstáculos, entre otros. Es importante señalar que algunas técnicas que se desarrollan en esta orientación metodológica fueron definidas por la OIM y ajustadas a los objetivos y alcances que tiene esta Estrategia de Atención Psicosocial (OIM, 2016).

Considere alternar el tipo de técnicas cuando algún NNA no pueda participar debido a sus condiciones particulares. Por ejemplo, si en alguna sesión se sugiere trabajar con técnicas performativas y dentro de los participantes está presente un NNA con discapacidad a quien le es imposible realizar este tipo de técnicas, puede modificarla por una técnica de tipo expresivo. En estos casos, siempre deberá revisar que el tipo de técnica que incorporará facilitará la consecución de los objetivos de la sesión y es consecuente con los paradigmas epistemológicos de esta Estrategia de Atención Psicosocial: Hermenéutico y Crítico Social. Asimismo, deberá reportar en la casilla de observaciones del aplicativo web correspondiente al reporte de la sesión el motivo por el cual realizó el cambio y cuál fue la actividad alterna que desarrolló.

En aquellos casos en los que el grupo se encuentra disperso, deténgase un tiempo para llevar a cabo la actividad de Paso de Energía o de Chiquirirriquiri ranfanfán, las cuales buscan vuelva la concentración, atención y motivación en el grupo:

Actividad de Paso de Energía: El grupo se hará en círculo y rotará la energía, haciendo un movimiento con el cuerpo y las manos como si se enviara un balón energético de una persona a otra, y cuando se realice se hará acompañado de la palabra: "¡ya!". Es importante que el ejercicio se realice con la intención de pasar energía, se hará de uno en uno y deberá hacerse hacia un costado específico, a la derecha, por ejemplo.

Después de varias rondas o en otros momentos de las sesiones en que vuelva la dispersión, se podrán incluir

otros comandos como "¡Jon dom!", que traerá consigo otro movimiento corporal, brazos hacia arriba estirados y bajando fuertemente hacia el pecho, esto querrá decir que se devuelve la señal, es decir, se cambia la dirección del paso de energía "¡Ya!". También se puede incluir "¡Boing!" que se hará estirando un brazo hacia una persona del círculo distinta a las que se tienen al lado y está continuará con la dinámica, o incluir "¡Ay!", haciendo unos binóculos con las manos, que querrán decir saltarse a quien seguía y continuar.

Actividad de *Chiquirirriquiri Ranfanfán:* El grupo se organiza en círculo y, de manera aleatoria, el/la profesional dará las siguientes indicaciones:

Se enseña al grupo el ritmo con la palabra consigna, repitiéndola varias veces hasta que la aprendan "chiquirirriquiri ranfanfán", con el ritmo que acompañará al movimiento que se transmita. Deben designar un punto de inicio del círculo y la persona que ha sido propuesta como la primera deberá pensar en un movimiento que pasará a la segunda persona, y este al tercero y así sucesivamente. Este movimiento será cambiado por la persona que ocupa el primer lugar del círculo. De esta manera, cada integrante del equipo estará realizando un movimiento completamente diferente al mismo tiempo. Una vez llega el primer movimiento que se envió a la persona que ocupa el primer lugar, esta se integrará y empezará el primer ciclo o ronda. El ejercicio termina cuando se logran cinco ciclos o rondas completos.

Nota: Tenga en cuenta que en el juego el error es una oportunidad; por ello, en aquellos casos en los que el NNA se equivoque, manifieste que en este caso no vamos a criticar el error sino a celebrarlo. Celebre con aplausos y risas cada vez que un NNA se equivoque, señalando que los errores hacen parte de la vida.

7.3.3. Actividades sugeridas

Sesión 1

objetivo	actividades
1. Establecer un acercamiento comprensivo y respetuoso que permita un espacio de diálogo y reflexión, para identificar niveles de afectación producidos por los hechos victimizantes, reconociendo sus capacidades y recursos de afrontamiento. 2. Identificar en forma conjunta las áreas para llevar a cabo acciones de mitigación del daño psicosocial.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO se encuentran en el Capítulo 5.4.

Sesión 2

objetivo

1. Generar un espacio de confianza y seguridad que permita el desarrollo de un contexto propicio para la atención.
2. Construir de manera conjunta acuerdos para el desarrollo de las sesiones grupales.
3. Comprender las expectativas que tienen frente a la atención y su proceso de cambio.

actividades

Apertura de la sesión

1. Teniendo en cuenta que esta es la primera sesión en la que están reunidos los NNA de manera grupal, la siguiente actividad se desarrolla con el fin de promover la espontaneidad, aceptación del otro/a, confianza, escucha, comunicación, imaginación, recursividad y trabajo en equipo.

Se solicitará al grupo que camine libremente por el espacio y se da la indicación de que cuando reciban la señal, saludarán a la primera persona con la que hagan contacto visual con una intención particular definida por el/la profesional, como:

- Saludar a alguien que quiero mucho y no veo hace un año.
- Saludar a alguien con quien estoy molesto/a.
- Saludar a alguien a quien le tengo miedo.
- Saludar a alguien de quien sé un secreto.
- Saludar a alguien que tiene un moco visible.

Entre otras tantas posibilidades que considere que se pueden traer al grupo. Se sugiere finalizar la actividad con preguntas lineales, circulares, reflexivas y estratégicas que posibiliten recoger la experiencia vivida.

2. Se dará inicio a la presentación de cada participante a través de la siguiente actividad:

Cada persona del grupo dirá su nombre acompañado de un ritmo o movimiento el cual todo el grupo imitará. En círculo, el/la profesional iniciará la actividad marcando el ritmo, por ejemplo, un golpe con las palmas de las manos sobre las piernas, una palmada, entre otros. Seguidamente, lo hará el NNA que se encuentre al lado derecho empezando por el nombre y ritmo del/la profesional. Sucesivamente se realizarán los movimientos y ritmos propuestos por cada participante hasta que el último NNA sea presentado.

Nota: Se podrán hacer variantes, cambiando el ritmo, utilizando los pies, estando sentado, entre otros. En aquellos casos en los que se evidencian dificultades para memorizar los nombres y ritmos, se pedirá que solo se nombre a la persona anterior con su respectivo ritmo y no a los anteriores como propone. Así mismo, se podrá dar la instrucción de utilizar un ritmo musical (reguetón, hip-hop, pop, rock, música típica de la región, etc.) de preferencia de los/las participantes.

objetivo

actividades

Desarrollo de la sesión

1. Se desarrollará la actividad de Demografía Grupal, con el fin de lograr un mayor conocimiento de los gustos e intereses de los participantes. Para ello, el/la profesional le planteará al grupo una línea imaginaria sobre la que se deben ubicar, y seguidamente emitirá una de las siguientes preguntas:

Al lado derecho se ubicarán las personas que:	Al lado izquierdo se ubicarán las personas que:
Tienen mascotas	No tienen mascotas
Les gusta y hacen deporte	No hacen deporte (les guste o no)
Almuerzan todos los días a la misma hora	Almuerzan a cualquier hora
Cumplen años entre enero y junio	Cumplen años entre julio y diciembre
Les gusta las matemáticas	No les gustan las matemáticas
Les gusta el reguetón.	No les gusta el reguetón.

Cada NNA se movilizará al costado derecho o izquierdo de la línea de acuerdo a la instrucción. Estas preguntas se pueden ajustar dependiendo del conocimiento al que se pretende llegar con el grupo. Los NNA podrán proponer preguntas.

2. Con el propósito de fomentar el trabajo en grupo y de construir los acuerdos necesarios para el desarrollo de las sesiones, se llevará a cabo la siguiente actividad:

Se hará un círculo y en el centro el/la profesional contará la siguiente historia: "Vivimos en un reino donde el rey quiere realizar una fiesta por la entrada de la primavera; pero como este rey ha hecho muchas fiestas, no tiene ya ideas de cómo realizarla. Por eso, ha pedido a su pueblo que le compartan algunas ideas para realizarla, haciendo feliz a su pueblo. Como no se cuenta con mucho tiempo, el rey pide que se le entreguen estas ideas lo más pronto posible".

El/la profesional indicará que para el desarrollo de la actividad deberán elegir los roles que asumirá cada uno, como por ejemplo; ancianos del pueblo, hombres, mujeres, niños y animales, entre otros. De manera conjunta plasmarán en un pliego de papel kraft* las ideas que le surjan desde el rol que están sumiendo. Contarán con 15 minutos para su construcción y luego será presentado al rey (este rol será asumido por el/la profesional).

objetivo	actividades
	Es importante que el/la profesional observe cómo trabaja el grupo, si existe participación de todos los integrantes, cómo se organizaron, qué rol asumió cada uno. Luego de la presentación del mural, el/la profesional preguntará: ¿Cómo se sintieron durante el desarrollo de la actividad? ¿Qué cosas les gusto del trabajo en grupo? ¿Qué cosas creen que se debe mejorar? Teniendo en cuenta que vamos a trabajar en grupo, ¿qué podrían aportarle al grupo para su desarrollo? En un pliego de papel kraft* todos anotarán las propuestas y acuerdos que surjan en el grupo. Como una muestra simbólica de lo construido, esta elaboración estará en un lugar visible durante las próximas sesiones. 3. Con el fin de recoger las expectativas que se tienen frente al trabajo grupal y a las necesidades de cambio, el/la profesional realizará en círculo las siguientes preguntas: ¿Qué creen que se va a hablar o trabajar aquí? ¿Por qué creen que vamos a estar reunidos en grupo? Luego de recoger las respuestas de los NNA, el/la profesional señalará: "En este espacio nos vamos a reunir todos a dialogar, opinar, compartir, construir y reflexionar. Esto lo vamos a hacer para comprender aquellas cosas que han sido difíciles para nosotros, que en ocasiones no hemos hablado y que ahora en este espacio vamos a poder hacerlo, vamos a poder hablar por ejemplo del conflicto armado y de los cambios que ha generado en cada uno y cada una, así como de nuestros sueños y deseos a futuro. Lo vamos a hacer en grupo porque en grupo nos podemos apoyar y porque juntos podemos construir nuevas cosas. Nos vamos a encontrar una vez a la semana. Nos quedan seis encuentros en los que vamos a trabajar con diferentes materiales y temas. Es muy importante que puedan asistir a todos los encuentros".

objetivo	actividades
	Cierre de la sesión El/la profesional les solicitará que traigan una fotografía de cuando estaban pequeños. Se finalizará la sesión con la actividad de Nudo Humano: El grupo se hará en círculo tomándose de las manos, incluyendo al profesional, quien sin soltarse de las manos va a comenzar a meterse debajo o encima de los brazos agarrados de los distintos NNA hasta formar un nudo humano. Cada persona deberá mirar quién tiene su mano derecha y quién tiene su mano izquierda para buscar la manera de volver al círculo original. Esto se deberá realizar sin hablar. Al finalizar, el/la profesional realizará preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad.
Recursos logísticos	*Pliegos de cartulina o papel Kraft, lápices, colores, marcadores, cinta.

Sesión 3

objetivo	actividades
1. Identificar las diferentes emociones en los NNA. 2. Reconocer las propias emociones y las de los demás integrantes del grupo.	Apertura de la sesión Para dar inicio a la sesión y continuar favoreciendo la integración de los participantes, el/la profesional repartirá un octavo de cartulina* a cada participante y solicitará que tomen en sus manos la fotografía que trajeron. Pedirá que doblen la cartulina en la mitad, en una parte pegarán la fotografía y en la otra escribirán datos de la infancia, como Mi mayor travesura, El juego que más me gusta o me gustaba, Mi mejor regalo, Mis primeros amigos, entre otras. Al finalizar, todos los Álbumes de Recuerdos se colocarán en el centro del círculo y se repartirán aleatoriamente a los participantes. De esta manera, cada NNA tendrá un álbum de un participante distinto, irán leyendo uno a uno y tratarán de adivinar a quién pertenece el álbum.

objetivo	actividades
	Nota: En aquellos casos en los que el NNA no logró traer su fotografía, podrá realizar un dibujo de sí mismo/a; si llega a ser necesario, este dibujo se realizará con el apoyo del/la profesional. El/la profesional formulará preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad.
	Desarrollo de la sesión 1. Con el fin de identificar nuestras emociones y la forma en que las expresamos, se desarrollará la actividad de los Espejos en filas paralelas. Para ello, el/la profesional le solicitará al grupo que se organice en dos hileras paralelas, de forma que cada participante esté de pie enfrente de un/a compañero/a. Los participantes de una hilera serán A y los participantes de la hilera de enfrente serán B. Se les dará la indicación de tomar una postura corporal neutra (brazos descruzados, pies paralelos al ancho de la cadera, rodillas semi-flexionadas, cadera y espalda alineadas), buscando tener una respiración profunda y fluida. Luego, se les pedirá a los A que con su cuerpo y expresiones faciales representen la Alegría. Los participantes que están en la fila B observarán la postura y rostro de A y luego imitarán la imagen a manera de espejo, intentando captar las sensaciones que observa en su compañero/a. A vuelve a la postura neutra y observa su reflejo en B, notando lo que le dice y le hace sentir esa imagen. Nuevamente se realizará el ejercicio, esta vez los B con su cuerpo y expresiones faciales representará la Rabia. Los participantes que están en la fila A observarán la postura y rostro de B y luego imitarán la imagen a manera de espejo, intentando captar las sensaciones que observa en su compañero/a. B vuelve a la postura neutra y observa su reflejo en A, notando lo que le dice y le hace sentir esa imagen. Sucesivamente A y B representarán diferentes emociones como tristeza, miedo, confusión, euforia, entre otros. 2. Con el fin de reconocer las emociones de los demás participantes del grupo, el/la profesional iniciará con la actividad Mi otra Mitad, para la cual distribuirá imágenes en el grupo que sean complementarias, de forma que cada NNA busque la que sea su complemento y se armen parejas. Cuando ya se encuentren todas las parejas, les solicitará que se sienten en el suelo, realizándole entrega a cada uno de diferentes imágenes**. Les solicitará que una pareja sea A y la otra B. A cogerá una imagen y con su expresión facial la representará y B deberá adivinarla. Luego, B con su expresión facial representará la siguiente imagen y A deberá adivinarla. Así sucesivamente hasta terminar las imágenes. Al finalizar, el/la profesional realizará preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad, señalando que es importante expresar y reconocer nuestras propias emociones, así como las de los demás.

objetivo	actividades
	Cierre de la sesión El/la profesional desarrollará la actividad del Bosque: Se les pedirá que caminen por el espacio y que escuchen la música***, que la sientan en su cuerpo. Luego, poco a poco, se les dirá que se hagan al lado de la persona que tienen cerca y que muy paulatinamente se van a acercar para irse convirtiendo juntos en un árbol, como a cada pareja le parezca que es este. Cuando cada pareja haya hecho el árbol, se les pide que entre ellos identifiquen, sin hablar, quién es el tronco y quién las enramadas. Quien se considere tronco cerrará los ojos y se quedará congelado. La persona que se haya identificado como enramada saldrá con el/la profesional, quién le dará la instrucción de hacer todos los movimientos que se les proponga con los troncos, ellos van a hacer toda la ambientación del bosque. Los deben hacer fluidamente y con todos los compañeros, no solamente con su pareja. El/la profesional modelará la actividad haciendo de viento, silbidos, arañitas, monos, serpientes, entre otros sonidos y movimientos que crea que puede haber en un bosque, de forma respetuosa y cuidadosa, y los demás que están asumiendo el rol de enramadas lo/la seguirán. Quienes están haciendo de troncos continuarán con los ojos cerrados. Para finalizar, se les dirán susurros al oído reconociendo algo de esa persona; como por ejemplo: admiro, reconozco, quisiera decirte que "me caes muy bien", "me gusta tu forma de vestir", "quisiera conocerte más", etc. Finalmente, se hará el mismo ejercicio cambiando de roles, los troncos serán enramadas y viceversa. El/la profesional realizará preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad y señalará que esta es una de las formas como nos cuidamos en el grupo.
Recursos logísticos	* Octavos de cartulina, marcadores, lápices, lapiceros, colores, cinta y colbón. ** 5 imágenes de diferentes emociones Anexo 2 y 3. *** Música de relajación.

Sesión 4

objetivo	actividades
1. Reconocer las emociones que tienen los NNA alrededor del conflicto armado. 2. Validar las diferentes emociones que surjan en el espacio grupal.	Apertura de la sesión Para dar inicio a la sesión, el/la profesional solicitará que conformen grupos de tres NNA. Cada grupo elegirá dos personas quienes se agarrarán de las manos para representar una cueva y el tercer participante será un oso, el cual estará ubicado dentro de la cueva. El/la profesional iniciará dando la indicación que cuando se nombre: - La palabra Cuevas significa que las cuevas buscan otros osos que proteger. - La palabra Osos significa que los osos buscan otra cueva donde protegerse. - La palabra Terremoto significa que las cuevas podrán ser osos y viceversa. El/la profesional dirá una de las anteriores palabras y entrará al juego generando que un integrante se quede sin cueva. La persona que queda sin cueva dará una indicación y buscará nuevamente ubicarse en el grupo. Sucesivamente, se darán diferentes indicaciones de palabra y el grupo se movilizará.
	Desarrollo de la sesión 1. Con el fin de reconocer las emociones que tienen los NNA alrededor del conflicto armado, se utilizará la técnica narrativa de Lectura de Imágenes: El/la profesional solicitará que se ubiquen de manera circular haciéndoles entrega de una imagen* (a cada NNA se le hará entrega de la misma imagen). Se les dará 5 minutos para que la observen detalladamente. Cuando esto se haya logrado, el/la profesional explorará los significados que tienen los NNA, a través de las siguientes preguntas: ¿Quiénes están ahí? ¿Qué está haciendo cada uno? ¿Por qué lo hacen? ¿Qué están pensando? ¿Qué están sintiendo? ¿Cómo llegaron ahí? ¿Qué pasó antes? ¿Qué va a ocurrir después? ¿Por qué ocurrirá eso? ¿Qué otra cosa podría ocurrir? ¿Qué tendrían que hacer para que el final fuera diferente? ¿Hemos vivido nosotros algo similar? (Grupo de Investigación en Socialización y Crianza, 2015).

objetivo	actividades
	El/la profesional les solicitará que dibujen en una hoja** ¿Qué han sentido ante esa situación similar? Al finalizar el dibujo, el/la profesional recogerá a través de preguntas el dibujo realizado y la experiencia vivida durante la actividad. 2. Con el propósito de contener las emociones que surgieron en los NNA, se desarrollará la actividad de la Escultura: - El/la profesional les pedirá a los NNA que salgan del ejercicio anterior moviendo el cuerpo y sacudiéndolo. Les solicitará que caminen por el espacio y que formen un solo grupo. Se le dará la indicación de construir con sus cuerpos, y sin hablar, una escultura de cómo se sintieron durante el desarrollo de la actividad anterior. Durante un momento permanecerá la escultura, el/la profesional observará a cada uno/una y luego les pedirá que la suelten y continúen caminando. Mientras caminan, el/la profesional motivará al grupo a que respire despacio y profundamente, señalando que cada vez que se respira ingresará al cuerpo un aire tranquilizador. Podrá señalar que cada NNA le dará un color al aire que está ingresando en su cuerpo y otro color al aire que está saliendo de su cuerpo. Luego, dará la indicación de que paren nuevamente y, sin hablar, construyan con sus cuerpos una escultura de cómo se están sintiendo en este momento. El/la profesional observará cada escultura y luego les pedirá que la suelten y continúen caminando. El/la profesional dará la indicación de que mientras caminan, con el cuerpo van a expresar a las personas que se encuentren un gesto de apoyo. 3. Se realizará una actividad a través de la técnica expresiva de Mandalas, para la cual el/la profesional les solicitará a los participantes que se ubiquen en círculo, el/la profesional colocará en el centro diferentes tipos de mandalas***, indicando que cada NNA podrá elegir la imagen que le guste y que desee trabajar. Se dará la indicación de que el mandala sea coloreado de afuera hacia adentro, con el fin de lograr que el NNA se centre en sí mismo y se propicie un espacio de contención de las emociones.
	Cierre de la sesión Al finalizar el mandala, el/la profesional les solicitará a los NNA que dejen los mandalas en el centro del círculo y que se pongan de pie. Indagará: ¿Cómo se sintieron?, ¿qué fue lo que más les gustó?, ¿qué fue lo que no les gustó tanto?, ¿qué recuerdos surgieron mientras coloreaban el mandala? Posteriormente, el/la profesional hará la reflexión que a lo largo de las sesiones se han formado mandalas al estar organizados en círculos. Les solicitará que retiren los mandalas del centro y les dirá: "Ahora vamos a crear otro tipo de mandala, uno con nuestros cuerpos".

objetivo	actividades
	El/la profesional les pedirá que se cojan de las manos y traerá a uno de los NNA al centro del círculo soltando una de sus manos, y la otra tomando la mano de su compañero (es importante que elija al NNA que considere que requiere del cuidado y apoyo de los otros). El/la profesional les solicitará que se envuelvan los cuerpos girando hacia la derecha hasta que se genere una espiral humana, logrando que entre todos queden lo más cerca que se pueda. Mientras tanto, el/la profesional reflexionará frente a que muchas veces necesitamos ese abrazo colectivo, de la familia, de los amigos, de los compañeros, porque en ese abrazo colectivo nos podemos sentir unidos, seguros y protegidos.
Recursos logísticos	* Imagen de la película Pequeñas voces (Anexo 1). ** Hojas tamaño carta, lápices, colores y lapiceros. *** Diferentes imágenes de mandalas. Existen muchas páginas en la web en donde se puede descargar. Sugerimos Escuela en la Nube: http://www.escuelaenlanube.com/mandalas-para-colorear/

Sesión 5

objetivo	actividades
1. Generar un espacio reflexivo que permita construir nuevas formas de manejo y contención de emociones en los NNA. 2. Validar y reconocer las emociones que surjan en el espacio grupal.	Apertura de la sesión El/la profesional solicitará que cada uno elija un animal de la jungla. Les pedirá que cierren los ojos y se imaginen que amanece. Los animales van a empezar a despertarse y van a hacer el ruido del animal elegido. Al principio va a ser un sonido muy bajito y luego cada vez más fuerte en la medida que el día avanza. Al finalizar la tarde, los sonidos de los animales irán perdiendo fuerza hasta el silencio que representará el inicio del atardecer.

objetivo	actividades
	Desarrollo de la sesión Con el fin de reelaborar las emociones vividas alrededor de la experiencia del conflicto armado, el/la profesional le solicitará al grupo que caminen por el lugar, mientras lo hacen les pedirá que piensen en el dibujo que hicieron en la sesión anterior, en la que dibujaron cómo se sintieron ante una situación similar a la de la imagen presentada. Les pedirá que, poco a poco, traten de sentir en su cuerpo esa emoción que dibujaron. Cuando cada quien la tenga identificada, se les hará entrega de una hoja* para que escriban de manera poética eso que están viviendo; no necesitan contar la historia sino expresar lo que están viviendo desde el poema, canción o cuento. No se le pondrá el nombre a la hoja. Los poemas, canciones o cuentos se pondrán en el centro y cada quien tomará uno diferente al suyo. Buscará un lugar en el espacio y lo leerá. Luego, en una cartulina**, pintará con témperas la imagen o imágenes que le genera el poema, canción o cuento, prestando atención a las sensaciones y utilizando colores que las expresen. Las obras realizadas con pinturas se colocarán en el centro del espacio y entre todos, sin hablar, irán dividiéndolas en dos grupos de acuerdo a las sensaciones que les generan. Cuando se hayan armado dos grupos de pinturas, se les pedirá que se ubiquen al lado del que más les resuena en este momento de sus vidas. Cada quien puede de manera muy breve decir qué sensaciones le produce el grupo de pinturas y por qué decidió ubicarse allí. Cada grupo se reunirá con sus pinturas para ponerle un título a cada una y luego acordarán qué emociones están más presentes y qué temas creen que se están expresando. Pegarán con cinta de enmascarar las pinturas en la pared con su título debajo como una galería. Todos observarán las pinturas del primer grupo y los pintores irán por turnos señalando el cuadro que pintaron y leyendo el poema, canción o cuento que lo originó. Luego se hará lo mismo con el segundo grupo. El7la profesional ayudará a ir ubicando temas y emociones comunes en cada grupo. Al finalizar, el/la profesional recogerá a través de preguntas las experiencias vividas durante el desarrollo de la actividad.
	Cierre de la sesión Se realizará el cierre de la sesión a través de un Ritual Terapéutico. El/la profesional solicitará que se ubiquen en círculo y en el centro pondrá diferentes imágenes de superhéroes***, les pedirá que cada NNA elija la imagen que más le gusta. El/la profesional señalará que, así como la imagen que eligieron, ellos/ellas en algunos momentos también han sido héroes, porque han cuidado, han salido victoriosos de situaciones difíciles y, a pesar del dolor y de lo difícil que ha sido, han realizado muchas cosas para sobrevivir.

objetivo	actividades
	Los y las invitará a hablar frente a: ¿Qué es lo que más le gusta del superhéroe que eligió? y ¿Qué los ha hecho sentir fuertes? Cuando finalice cada NNA, motivará a los demás participantes diciendo: ¿Alguien han visto en _____ otras cosas distintas a las que ya dijo? Se motivará a cada NNA al desarrollo de la actividad, en aquellos casos en el que el NNA no reconoce nada de sí mismo/a, el/la profesional nombrará las fortalezas y recursos que ha identificado en el NNA a lo largo de las sesiones. Se finalizará la sesión cogiéndose todos de las manos y señalando: "Los héroes están presentes porque no solo son los héroes de capa, que pueden volar y que tienen superpoderes, sino que son también los que están enfrentando situaciones difíciles y están superándolas como lo han hecho ustedes y sus familias".
Recursos logísticos	* Hojas tamaño carta, lápices, colores y lapiceros. ** Octavos de cartulina, témperas de diferentes colores, pinceles, lápices, cinta de enmascarar. *** Diferentes imágenes de superhéroes que sean reconocidos por los niños, niñas, las adolescentes mujeres y los adolescentes hombres.

Sesión 6

objetivo	actividades
1. Promover el fortalecimiento de los recursos para el afrontamiento en los NNA. 2. Validar y reconocer las emociones que surjan en el espacio grupal.	Apertura de la sesión Se dará inicio a la sesión con la actividad del Escudo, para la cual el/la profesional contará una breve historia de la Edad Media acerca de los linajes y las familias, las cuales tenían un escudo representando las características propias de cada familia. De esta manera, se invitará a que en una hoja* dibujen su propio escudo, podrán elegir la forma, los colore y, los símbolos que consideren que deben estar en el escudo. Señalará que es importante que identifiquen dos características que aprendieron de su familia y dos características que son propias de sí mismo/a, anotándolas a un lado del escudo. Al finalizar, el/la profesional formulará preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad.

objetivo	actividades
	Desarrollo de la sesión Con el fin de reconocer y fortalecer los recursos para el afrontamiento de situaciones difíciles en el marco del conflicto armado, el/la profesional le solicitará al grupo que caminen por el espacio, y mientras les dirá: "Sabemos que el conflicto armado ha generado cambios en sus vidas y en sus familias o comunidades. Quisiera que en estos momentos pensaran en una situación que el conflicto armado ha cambiado y en cómo ustedes han respondido o responden ante esta, así como también qué emociones les hace sentir. Van a continuar caminando, sintiendo y conectándose con la situación y también con la emoción que les genera. Van a respirar profundamente y poco a poco van a ir haciendo una imagen en su cuerpo (se da unos segundos) hasta que esta imagen quede congelada". El/la profesional les solicitará que miren las demás estatuas y se unan con quienes consideren que tienen una imagen similar. Cada grupo hablará de la representación que realizó con su cuerpo. Nuevamente, el/la profesional les solicitará que caminen por el espacio, que respiren profundamente soltando la imagen realizada. El/la profesional les pedirá que esta vez piensen en "qué cosas hicieron para que esta situación no fuera más difícil". Poco a poco, les pedirá que adopten una postura que represente esas cosas que lograron hacer, hasta que esta imagen quede congelada. Nuevamente, les solicitará que miren las demás estatuas y que se unan con aquellos participantes que consideren que tienen una imagen similar. El/la profesional dará la indicación que cada grupo hablará de las cosas que lograron hacer para que esta situación no fuera más difícil. Al finalizar, el/la profesional solicitará al grupo que se ubiquen en el suelo en círculo, y formulará preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad. Asimismo, hará una reflexión frente a las cosas que cada uno activó para sobrevivir, señalando que estos recursos están en cada uno y pueden ser activados ante otras situaciones que se presentan en la cotidianidad.
	Cierre de la sesión El/la profesional desarrollará la siguiente actividad del Abrazo Colectivo: El/la profesional solicitará que se pasen los brazos por encima del hombro del participante que está a su derecha y el que está a su izquierda. Cuando todos estén abrazados, el/la profesional iniciará un movimiento hacia los lados, adelante o atrás. El grupo seguirá progresivamente el ritmo hasta el punto en que el movimiento que surja ya no será el propuesto por el/la profesional, sino que será un movimiento grupal. Al finalizar, el/la profesional realizará preguntas reflexivas y circulares que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad.
Recursos logísticos	* Hojas tamaño carta, lápices, colores y lapiceros.

Sesión 7

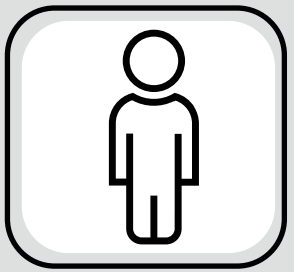
objetivo	actividades
1. Facilitar un espacio reflexivo en torno a los deseos, sueños e intereses a futuro. 2. Promover la toma de decisiones frente al horizonte de vida.	**Apertura de la sesión** Para dar inicio a la sesión, el/la profesional les solicitará que, de manera voluntaria, un NNA se sitúe en el centro con los ojos cerrados. Sus brazos estarán a lo largo de su cuerpo y se mantendrá totalmente derecho, para no caerse. El resto de los participantes conformará un círculo a su alrededor y le harán ir de un lado para otro, empujándole y recibiéndole con las manos. Al final del ejercicio, es importante volver al NNA a posición vertical antes de que abra sus ojos. Se podrá realizar esta actividad con otros participantes que voluntariamente quieran hacerlo. Luego, el/la profesional realizará preguntas que permitan recoger la experiencia vivida durante el desarrollo de la actividad y señalará que "es de esta manera como en el grupo nos hemos apoyamos". Informará al grupo la fecha y hora de la próxima sesión.
	Desarrollo de la sesión Con el fin de conocer los sueños, deseos e intereses a futuro que tienen los NNA, el/la profesional les solicitará que todos los participantes se pongan de pie en círculo, mirando hacia fuera, 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 piensen en ¿Qué sueños, intereses o deseos tienen a futuro? Poco a poco van a ir transformando su cuerpo y adoptando una imagen que les permita representar aquello que pensaron. Cuando todo el grupo tenga segura su imagen, se girarán al centro del círculo con los ojos cerrados. Abrirán los ojos dejando ver la postura que tenían y mirarán a los demás, observando las diferencias y similitudes con el resto del grupo. El/la profesional les preguntará ¿Qué similitudes ven en las imágenes?,¿qué diferencias ven? y ¿qué han hecho hasta ahora para lograr esos sueños, deseos e intereses a futuro? Nuevamente, les solicitará que miren hacia fuera, de manera que las espaldas queden orientadas hacia el interior del círculo. Una vez quedan en círculo, el/la profesional les pedirá que con los ojos cerrados piensen en ¿Cuál sería el obstáculo de sus sueños, intereses o deseos a futuro? ¿Quién impediría que eso fuera posible? Se dan unos segundos y, enseguida, se preguntará ¿Qué cosas podrían hacer para alejar esos obstáculos?, indicando que con el cuerpo van a representar esas cosas que podrían hacer. Se girarán al centro del círculo con los ojos cerrados.

objetivo	actividades
	Abrirán los ojos dejando ver la postura que tenían y mirarán a los demás, observando las diferencias y similitudes con el resto del grupo. El/la profesional les preguntará ¿Qué similitudes ven en las imágenes? ¿Qué diferencias ven?, y los invitará a que en la mitad de hoja* dibujen las cosas que podrían hacer solos y en la otra mitad las cosas que podrían hacer con el apoyo de sus familiares, amigos y comunidad. Al finalizar, compartirán en grupo las respuestas. Posteriormente, realice preguntas que permitan recoger la actividad.
	Cierre de la sesión Informe al grupo la fecha y hora de la próxima sesión (que será 15 días después) y desarrolle la siguiente actividad: Solicite que se ubiquen en parejas, uno será A y el otro será B. Los A serán quienes realizan el masaje y los B quienes lo reciban. Invite a los A a que froten sus manos frecuentemente hasta calentarlas (si es posible, se les hará entrega de aceite de almendras o de naranja para el desarrollo del masaje). Pídales que con su dedo pulgar masajeen desde el codo izquierdo del NNA hasta el dedo meñique. Luego, completarán el masaje con cada dedo de la mano. De igual manera, realizarán los movimientos señalados con el codo y la mano derechos. Al finalizar, quienes eran A pasan a ser B y viceversa, iniciando nuevamente la indicación del masaje.
Recursos logísticos	* Hojas tamaño carta, lápices, colores y lapiceros. Opcional: Aceite de almendras o de naranja.

Sesión 8

objetivo	actividades
1. Evaluar los alcances y el proceso de atención psicosocial desarrollado conforme a los objetivos planteados en la orientación metodológica.	Las indicaciones para el desarrollo de esta sesión de CIERRE DEL PROCESO se encuentran en el MANUAL DE USO Y ADMINISTRACIÓN DE LAS FICHAS DE ACERCAMIENTO Y RECONOCIMIENTO, ATENCIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL PROCESO DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL. Luego de la evaluación de resultados del proceso de rehabilitación psicosocial, el/la profesional les solicitará que en la mitad de una hoja* dibujen ¿Cómo se veían antes de esta atención grupal? y en la otra mitad ¿Cómo se ven ahora? El/la profesional realizará preguntas que permitan recoger los dibujos realizados y la experiencia vivida durante su elaboración. Posteriormente, les solicitará que en otra hoja escriban "aquellas cosas que aprendieron de los demás participantes". Les solicitará que tomen la hoja que acabaron de escribir y que con ella realicen un avión, se ubicarán en círculo y cada uno lanzará su avión al centro. Invitará a que los NNA se acerquen y tomen un avión. Voluntariamente, cada NNA leerá los aprendizajes que se encuentran en su interior, reconociendo y tomando para sí mismos/as algunos aprendizajes que tengan sentido para ellos/ellas. Se realizará el cierre valorando los esfuerzos y reconociendo los recursos, habilidades y potencialidades de los NNA. Indicará que ya no es tan útil el apoyo, manteniendo "la puerta abierta" en caso de ser necesario. Se realizará la despedida entregándose los dibujos, tarjetas o cartas de despedida que realizaron los NNA a algún miembro del grupo. Nota: En aquellos casos en los que a algún NNA se le olvidó traerlo, se dará algunos minutos para que pueda construirlo. En aquellos casos en los que se evidencie que algún NNA se va a quedar sin algún objeto de despedida, el/la profesional le entregará un dibujo, tarjeta o carta construida por sí mismo/a.

ANEXOS



ANEXO 1

* Es importante que la impresión de la imagen se realice en toda la hoja (para ello se requiere realizar el ajuste de la imagen a un formato de hoja carta). Lo anterior permite mayor visibilidad y desarrollo de la actividad.

ANEXO 2

* Es importante que cada una de las siguientes imágenes sea impresa en una hoja carta y que cada una lleve el nombre de la emoción (para ello se requiere realizar el ajuste de cada imagen a un formato de hoja carta). Lo anterior permite mayor visibilidad y desarrollo de la actividad.

tristeza

miedo

ANEXO 3

sorpresa

rabia

alegría

Referencias bibliográficas

Achotegui, J. (2004). Emigrar en situación extrema: El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises). *Norte de Salud Mental*, 5(21), 39-52. Recuperado de: https://www.aragon.es/estaticos/ImportFiles/19/docs/Areas/Inmigracion/Otras%20Jornadas/Jornadas%20Salud%20Mental%20e%20Inmigraci%C3%B3n/SINDROME_ULISES.pdf

Anchin, J. C. (2003). Integratively oriented brief psychotherapy: Historical perspective and contemporary approaches. *Journal of Psychotherapy Integration*, 13(3-4), 219-240.

Becker, D. & Weyermann, B. (2006). Personas desaparecidas o asesinadas. Ficha 11. En Agencia Suiza para el Desarrollo y la Cooperación. *Género, transformación de conflictos y enfoque psicosocial (Manual)*. Berna: Cosude. Recuperado de: https://www.eda.admin.ch/dam/deza/es/documents/themen/gender/91135-arbeitshilfe-gender-konflikttrans-psycho-soz-ansatz_ES.pdf

Bello, M. N. & Chaparro, R. (2011). *El daño desde el enfoque psicosocial, Módulo 9.* En Acción sin daño y construcción de paz. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia - Programa de Iniciativas Universitarias para la Paz (PIUPC).

Beyebach, M. (2006). *24 ideas para una psicoterapia breve. Barcelona: Herder.* Recuperado de: https://datospdf.com/download/24-ideas-para-una-psicoterapia-breve-_5a4501ecb7d7bc422ba35089_pdf

Beyebach, M. & Herrero de la Vega, M. (2014). *200 tareas en terapia breve individual, familiar y de pareja.* Barcelona: Herder.

Botella, L. & Corbella, S. (2011). Alianza terapéutica evaluada por el paciente y mejora sintomática a lo largo del proceso terapéutico. *Boletín de Psicología,* 101, 21-33. Recuperado de: https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N101-2.pdf

Carver, C., & Scheier, M. (1997). *Teorías de la personalidad.* México: Prentice Hall Hispanoamericana.

Centro de Investigación y Educación Popular - Cinep (2011). *Reparación psicosocial. Fundamento para la reparación integral de personas víctimas del conflicto armado.* Bogotá: Cinep. Recuperadoo de: https://issuu.com/cinepppp/docs/libro_final_reparacion_psicosocial

Centro Nacional de Memoria Histórica (2015). *Aniquilar la diferencia. Lesbianas, gays, bisexuales y transgeneristas en el marco del conflicto armado colombiano.* Bogotá: CNMH. Recuperado de: http://www.centrodememoriahistorica.gov.co/descargas/informes2015/aniquilar-la-diferencia/aniquilar-la-diferencia.pdf

Centro Nacional de Memoria Histórica & Departamento para la Prosperidad Social (2013). *¡Basta ya! Colombia: Memorias de guerra y dignidad.* Bogotá: CNMH. Recuperado de: http://www.centrodememoriahistorica.gov.co/descargas/informes2013/bastaYa/basta-ya-colombia-memorias-de-guerra-y-dignidad-2016.pdf

Cleries, X. (2006). La comunicación. Una *competencia esencial para los profesionales de la salud.* Barcelona: Masson.

Coletti, M. L. (1997). *La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia multiproblemática.* Barcelona: Paidós.

Comisión de Búsqueda de personas Desaparecidas. (S.F). Recuperado el 7 de Marzo de 2016, de Comisión de Búsqueda de personas Desaparecidas: http://www.comisiondebusqueda.gov.co/index.php/ct-menu-item-3

Congreso de Colombia (18 de junio de 2014). *Ley de Víctimas de Violencia Sexual.* [Ley 1719 de 2014].

_____ (10 de junio de 2011). *Ley de Víctimas y Restitución de Tierras.* [Ley 1448 de 2011].

_____ (6 de julio de 2000). Ley 589 de 2000.

Corporación AVRE (2011). *Humanas.org.co.* Impactos psicosociales en casos de violencia sexual en el marco de la violencia política. Recuperado de: http://www.humanas.org.co/archivos/Microsoft_Word_-_Documento_Tribunal_Avre__2_.pdf

_____ (2009). *Manual de buenas prácticas en atención psicojurídica.* Bogotá: Arfo.

_____ (2010a). *Guía psicosocial para acompañar y apoyar a mujeres víctimas de violencia sexual en el conflicto armado interno.* Bogotá: Arfo. Recuperado de: http://www.corporacionavre.org/wp-content/uploads/2015/03/guiapsicosocial.pdf

_____ (2010b). *Intervencion ciudadana con relacion a la acción pública de incostitucionalidad contra el artículo 15 de la Ley 1418 de 1997, tal como fue modificado por el artículo 6 de la Ley 782 de 2002.* Bogotá: Inédito.

Corporación AVRE & Corporación Vínculos (2011). *Protocolo para el acompañamiento psicosocial a víctimas de tortura y otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes en el marco de la violencia política en Colombia.* Bogotá: Arfo.

D'Angelo, O. (2002). Proyecto de vida y desarrollo integral humano. *Revista Internacional Crecemos, 6*(1 y 2), 1-31.

_____ (2000). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. Revista Cu*bana de Psicología,* 17(3), 270-275. Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v17n3/08.pdf

Deustch, A. (2007). Secuelas de la tortura en el individuo, la familia y la sociedad. En Instituto Interamericano de Derechos Humanos. *Atención integral a víctimas de tortura en procesos de litigio: aportes psicosociales* (p. 98). San José: CIDH.

Díaz, I. (2000). *Bases de la terapia de grupo.* México: Pax Mexico.

Eguren, E. (2005). *Manual de protección para defensores de derechos humanos.* Dublín: Front Line.

El Pais,com.co. (31 de Mayo de 2014). *El Pais.com.co.* Recuperado el 4 de abril de 2016, de Según Fiscalía, en Colombia habría 26 mil casos de desaparición forzada: http://www.elpais.com.co/elpais/judicial/noticias/segun-fiscalia-colombia-habrian-26000-casos-desaparicion-forzada

Enciso, B., & Pulido, G. (3 de Marzo de 2014). *Psicología Jurídica Forence.* Recuperado el 15 de Marzo de 2016, de Traumas y efectos psicosociales de la desaparición forzada. Caso Colombiano: http://psicologiajuridica.org/archives/4571

Fernández, A. & Rodríguez, B. (2002). *Habilidades de entrevista para psicoterapeutas.* Bilbao: Desclée de Brouwer.

Fernández, A.; Rodríguez, B. & Dieguez, M. (2006). Intervenciones sobre duelo. En P. Pérez-Sales, *Trauma, culpa y duelo. Hacia una psicoterapia integradora* (pp. 472-493). Bilbao: Desclée de Brouwer. Recuperado de: http://www.pauperez.cat/en/thematic/books/50-trauma-culpa-duelo-hacia-una-psicoterapia-integradora/file

Fernández, A.; Rodríguez, B.; Muñoz, A. & Cebolla, S. (2012). Psicoterapias en el ámbito de la sanidad pública. Factores comunes y psicoterapia de grupo. En M. Desviat & A. Moreno, *Aciones de salud mental en la comunidad* (pp. 230-239). Madrid: Asociación Española de Neuropsiquiatría (AEN).

Forero, A. (2015). *Orientaciones metodológicas para la atención psicosocial individual, familiar y comunitaria. Versión 3.* [Documento Interno en marco de cooperacion]. Bogotá: OIM - Minsalud.

Fundación Dos Mundos. (2008). *Desaparicion Forzada y Exumaciones.Lineamientos para el auto-cuidado y acompañamiento psicosocial de víctimas, funcionarias y funcionarios públicos.* Bogotá: Fundación Dos Mundos.

García-Campayo, J.; Hidalgo, I. & Orozco, F. (2006). *Psicoterapìa de resolucion de problemas en atención primaria.* Barcelona: Ars Médica.

Gómez, N. (2007). Víctimas sobrevivientes de masacres: daño psicosocial y estrategias de reparación. En Instituto Interamericano de Derechos Humanos. *Atención integral a víctimas de tortura en procesos de litigio: aportes psicosociales.* San José de Costa Rica: IIDH.

Gradillas Regodon, V. & Gradillas González, V. (2006). *La entrevista clínica.* Barcelona: Ars Medica.

Green, D. & Roberts, A. (2008). *Helping victims of violent crime: assessment, treatment, and evidence-based practice*. New York: Springer Publishing Company.

Greenberg, L. (2010). Emotion-Focused Therapy: A Clinical Synthesis. *Focus, The Journal of Lifelong Learning in Psychiatry,* 8(1), 32-42.

_____ (2000). *Emociones: Una guia interna.* Bilbao, España: Desclée de Brouwer.

Greenberg, L.; Elliot, R. & Pos, A. (2015). La terapia focalizada en las emociones: una visión de conjunto. *Revista Mentalización.* Recuperado de: http://www.revistamentalizacion.com/ultimonumero/octubre-f-greenberg.pdf

Greene, G.; Lee, M.; Trask, R. & Rheinscheld, J. (2000). How to work with clients' strengths in crisis intervention: a solution-focused approach. In A. Roberts. *Crisis intervention handbook. Assessment, treatment and research* (pp. 31-51). Nueva York: Oxford University Press.

Grupo de Investigación en Socialización y Crianza (2015). Técnicas interactivas para la atención psicosocial. Módulo 4. Alternativas desde el arte y el juego para la atención psicosocial a NNA [inédito]. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.

Grupo de Memoria Histórica & Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación - CNRR (2011). *Mujeres y guerra. Víctimas y resistentes en el Caribe colombiano.* Bogotá: Semana. Recuperado de: http://www.centrodememoriahistorica.gov.co/descargas/informes2011/Informe_mujeresyguerra.pdf

Gülsen, C.; Knipscheer, J. & Kleber, R. (2010). The impact of forced migration on mental health: A comparative study on posttraumatic stress among internally displaced and externally migrated kurdish women. Traumatology, 16(4), 109-116.

Herman, J. (1997). *Trauma and recovery.* New York: Basic Books. Recuperado de: http://unityandstruggle.org/wp-content/uploads/2016/04/Herman_Trauma-and-Recovery.pdf

Joyce, A. S.; Piper, W. E. & Ogrodniczuk, J. S. (2007). Therapeutic alliance and cohesion variables as predictors of outcome in short-term group psychoterapy. *International Journal of Group Psychotherapy,* 57(3), 269-296.

Klein, R. (1996). Terapia breve de grupo. En H. Kaplan & B. Sadock. *Terapia de Grupo* (pp. 283-292). Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Kleinke, C. (1995). *Principios comunes en psicoterapia.* Bilbao: Desclee de Brouwer.

Kush, F. (2009). Brief psychodynamic and cognitive therapy regarding acute treatment. *Journal of Psychotherapy Integration*, 19(2), 158-172.

Lipchik, E. (2004). *Terapia centrada en la solución. Más allá de la técnica.* Buenos Aires: Amorrortu. Recuperado de: https://mmhaler.files.wordpress.com/2010/06/terapia-centrada-en-la-solucion-eve-lipchik2.pdf

Lira, E. (1991). *Psicología de la amenaza política y el miedo*. Recuperado de: http://www.psicosocial.net/grupo-accion-comunitaria/centro-de-documentacion-gac/fundamentos-y-teoria-de-una-psicologia-liberadora/psicologia-y-violencia-politica/134-psicologia-de-la-amenaza-politica-y-el-miedo/file

_____ (1989). Psicología del miedo y conducta colectiva en Chile. *Boletines Avespo*, XII(1-2), 45-64. Recuperado de: http://www.psicosocial.net/grupo-accion-comunitaria/centro-de-documentacion-gac/fundamentos-y-teoria-de-una-psicologia-liberadora/psicologia-y-violencia-politica/137-psicologia-del-miedo-y-conducta-colectiva/file

Madariaga, C. (2001). T*ortura y trauma psicosocial*. [Ponencia presentada en la Conferencia Internacional Consecuencias de la Tortura en la Salud de la Población Chilena: Desafíos del Presente]. Santiago de Chile.

Madrid, J. (2014). Manual de relación de ayuda integrativ*a.* Sevilla: Punto Rojo.

Mañas, I. (2009). *Mindfulness (atención plena): la meditación en psicología clínica. Gaceta psicológica,* 50, 13-29. Recuperado de: http://cms.ual.es/idc/groups/public/@vic/@vestudiantes/documents/documento/gm7.pdf

Martín Beristain, C. (2012). *Acompañar los procesos de las víctimas.* Bogotá: Fondo de Justicia Transicional.

_____ (2010). *Manual sobre perspectiva psicosocial en la investigación de derechos humanos.* Bilbao: Hegoa. Recuperado de: https://www.cejil.org/sites/default/files/legacy_files/Manual-sobre-perspectiva-psicosocial-en-la-investigacion-de-dh_0.pdf

_____ (2008). *Diálogos sobre la reparación Experiencias en el sistema interamericano de derechos humanos* (Vol. 1). San José de Costa Rica: Instituto Interamericano de Derechos Humanos.

Martín Beristain, C. & Riera, F. (2003). *Afirmación y resistencia: la comunidad como apoyo.* Barcelona: La Llevir-Virus.

Max-Neef, M. A. (1998). *Desarrollo a escala humana. Conceptos, aplicaciones y algunas reflexiones.* Montevideo: Nordan-Comunidad.

Médicos Sin Fronteras. (2013). *Las heridas menos visibles: Salud Mental, violencia y conflicto armado en el sur de Colombia.* Recuperado el 24 de abril de 2014, de http://www.msf.es/sites/default/files/adjuntos/Informe-Colombia_Junio-2013.pdf

Miller, G. (2011). *Crisis Intervention Primer.* Hoboken: Wiley.

Miller, L. (2008). *Counseling crime victims. Practical strategies for mental health professionals.* New York: Springer Publishing Company.

Ministerio de Justicia y del Derecho (20 de diciembre de 2011). Decreto 4800 de 2011. Recuperado de: http://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=45063

Ministerio de la Protección Social. (2011). *Modelo de Atención Integral en Salud para Víctimas de Violencia Sexual.* Bogotá, Colombia: Documento Interno. Inédito.

Ministerio de Salud y Protección Social (2014). *Guía para formadores de equipos de atención en salud mental a víctimas del conflicto armado. Convenio 363.* Bogotá: Minsalud - OIM.

_____ (6 de marzo de 2012). Resolución 459 de 2012.

Ministerio de Salud y Protección Social & Colciencias (2015). *Encuesta Nacional de Salud Mental 2015.* Bogotá: Javegraf.

Ministerio de Salud y Protección Social & Organización Internacional para las Migraciones - OIM (2014). *Guía para formadores de equipos de atención en salud mental a víctimas del conflicro armado.* Convenio 363 Ministerio de Salud - OIM. Bogotá: Inédito.

Ministerio del Interior y de Justicia. (23 de Marzo de 2007). Decreto N° 929 de 2007. *Por el cual se establece el reglamenteo de la Comision de Busqueda de Personas Desaparecidas creda por la Ley 589 de 2000.* Bogota, Colombia.

Mondaca, M. (2002). Lo colectivo en la reconstrucción de lo humano: Grupos de autoayuda. En D. Kersner, M. Jorge, C. Madariaga & A. Martín. *Paisajes del dolor, senderos de esperanza. Salud mental y derechos humanos en el Cono Sur* (pp. 255-263). Buenos Aires: Polemos. Recuperado de: http://www.cintras.org/textos/libros/libropaisajes.pdf

Myer, L.; Lewis, J. & James, R. (2013). The introduction of a task model for crisis intervention. *Journal of Mental Health Counseling*, 35(2), 95-107.

Navarro, S.; Pérez-Sales, P. & Kernaj, F. (2011). *Consenso mundial de principios y normas mínimas sobre trabajo psicosocial en procesos de búsqueda e investigaciones forenses para casos de desapariciones forzadas, ejecuciones arbitrarias o extrajudiciales.* Bogotá: SN.

Neuburger, A. & Rodríguez, V. (2007). Enfoque interdisciplinario de la terminología y procedimientos jurídicos utilizados en el litigio de casos en el Sistema Interamericano. En Instituto Interamericano de Derechos Humanos. *Atención integral a víctimas de tortura en procesos de litigio. Aspectos psicosociales*. San José de Costa Rica: IIDH.

Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos & Comité Internacional de la Cruz Roja (2009). *Recomendaciones para una política pública con enfoque psicosocial en contra de la Desaparición Forzada.* Bogotá: Nuevas Ediciones.

Organización de Naciones Unidas (16 de diciembre de 2005). Resolucion 60/147. Principios y directrices básicos sobre el derecho de las víctimas de violaciones manifiestas de las normas internacionales de derechos humanos y de violaciones graves del derecho internacional humanitario a interponer recursos y obtener reparaciones, 6-7. Nueva York: ONU.

Organización Internacional para las Migraciones - OIM (2016). *Herramientas psicosociales para la atención a niños, niñas y adolescentes en el marco del conflicto armado.* Bogotá: OIM.

Organización Internacional para las Migraciones - OIM; Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia - Unicef & Instituto Colombiano de Bienestar Familiar - ICBF (2013). *Estado psicosocial de los niños, niñas y adolescentes: una investigacón de consecuencias, impactos y afectaciones por hecho victimizante con enfoque diferencial en el contexto del conflicto armado colombiano.* Bogotá: OIM - Unicef - ICB. Recuperado de: https://www.humanitarianresponse.info/sites/www.humanitarianresponse.info/files/documents/files/PRESENTACION%20OFICIAL%20INVESTIGACION%20DIC%2004%202013.pdf

Organizacion Mundial de la Salud - OMS & Organizacion Panamericana de la Salud - OPS (2002). *Protección de la Salud Mental en Situaciones de Desastres y Emergencias. Manuales y Guías Sobre Desastres N 1.* Washington: OMS - OPS.

Organizacion Mundial de la Salud; War Trauma Fundation & Visión Mundial Internacional (2012). *Primera ayuda psicológica: guía para trabajadores de campo.* Ginebra: OMS.

Oxfam Internacional (2009). *La violencia sexual en Colombia. Un arma de guerra.* Recuperado de: https://www.oxfam.org/es/informes/la-violencia-sexual-en-colombia

Pacheco, S. (2016). Funcionamiento y características de la psicoterapia grupal. Salud mental colectiva 4. En M. Sanz. *Terapia grupal: manual para la acción* (pp. 13-14). Madrid: Grupo 5.

Consejería en Proyectos (2007). *Compartir la memoria colectica. Acompañamiento psicosocial y justicia integral para mujeres víctima de violencia sexual en conflictos armados.* (M. Cabrera Pérez, & M. Brinton Lykes, eds.). Guatemala: Servinsa.

Pereda, N. (2010). Consecuencias psicológicas a largo plazo del abuso sexual infantil. *Papeles del Psicólogo,* 31(2), 191-201. Recuperado de: http://www.redalyc.org/pdf/778/77813509005.pdf

Pérez-Sales, P. (2008). Psicoterapia positiva en situacioens adversas. En H. G. Vásquez. *Psicología positiva aplicada* (pp. 156-190). Bilbao: Desclée de Brouwer.

_____ (2006). *Trauma, culpa y duelo. Hacia una psicoterapia integradora.* Bilbao: Desclée de Brouwer.

Pérez-Sales, P., Hernangómez, L. & Santiago, C. (2000). Terapia de grupo en duelo complicado. Un enfoque desde los factores de cambio positivo. *Psiquiatría Pública*, 12(3), 273-284. Recuperado de: http://documentacion.aen.es/pdf/psiquiatra-publica/vol-12-n-3/273-terapia-de-grupo-en-duelo-complicado-un-enfoque-desde-los-factores-de-cambio-positivo.pdf

Pervin, L. (1998). *La ciencia de la personalidad.* Madrid: McGraw-Hill / Interamericana de España.

Pichon-Riviére, E. (1997). *El proceso grupal: del psicoanálisis a la psicología social.* Buenos Aires: Nueva Visión.

Puig, G. & Rubio, J. L. (2013). *Manual de resiliencia aplicada.* Barcelona: Gedisa.

Ramos, L. & López, I. (2010). Guía clínica para personas con problemas potenciales psíquicos o psicosociales (Violencia). En S. Berenzon, J. Bosque, J. Alfaro & M. E. Medina (eds.). *Guías clínicas para la atención de trastornos mentales (serie).* México: Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente.

Real Academia Española (2001). *Real Academia Española.* Retrieved 2014 15-Mayo from RAE: http://www.rae.es/obras-academicas/diccionarios/diccionario-de-la-lengua-espanola

Red Nacional de Mujeres et al. (2012). *El Estado y la violencia sexual contra las mujeres en el marco de la violencia sociopolítica en Colombia.* Recuperado de: https://www.dejusticia.org/wp-content/uploads/2017/04/fi_name_recurso_265.pdf

Roberts, A. (2000).*Crisis intervention handbook. Assessment, treatment, and research.* Nueva York: Oxford University Press.

Robles, H. & Peralta, M. I. (2009). *Programa para el control del estrés.* Madrid: Pirámide.

Roca, N. & Masip, J. (2011). *Intervención grupal en violencia sexista. Experiencia, investigación y evaluación.* Madrid: Herder.

Rodríguez, A. (2014). *Trabajo psicoterapéutico en trauma y emociones complejas.* [Diplomado en Intervenciones Psicosociales para Víctimas del Conflicto Armado. Programa de Iniciativas Universitarias por la Paz y la Conviviencia].Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.

Rodríguez, B.; Fernández, A. & Bayón, C. (2012). Proceso emocional y terapia narrativa tras experiencias traumáticas. En M. Desviat & A. Moreno Pérez (eds.). *Acciones de salud mental en la comunidad* (pp. 162-163). Madrid: Asociación Española de Neuropsiquiatría. Disponible en: https://consaludmental.org/publicaciones/AccionesSaludMentalenlaComunidad.pdf

Rubin, B. B. & Bloch, E. (2001). *Intervención en crisis y respuesta al trauma. Teoría y práctica.* Bilbao: Desclée de Brouwer.

Ruiz, S. (s.f.). *Niño con un fusil de palo en la espalda.* (Vol. 1). (Fundación Dos Mundos, Ed.) Bogotá, Colombia.

Samayoa, J. (1990). Guerra y deshumanización: una perspectiva psicosocial en relación a la guerra en El Salvador. En I. Martín-Baró. *Psicología social de la guerra: trauma y terapia* (pp. 5-7). San Salvador: UCA.

Sarasua, B., Zubizarreta, I.; Corral, P. del & Echeburúa, E. (2012). Factores de vulnerabilidad y de protección del impacto emocional en mujeres adultas víctimas de agresiones sexuales. *Terapia Psicológica,* 30(3), 7-18.

Segrera, A.; Cornelius-White, J.; Behr, M. & Lombardi, S. (eds.). (2014). *Consultorías y psicoterapias centradas en la persona y experienciales.* Buenos Aires: Gran Aldea.

Shanks, L. et al. (2013). Counselling in humanitarian settings: a retrospective análisis of 18 individual - focused non-specialised counselling programmes. *Conflict and Health, 7*(19), 1-14.

Slaikeu, K. (2000). *Intervención en crisis. Manual para práctica e investigación.* México: Manual Moderno.

Smith, J. (1992). *Entrenamiento cognitivo-conductual para la relajación.* Bilbao: Desclée de Brouwer.

Souza, V. de (2011). *Psicoterapia de grupo: ejercicios a la mano. Volumen 2.* Bloomington: iUniverse.

Swartz, H.; Grote, N. & Graham, P. (2014). Brief interpersonal psychotherapy (IPTB): Overview and review of evidence. *American Journal of Psychotherapy,* 68(4), 443-462. Recuperado de: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4603530/

Terre des Hommes (2009). *Las comunidades frente al trauma por violencia política. Herramientas de apoyo psicosocial.* Bogotá: Opciones Gráficas.

Tol, W.; Stavrou, V.; Greene, M.; Mergenthaler, C.; Ommeren, M. & García, C. (2013). Sexual and gender-based violence in areas of armed conflict: a systematic review of menthal health and psychosocial support interventions. *Conflict and Health, 7*(16), 1-9.

Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas - UARIV (2016a). *Enfoque psicosocial en los procesos de búsqueda de las personas desaparecidas forzadamente.* [Documento interno de trabajo]. Bogotá.

_____ (2016b). Red Nacional de Información. Disponible en: http://rni.unidadvictimas.gov.co/?q=node/107

_____ (2014). *Medidas de rehabilitación en el contexto de la reparación integral.* [Documento interno de trabajo]. Bogotá.

_____ (2013). *Protocolo Estrategia de Recuperación Emocional Dime (Dignidad y Memoria) para Jóvenes y Adolescentes [*Documento sin publicar].

Van der Veer, G. (2008). *Entrenar a consejeros en áreas de conflicto armado desde un enfoque comunitario.* Ámsterdam: Intervention / War Trauma Foundation.

_____ (2004). Clinical supervision for counsellors in areas of armed conflict. *Intervention,* 2(2), 118-128. Recuperado de: http://ourmediaourselves.com/archives/22pdf/118_128%20Veer.pdf

Villa, J. D. (2012). La acción y el enfoque psicosocial de la intervención en contextos sociales: ¿podemos pasar de la moda a la precisión teórica, epistemológica y metodológica? *El Ágora USB,* 12(2), 349-365.

Vinogradov, S. & Yalom, I. (1996). *Guía breve de psicoterapia de grupo.* Barcelona: Paidós Ibérica.

Weiner, M. (1996). Papel del líder en la terapia de grupo. En H. Kaplan & B. Sadock. *Terapia de Grupo* (pp. 95-102). Madrid: Editorial Médica Panamericana.

White, M. & Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos.* Barcelona: Paidós. Recuperado de: https://mmhaler.files.wordpress.com/2010/06/medios-narrativos-para-fines-terapeuticos2.pdf

Wilches, I. (2010). Lo que hemos aprendido sobre la atención a mujeres víctimas de violencia sexual en el conflicto armado colombiano. *Revista de Estudios Sociales*, 36, 86-94. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/pdf/res/n36/n36a08.pdf

Winston, A., & Winston, B. (November de 2001). Toward an integrated brief psychotherapy. *Journal of Psychiatric Practice, 7*(6), 377 - 390.

Worden, J. (2013). *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia.* Barcelona, España: Paidós.

Yalom, I. (1986). *Teoría y práctica de la psicoterapia de grupo.* México: Fondo de Cultura Económica.