

@corporacionpoderpaz



Círculos de Mujeres

Que sanan en la búsqueda
de sus familiares
desaparecidos/as

MÓDULOS PARA EL FORTALECIMIENTO DE LOS CÍRCULOS DE MUJERES QUE SANAN EN BUSQUEDA DE SUS FAMILIARES DESAPARECIDOS/AS

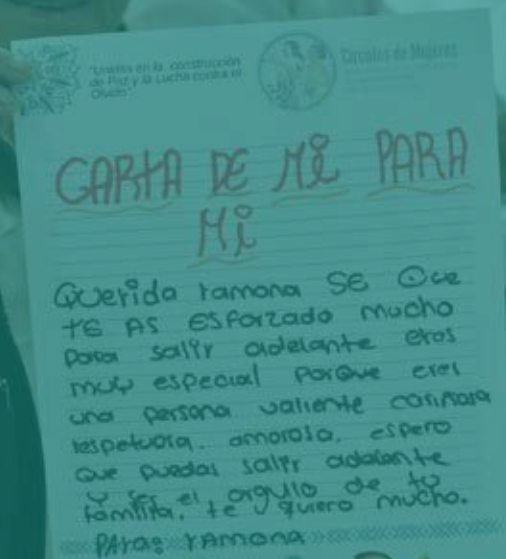


“Unidas en la construcción de Paz y la lucha contra el olvido”



Círculos de Mujeres

Que sanan en la búsqueda de sus familiares desaparecidos/as



MÓDULO 1

ESCRIBO MI PROPIA HISTORIA

1.1 Qué sabemos acerca de las consecuencias de la violencia en las mujeres víctimas del conflicto armado?

El conflicto armado en Colombia ha permeado sus acciones y sus huellas de destrucción en toda la población colombiana, especialmente en las mujeres, niñas, niños, adolescentes y jóvenes, es común escuchar o ver que muchas de las mujeres que se reconocen como víctimas del conflicto armado en Colombia solo pueden contar una parte de las historias de dolor que se esconden tras sus experiencias y sus vidas. Surgen muchos interrogantes tales como ¿Qué hace que las mujeres no cuenten sus historias?, ¿Por qué han decidido silenciar sus voces?, ¿Qué las hace tan vulnerables?

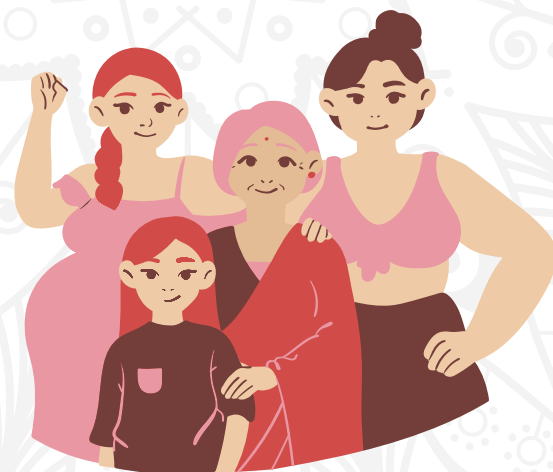


Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

Al adentrarse en ellas mediante la realización del proyecto se pueden enumerar que muchas de las mujeres tienen multiplicidad de hechos victimizantes dentro de los cuales una sola mujer en Colombia puede tener el hecho victimizante de desplazamiento forzado, desaparición forzada de alguno de sus seres queridos, delitos contra la libertad y la integridad sexual.

Razón por la cual no solo hace que exista una vulneración de sus derechos los cuales deberán ser reparados bajo una mirada constitucional, sino que además, se crea un manto oscuro difícil de manejar y es el dolor un dolor que no es solo físico, sino mental, emocional, psicológico que se posiciona sobre cada una de ellas, como un rótulo, como una marca individual y colectiva en cada una de estas mujeres y en extensión en las mujeres del territorio Colombiano.

Paralelo a lo anterior, se puede evidenciar que muchas de las mujeres víctimas del conflicto armado y para este proceso las mujeres víctimas de desaparición forzada no solo se caracterizan por los hechos de violencia adscritos en todas sus manifestaciones, sino que además de eso se encuentran lesionadas en sus procesos de duelos suspendidos, así como el desgaste frente a los trámites que se realizan ante entidades gubernamentales y no gubernamentales.





1.2 ¿QUÉ ES EL DOLOR?

Cuando se habla de dolor se suele enfocar desde una mirada hacia aspectos netamente físicos que disminuyen e impiden la apreciación desde una perspectiva más amplia, tal como la comprensión de un todo y el abordaje del dolor desde lo emocional, psicológico y físico, esta sería la tríada que permitiría entregar a las mujeres del conflicto armado una reparación integral alineada a los procesos de recuperación emocional de los que por cultura en Colombia carecen.

Desde esta perspectiva se inicia la labor de resignificación en los círculos de mujeres buscadoras, entendiendo y comprendiendo que su dolor, además de la pérdida de su familiar desaparecido, también lo son las huellas que llevan impresas en sus cuerpos, entendiendo que algunas fueron violentadas en los procesos, así como el desgaste que se tiene por el paso del tiempo frente a procesos que en palabras de ellas “no avanzan”. También desde allí se maneja la metodología de círculo, ya que las mujeres pueden encontrarse frente a pares, reflejando el dolor de ellas en otras y gestando redes de contención y apoyo emocional que les permita abordar los procesos y abrirse a resignificar sus historias.



“El dolor es una experiencia sensorial y emocional desagradable asociada con una lesión histórica real o potencial, o que se describe como ocasionada por dicha lesión”.

Definición aceptada por la comunidad científica



Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

En 1965 Ronald Melzack y Patrick Wall propusieron la Teoría de la Compuerta o Puerta de Entrada (Gate Control) para explicar el dolor. Esta teoría es una explicación de cómo la mente tiene un papel esencial en la percepción del dolor. Ellos sugirieron que existe un «mecanismo que bloquea», a nivel del sistema nervioso central, que abre (excita) o cierra (inhibe) las vías del dolor. Las puertas se pueden abrir, conduciendo el dolor a través de las fibras aferentes y eferentes desde y hacia el cerebro, o viceversa; las puertas se pueden cerrar para bloquear estos caminos del dolor, este mecanismo puede ser influenciado por impulsos nerviosos eferentes. Los impulsos eferentes son afectados por una enorme variedad de factores psicológicos conocidos para influenciar el cerebro.

El mensaje enviado del cerebro (vías eferentes) al área donde se siente el dolor se puede influenciar por la interpretación de la mente. Muchos factores externos afectan la interpretación del dolor tal como, emociones y experiencias anteriores con dolor y ansiedad. Esta teoría del dolor, integra los componentes fisiológicos, psicológicos, cognoscitivos, y emocionales que regulan la percepción del dolor.

DOLOR FÍSICO	DOLOR PSICOLÓGICO	DOLOR EMOCIONAL
Se puede definir como una percepción sensorial localizada y subjetiva que puede ser más o menos intensa, molesta o desagradable, que se siente en una parte del cuerpo y que es el resultado de una excitación o estimulación de terminaciones nerviosas sensitivas especializadas.	Puede parecer lo mismo que el dolor emocional, pero no lo es. El dolor psicológico es el que tiene como base una alteración de la rama simpática del sistema nervioso autónomo, es decir, sufrir ansiedad.	Es una experiencia subjetiva en la que la persona tiene una herida psíquica que nadie ve, pero que provoca un gran sufrimiento interno, generado a nivel psicológico, sin que exista ningún motivo o lesión física, y en ocasiones mayor que el sufrimiento que provoca un dolor físico.



Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

Ronald Melzack postuló que una persona podría modular su dolor usando fuerzas externas. Sus ideas sobre los aspectos interpretativos del dolor forman la base de la teoría de la compuerta. La teoría de la compuerta explica por qué se disminuye el dolor cuando el cerebro está experimentando una sensación de distracción. En estas circunstancias, la percepción del dolor se disminuye porque la interpretación del dolor es modulada por la experiencia agradable de distracción.

1.3 ¿QUÉ ES EL DUELO?

Cuando se habla de duelo inmediatamente se habla de pérdida, se asocia en su gran mayoría con la muerte de un ser querido, pero qué pasa con el duelo en las mujeres víctimas del conflicto armado, como se puede generar un proceso de duelo de un ser querido que se espera todos los días.



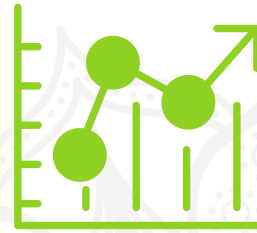
El duelo es el proceso psicológico que se produce tras una pérdida, una ausencia, una muerte o un abandono. Es diferente para cada persona. Se pueden sufrir diferentes síntomas emocionales y físicos como: ansiedad, miedo, culpa, confusión, negación, depresión, tristeza, shock emocional, etc. El dolor por la pérdida se puede experimentar no solo por la muerte, sino cada vez que en la vida tenemos una experiencia de interrupción definitiva de algo, de pérdida, de distancia que no podrá ser cubierta. La experiencia emocional de enfrentarse a la pérdida, es lo que llamamos elaboración del duelo, que nos conduce a la necesidad de adaptación a una nueva situación.





FASES O ETAPAS DEL DUELO

- **Negación**



Expresiones como “No puede ser verdad”, “¿Cómo pudo suceder?”, ¡“No es justo!”, “¿Por qué a él?”, son algunas de las frases que culturalmente se reconocen y que de alguna manera o en alguna situación han sido utilizadas. Cuando se está frente a una pérdida, la incredulidad es tal vez la primera reacción que como ser humano se tiene respecto a la misma. La fase de negación es un escalón inevitable y necesario para la elaboración del proceso de duelo, en su primera etapa, cuando se realiza una negación se le dice a la vida, dame tiempo, espera, que aún no existe preparación alguna, la noticia del impacto puede ser tan fuerte que se deja de escuchar, de entender y de pensar para evitar atravesar el dolor que trae consigo una pérdida.

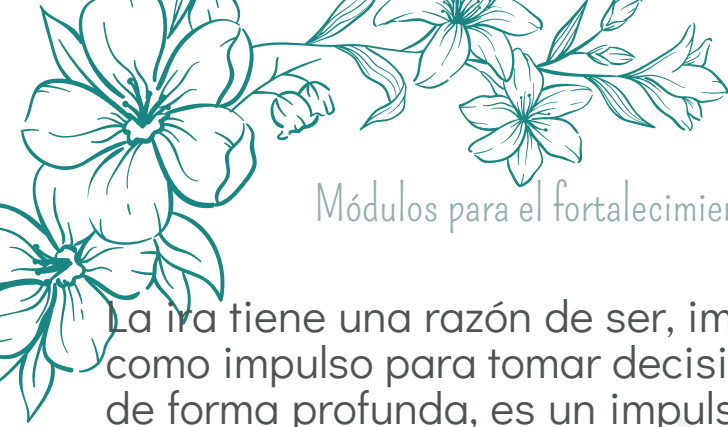
Es posible que en un primer momento la persona tenga un bloqueo tan grande que de alguna manera les impide sentir, este mecanismo de defensa permite una tregua al ser humano.



- **Ira**

Culturalmente, sentir ira por una pérdida es algo inherente al proceso, es necesario el reconocimiento y aceptación de la misma para de esta forma sacarla y permitir el avance frente a esta situación que sin duda está generando malestar.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

La ira tiene una razón de ser, impulsa al ser humano a pedir ayuda, actúa como impulso para tomar decisiones, otros caminos, cuando se ha tocado de forma profunda, es un impulso que ayuda al ser humano a salir a flote, es como una herramienta para sobrevivir, ya que toda la rabia que se queda dentro, que se intenta negar o esconder será algo que termine lesionando de por vida.

ABENGÓZAR, M^a. C. (1994) Como vivir la muerte y el duelo. Una perspectiva Clínico-Evolutiva de Afrontamiento. Universidad de Valencia. Valencia

- **Negociación**

Dentro del duelo este es un momento en el que se fantasea con la idea de revertir la situación, se puede llegar a pactar con quien haga falta, hasta incluso con una consciencia superior prometiendo lo que sea necesario. Se buscará la forma de hacer que lo inevitable no sea posible. Esta etapa es muy corta debido al agotamiento mental que supone en el día a día.

- **Miedo o depresión**

En esta etapa la persona siente tristeza, incertidumbre ante el futuro, vacío y un profundo dolor. La persona se siente agotada y cualquier tarea se vuelve complicada. “La vida es muy difícil”, “nunca volveré a ser igual”, “no encontraré a nadie igual” o “ya no volverá” son pensamientos y afirmaciones recurrentes que suele repetir la persona cuando se está enfrentando a su dolor. Aún frente a este dolor tan fuerte y en este espacio en el que la persona considera que nunca más volverá a reconstruirse, suele suceder que es justo el momento necesario para continuar a la fase de aceptación.





• Aceptación

Es la última etapa, la complejidad de aceptar una pérdida y elegir continuar no siempre será fácil, pero es tal vez lo más razonable, ya que el no permitirse el aprendizaje mantendrá a la persona que se encuentra en la pérdida en un estado de dolor y sufrimiento permanente.



Imagen tomada de la web

1.4 DUELO EN EL MERCADO DE LA DESAPARICIÓN FORZADA EN COLOMBIA

La desaparición forzada en Colombia ha dejado a su paso millones de familias en calidad de familias buscadoras, donde la mayoría de ellas son mujeres, quienes además de llevar en sus cuerpos las huellas de la guerra, deben enfrentarse a la búsqueda incesante de sus seres queridos, lo cual al mantenerse un hilo de esperanza impide desde una mirada psicológica la realización del duelo y, por lo tanto, hablar de duelos suspendidos o duelos que nunca tienen fin.

En razón a esto, al hablar de recuperación emocional, de estrategias y de lo que conlleva un proceso de duelo a familiares de desaparición forzada, se entenderá que no solo se deberán realizar estrategias de afrontamiento frente a la desaparición de sus seres queridos, sino que además se tendrán en cuenta las afectaciones que se imprimen como lo son la impunidad, el miedo, la incertidumbre, el silencio y la falta de verdad entre otros.



Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

El duelo suspendido es tal vez el duelo más difícil de elaborar debido a la falta de un punto de realidad que muestre la pérdida como algo tangible o como un punto de partida frente al proceso, además de esto se le suman los factores propios del daño antijurídico relacionados con la violencia armada en Colombia; desde este punto de perspectiva hablar de duelo es tanto como lastimar aún más a las personas debido a que siempre se alberga la esperanza del nuevo encuentro.

En consecuencia a lo anterior se logran crear estrategias que permitan la dignificación y humanización de las mujeres frente a los procesos de búsquedas en el departamento Norte de Santander, así como la entrega de herramientas psicosociales diseñadas para el fortalecimiento de las estrategias de afrontamiento individuales y colectivas de las mismas, tales como el trabajo mediante la metodología de círculos, los cuales se constituyen como espacios seguros en los cuales los participantes del proyecto podrán ser respetadas frente a sus procesos de dolor sin emitir juicios algunos, sin la estructura de figuras de poder, sino, por el contrario, un lugar que contribuya a la sanación individual y colectiva.



De otra parte, se toma como una de las herramientas principales de este proceso la escritura terapéutica o escritura creativa, permitiendo que los participantes a través de plasmar en letras o en símbolos los pensamientos o emociones que no puedan expresar debido a las complejidades del conflicto y esta acción simbólica sea la oportunidad de iniciar un proceso de sanación y de la resignificación de sus propias historias.



Círculos de Mujeres
Que sanan en la búsqueda
de sus familiares
desaparecidos/as

Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

EN BUSCA DE LA VERDAD

Yo tenía en ese momento 7 años de edad, aunque era muy pequeña, mi mente no borra aquel 29 de mayo de 1999. Mi mamá tenía 7 meses de gestación cuando mi papá se fue como de costumbre a trabajar, ya que él viajaba al Sur de Bolívar, donde llevaba carga de víveres en su camión. Ese día salió mi padre de la casa rumbo a su viaje y mi mamá y yo nos quedamos como de costumbre en casa, donde siempre lo esperábamos, pero lo que nunca imaginamos fue que no iba a regresar.

Ya era de noche y mi mente recuerda a alguien tocando la puerta, era el ayudante de mi papá, el cual llegó muy asustado diciéndole a mi mamá lo que ocurría. Me acuerdo de que mi mamá lloraba mucho y se tocaba su barriga, ella y mi tía fueron a buscarlo, siguiendo los pasos de donde decían que él estaba. Él se encontraba reposando el almuerzo en un pequeño restaurante de Puerto Gloria -Cesar, con sus ayudantes. A uno se lo llevaron con él y el otro alcanzó a escapar e ir a dar la noticia.

Mi papá se encontraba en ese sitio cuando hombres en camioneta llegaron al lugar y preguntaban por “el hombre que es dueño del camión” mi padre responde que es él, los hombres le piden que los acompañen, pero él debía ir en el camión. Mi padre hizo caso, ya que ellos iban armados. Mi papá subió al camión y se lo llevaron con rumbo desconocido. Después, el ayudante que llegó a avisar relató el resto.

Mi mamá empieza con la búsqueda, puesto que decían que a mi padre lo tenían las autodefensas. Lo buscaban, preguntaban, denunciaron, pero mi mamá tuvo muchas versiones como: “lo mataron y lo tiraron al río”, “lo tienen en una finca detenido”, “lo mataron y lo enterraron”. Fueron muchas versiones, a mi mamá le quitaron plata y muchas cosas que decían que él estaba esperando, al final la robaron, se aprovecharon de la situación. Mi madre con su embarazo lo buscaba sin parar, hasta que un día la amenazaron a ella también, y le dijeron que no lo buscara más porque no responderían. Mi mamá, con temor, no pudo volver más. Además, ella estaba a punto de dar a luz a mi hermana y casi se muere en ese momento de los nervios, la desesperación y la angustia. Desde ese momento nos tocó seguir con ese vacío que nos invadía a mi mamá y a mí y sumergirnos en el dolor. Hoy día tengo 28 años, ya pasó mucho tiempo y aún no hemos podido saber toda la verdad, ¿qué pasó con él? Yo, como su hija, no paro ni pararé de buscarlo, yo quiero saber todo, porque me arrancaron un pedazo de mí y no a va ser igual, porque mis deseos de tenerlo en todas circunstancias son muchos, al igual que los de mi hermana. ¡Pedimos a Dios y la Unidad de Búsqueda que nos AYUDEN A ENCONTRARLO! ¡A SABER, LA VERDAD!!

Ha sido muy duro, y de mucha angustia. Nunca hemos sabido ¿Dónde está?, ¿Qué pasó? Son muchas las preguntas que me hago, y nos hacemos todos los días. Nos han dicho mentiras y muchas veces hemos estado ilusionadas con volverlo a ver; recuerdo su cara, sus ojos, porque él me amó demasiado y yo a él. Es una herida que no sana.

He pasado por muchos procesos ante la fiscalía, medicina legal tiene muestras de ADN para este caso, porque quiero saber qué pasó con mi papá.

Hasta el año pasado recibimos una ayuda por la Unidad de Víctimas de la indemnización por vía administrativa, pero yo no quiero que lo de mi padre quede ahí, yo quiero saber ¿Qué pasó con él? Y esclarecer el caso de mi padre.

Historia contada de una mujer víctima del conflicto armado
Municipio del Tarra.

“Unidas en la construcción de Paz y la lucha contra el olvido”



CAJA DE HERRAMIENTAS

Las siguientes herramientas sirven como apoyo a la información temática entregada en cada uno de los módulos, así mismo servirán como herramientas que puedan utilizar en la cotidianidad.

HERRAMIENTA 1: RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

OBJETIVO: facilitar la elaboración y representación del sufrimiento emocional, así como la integración de la experiencia de la violencia en la historia de vida de las mujeres como experiencia de ayuda mutua

Descripción:

1. Se da inicio al círculo entregando tres tarjetas de colores diferentes a cada participante.
2. Se les explica que se pondrán diferentes sonidos, tales como: Instrumental; Electrónica; Boleros, Rock; Rap y Carranga; y, que a medida que los escuchen deberán responder en las diferentes tarjetas:
 - ¿Qué emoción le produjo este sonido?
 - ¿Le recuerda a alguien?
 - ¿A qué lugar lo transporta?
1. La idea de dar tarjetas de diferentes colores, es que cada color representa una pregunta.
2. Se les pide que cierren sus ojos y se concentren en el sonido.
3. En un bafle o con lo que cuente, se pone cada sonido por 1 minuto.
4. Pasado el minuto, se pide que abran sus ojos y que respondan a cada pregunta en su papelito, buscando la participación del grupo.
5. Es importante que cada participante socialice la respuesta de al menos uno de los sonidos.
6. Las tarjetas se van pegando en un papel bond o tablero para que posterior a eso se realicen las conclusiones y retroalimentación de las experiencias y de lo aprendido.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

Aprendemos a través del diálogo: genera un diálogo basado en apartados como: ¿las emociones que nos generaron cada uno de los sonidos son las mismas o son diferentes?; ¿Nos transportamos a lugares similares?; ¿Qué nos recuerda este lugar?

HERRAMIENTA 2: UNA CARTA PARA DE MI PARA MI

OBJETIVO: que los/as participantes de los círculos de mujeres buscadoras escriban una carta dirigida a ellos/as, permitiendo la introspección, la reflexión y la expresión de pensamientos y experiencias vivenciadas tanto individuales como colectivas.

Descripción:

1. Se inicia con una actividad de estiramiento, buscando la atención de las personas.
2. Se les comparte a cada persona una hoja en blanco personalizada con el logo “De mí para mí”; la cual al finalizar deberán anexar en la bitácora.
3. Se les explica el propósito de la actividad, la cual consiste en que se escriban una carta para ellas/os mismas/os, con el fin de que reflexionen y expresen sus emociones, pensamientos y acontecimientos vivenciados.
4. Es importante orientar la actividad al desahogo emocional (catarsis), la identificación de emociones y cómo éstas han influenciado en la forma de actuar ante cada situación, resaltando la importancia de la regulación emocional y la forma de afrontar las situaciones vividas.
5. Seguidamente, se les preguntará, ¿Cómo se sintieron de inicio a fin de la actividad?, Y, ¿Si tuvieron alguna dificultad al realizar el escrito?, se dará unos minutos de escucha y se reflexionará sobre la acción realizada como herramienta para procesar, sanar, y liberar emociones.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

7. Se les pregunta si alguien quiere leer su carta (normalmente no todas/os la leen).
8. Se cierra la actividad, hablando sobre la importancia de reconocer las luchas de cada una, todas sus vivencias, la importancia del amor propio y el reconocimiento, una buena opción es pedirles que les regalen un fuerte aplauso, por la valentía de compartir con el grupo sus pensamientos y emociones.

Lectura:

Lagarde, M. (2009). La política feminista de la sororidad. Mujeres en Red, el periódico feminista.

La Carta de las Mujeres a la Humanidad surgió del movimiento mundial de las mujeres, un movimiento que se piensa y se siente desde distintas culturas, creencias, edades, profesiones, etc. Este movimiento tiene diferentes formas de organización y de expresión (una parte es feminista y su origen está en el inicio del movimiento feminista) y todas ellas son transformadoras. Propone:



- Una opción positiva por la vida, caracterizada por el anhelo a la paz (no siempre fue así, pero sí en el siglo XX)
- Una atención social a favor de la convivencia solidaria ante la crispación y la jerarquización social.



Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

En el último tiempo, este movimiento ha colocado en el centro conseguir la paz para las mujeres. Anteriormente, se había planteado conseguir derechos políticos, laborales, etc. para ellas. Esto nos ha permitido ver la violencia como un problema para las mujeres que afecta a otros ámbitos que pensábamos que estaban desconectados.

Juntas, vamos construyendo un modelo porque de la experiencia de una mujer nos beneficiamos todas. Aunque ni lo sepamos, los cambios que hacemos en nuestras vidas los hemos tomado de otras. Después, llegará alguien que a todo esto le ponga indicadores, el nombre de plan, de programa... y estas experiencias tendrán la sistematización que requieren. Todas somos diversas, incluso entre cada una misma, según el momento de la vida en el que se encuentre.



El encuentro entre mujeres diversas se está produciendo en todo el mundo (Internet). En algunos lugares apartados del mundo hay mujeres con un ordenador conectado a Internet que están haciendo un máster en género. Hoy ha cambiado el mundo, en parte por el uso que hacemos nosotras de las comunicaciones y de la apropiación de lo que hacen las mujeres de todas partes del mundo, de sus prácticas exitosas.





Círculos de Mujeres
Que sanan en la búsqueda
de sus familiares
desaparecidos/as

Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

La Carta de las Mujeres a la Humanidad fue suscrita en el año 2000 por la marcha mundial de las mujeres, en el seno de la política que no beneficia a la mayoría, sino a un grupo de hombres. En 2004, en Ruanda, se hace un gran aporte: una presentación a la humanidad del movimiento de mujeres en el mundo.

La Carta dice que las mujeres hemos contribuido a la democracia y a cambiar el mundo y hace un llamamiento a mujeres, hombres, pueblos oprimidos, etc. para que planteen un pacto dirigido a transformar el mundo y a modificar radicalmente los nexos que nos unen. Es un poder alternativo, que conllevará la erradicación de lo que no queremos. Es una praxis constructiva, una posición muy distinta a la confrontación. Se sostiene sobre cinco pilares principales:

-igualdad -paz -libertad -solidaridad -justicia

Hace un llamamiento a todas las fuerzas sociales para que estos valores sean puestos en práctica. Se requieren, desde luego, cambios estructurales; los cambios ideológicos y valorativos no son suficientes. De lo contrario, cada cual le daría un contenido a la justicia. (Hoy escuchamos discursos de igualdad a organizaciones que reproducen la desigualdad).

Sabemos que no estamos dispuestas a tolerar más. En los últimos tiempos nos hemos dedicado a buscar qué sinergias tienen que producirse entre organizaciones locales, internacionales, etc. para lograr el piso para las mujeres y la búsqueda ha adquirido una dimensión internacional. Nos referimos al piso del derecho internacional, que se convierte en nacional a través de los pactos internacionales. Tenemos que articularnos entre lo internacional, lo nacional y lo local para poder tener una potencia más alta y para que este movimiento sea sustentable. Si no, puede resultar una cosa veraniega, o sea, pasajera.



“Unidas en la construcción de Paz y la lucha contra el olvido”



Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

Desde el feminismo se ha creado la concepción de igualdad entre mujeres y hombres. El feminismo es radical porque:

- Plantea ir a la raíz de aquello que nos coloca en desventaja, que nos daña, que lesiona una forma digna de vida.
- Proclama la condición humana de las mujeres. Esta humanidad no es reconocida en muchas partes del mundo o se reconoce parcialmente o solo si está en función del desarrollo de otras personas o para producir una mejor ciudadanía.
- Proclama la igualdad entre mujeres y hombres. No solo hacemos el proyecto, sino que lo llevamos a la práctica, algo inadmisibles por muchas organizaciones añejas y anacrónicas.
- Para construir la igualdad tenemos que cambiar. Y los cambios deben ser profundos en nosotras mismas. No se trata de predicar, sino que implica una transformación de las marcas, los deberes, los mandatos y los sellos que nos impiden el desarrollo de nuestra vida.
- Plantea una transformación rotunda de las mujeres. ¿Cuáles son los cambios que tienen que hacer las mujeres en su condición social de género para contribuir a la igualdad? Celia Amorós plantea cómo las mujeres hemos sido construidas como idénticas, como LA mujer. A finales del siglo XX se modificó el lenguaje y se nombra al colectivo en plural (MUJERES). Es una 's' de diversidad, de una diversidad que queremos reconocer. Con los hombres pasa igual; un hombre no es la representación del patriarcado. Las mujeres del siglo XXI estamos llamadas a ir poniendo nombre a las cosas.
- Demanda una redistribución equitativa de la propiedad, lo que supondría una revolución agraria mundial. Las mujeres se dejan la piel trabajando la tierra, pero no son titulares.





Círculos de Mujeres
Que sanan en la búsqueda
de sus familiares
desaparecidos/as

Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

Los hombres tienen que cambiar y eso tiene que estar normado. Las leyes que estamos aprobando implican a los hombres directamente. Los hombres se quedan en atender al violento, pero no se plantean más allá; hay 110.000 abortos en España (500.000 en México) al año y no se plantean qué tiene que ver esto con ellos.

Hay que ir revisando el pasado, pero siempre con un pie en el futuro. Hay que revisar nuestro compromiso con la causa de las mujeres y tenemos que asumir cada vez más articuladamente esta problemática.

La carta plantea la solidaridad, palabra que aprendimos del movimiento obrero. Después nos dimos cuenta de que el concepto fue un aporte del movimiento feminista al movimiento obrero, que se planteaba la fraternidad.

Celia Amorós, en el escrito 'Violencia patriarcal', explica que el primer pacto de complicidad entre los hombres es un pacto de exclusión de las mujeres y, por lo tanto, de violencia contra ellas, porque el hecho de partir de esa exclusión (plasmada, entre otros ámbitos, en el derecho). Es un pacto implícito y culturalmente instalado.

La declaración 'Derechos del hombre y del ciudadano' fue acompañada de un feminicidio porque excluyeron económica, política y socialmente a las mujeres. Además, las prohibieron y después las llevaron a la guillotina por reivindicar los derechos de las mujeres y de las ciudadanas (Olimpia de Gouges).

Esta exclusión es una violencia y asegura el control de las mujeres. Las otras formas de violencia tampoco dañan solo a una mujer, sino a todas, porque la violencia es simbólica.



“Unidas en la construcción de Paz y la lucha contra el olvido”



LA SORORIDAD



La fraternidad es un concepto que abarca a mujeres y a hombres porque tiene reconocimiento humano. Abarcaría también la cultura de la sororidad. Este no es un concepto religioso, pero sí tiene un latinajo 'sor' (hermana). Significa que ninguna está jerarquizada. Tiene como sentido la alianza profunda y compleja entre las mujeres.

Sororidad/ soridad/ sisterhood: pacto político de género entre mujeres que se reconocen como interlocutoras. No hay jerarquía, sino un reconocimiento de la autoridad de cada una. Está basado en el principio de la equivalencia humana, igual valor entre todas las personas, porque si tu valor es disminuido por efecto de género, también es disminuido el género en sí. Al jerarquizar u obstaculizar a alguien, perdemos todas y todos. En ocasiones, la lógica patriarcal nos impide ver esto.

La sororidad tiene un principio de reciprocidad que potencia la diversidad. Implica compartir recursos, tareas, acciones, éxitos... Reconocer la igual valía está basado en reconocer la condición humana de todas, desde una conceptualización teórica de lo que significa. Otro aporte de la sororidad es dar a conocer las aportaciones de las mujeres para construir la valoración no solo de la condición humana sino de sus hechos. La cosa no es 'cómo nos queremos'; la clave está en que nos respetemos, algo difícil porque no estamos educadas en el respeto a las mujeres. Se trata de enfrentar la misoginia, grave problema que causa grave daño a la democracia.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

La sororidad exige de nosotras revisar la propia misoginia; cada una tiene que ir descubriendo dónde, cómo se nos aparece, cómo nos legitima para dañar a las otras. Eso también es violencia.

La sororidad es una política que trata de desmontar la misoginia, acción básica para el empoderamiento de las mujeres y la construcción de la igualdad. Si ella, nos pondremos trabas entre nosotras mismas. ¿Cómo lograr la sinergia entre mujeres diferentes que reconocen que la diversidad es un valor positivo, que se unen para universalizar los derechos y para contribuir a la valoración de los derechos de las mujeres en el mundo?

La sororidad es posible como un proceso, siempre y cuando cada una sea posible de alcanzar la mismidad, basada en la autonomía de las mujeres. 'Auto' (otro latinajo) quiere decir 'yo', poder tener la independencia, también sexual.

La mismidad consiste en ir asumiendo esta construcción de las mujeres como sujeto, como nosotras mismas y en el mundo. Está relacionada con el empoderamiento individual y con el colectivo.

Todo esto es la Carta de las Mujeres a la Humanidad.





En el turno de preguntas...

> Sobre que los hombres dicen sentirse excluidos en los espacios de las mujeres.

Lo que no aceptan los hombres no es su exclusión, sino nuestra agregación. Solo la aceptan si es para rezar, intercambiar recetas o hacer otras actividades más modernas como andar en bici, pero no si es para identificarnos y para lograr una complicidad entre nosotras. La agregación entre mujeres que no sean de vínculo sanguíneo es algo novedoso desde el punto de vista antropológico. Los hombres deben de estar asustados, teniendo en cuenta que cuando ellos se han reunido ha sido para nuestra exclusión; piensan que nosotras vamos a hacer lo mismo. A las mujeres se les ha mantenido aisladas, no solo excluidas. Tenemos que pensar pasar de los grupos de apoyo de amigas a los de conciencia feminista.



> Sobre el feminicidio.

Toda violencia es política y la violencia contra las mujeres es la forma más normalizada en la sociedad. El feminicidio es el homicidio político de género y contribuyen a él las comunidades y las instituciones que no hacen lo necesario por construir una cultura de igualdad, por reformar la educación y por respetar las leyes nuevas de igualdad.





HERRAMIENTA 3: APRENDIENDO A TRAVÉS DEL JUEGO, “TINGO, TANGO”

Objetivo: Promover en los participantes la apropiación de los conceptos a través del juego.

Descripción:

1. Se dará inicio a la actividad con la actividad “Tingo Tango”, en la cual promoverá en las personas la activación y participación activa.
2. Se aborda el objetivo de la actividad, el cual consiste en sensibilizar sobre la temática “Sororidad”, como psicoeducación y reflexión al compartir espacios entre mujeres.
3. Se les dará post-it, para que puedan participar en el espacio.
4. En este sentido, se empezará a rotar aleatoriamente un objeto redondo (pelota) hasta mencionar la palabra “tango”.
5. A la persona que se quedó con el objeto se le realiza una pregunta, y seguidamente, en apoyo del círculo de mujeres, de forma respetuosa, alzando la mano, podrán responder dicha pregunta las/os demás participantes del encuentro.
6. Se realiza dicho proceso, hasta tener las ideas necesarias para la creación del término de sororidad desde las vivencias del grupo y sus aportaciones.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

Preguntas orientadoras:

- ¿Cómo podemos apoyarnos entre mujeres para obtener objetivos en común?
- ¿Qué prácticas nocivas o dañinas podemos dejar a un lado para apoyarnos?
- ¿Qué experiencias positivas me han traído una buena amistad?
- ¿Qué puedo aportar como mujer a otra mujer?
- ¿Cómo puedo ayudar a empoderar a otras mujeres?
- ¿Cómo me puedo convertir en un apoyo para mis compañeras y compañeros?

7. Generando de esta manera, la participación y acercamiento entre las mismas, promoviendo la sororidad y redes de apoyo.

8. Seguido, se expondrá un cartel ilustrativo en la parte central del encuentro, con la palabra “Sororidad”, y se compartirán el post-it, para construir, de común acuerdo, el término de sororidad.

9. Al construir el acuerdo, se les pide que lo escriban en una tarjeta y lo anexen en la bitácora, para su apropiación.





Círculos de Mujeres

Que sanan en la búsqueda de sus familiares desaparecidos/as



MÓDULO 2

PREVENCIÓN DE VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO

2.1 QUÉ ES ENFOQUE DE GÉNERO

El conflicto armado ha lesionado a las familias en Colombia mediante la vulneración de los derechos fundamentales, especialmente en las mujeres. El Acuerdo final, firmado el 26 de septiembre del año 2016, incorporó el enfoque de género como uno de sus principios transversales, lo que implicó e implica un reconocimiento de igualdad y derechos constitucionales entre cada ciudadano sin importar sus características biológicas. Dicho en otras palabras, reconociendo una igualdad entre hombre y mujer y sus circunstancias especiales e individuales, independientemente de su estado civil, ciclo vital, orientación sexual y/o situación familiar y social.



2.2 ¿QUÉ ES VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO?

Según Naciones Unidas, el término ‘violencia de género’ hace referencia a cualquier acto con el que se busque dañar a una persona por su género. La violencia de género nace de normas perjudiciales, abuso de poder y desigualdades de género.



La violencia de género constituye una grave violación a los derechos humanos; al mismo tiempo, se trata de un problema de salud y protección que pone en riesgo

la vida. Se estima que una de cada tres mujeres sufrirá violencia física o sexual en el transcurso de su vida. En situaciones de crisis y desplazamiento, aumentan las posibilidades de que las mujeres y las niñas sufren violencia de género.

2.2.1 SÍNDROME DE LA MUJER MALTRATADA

El síndrome de la mujer maltratada se presenta debido a la normalización de la violencia en la relación de pareja y a los obstáculos que se le presentan a la mujer para poder terminar con una relación de abuso y violencia.

En qué espacios se puede dar





2.3 TIPOS DE VIOLENCIA

Violencia Económica: consiste en lograr o intentar conseguir la dependencia financiera de otra persona, manteniendo para ello un control total sobre sus recursos financieros, impidiéndole acceder a ellos y prohibiéndole trabajar o asistir a la escuela.

Violencia Psicológica: consiste en provocar miedo a través de la intimidación; en amenazar con causar daño físico a una persona, su pareja o sus hijas o hijos, o con destruir sus mascotas y bienes; en someter a una persona a maltrato psicológico o en forzarla a aislarse de sus amistades, de su familia, de la escuela o del trabajo. Incluye la presencia de humillaciones, amenazas y coacciones (utilizándose en algunos casos la amenaza de agresión física a la víctima o a allegados), desprecio y desvalorización. También hace que la persona se sienta indefensa, obligada a hacer determinadas acciones y dependiente del agresor, culpable de la situación de abuso y merecedora de un castigo.



Violencia Física: consiste en causar o intentar causar daño a una pareja golpeándola, propinándole patadas, quemándola, agarrándola, pellizcándola, empujándola, dándole bofetadas, tirándole del cabello, mordiéndole, negándole atención médica u obligándola a consumir alcohol o drogas, así como empleando cualquier otro tipo de fuerza física contra ella. Puede incluir daños a la propiedad.



Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

Violencia Sexual: conlleva obligar a una pareja a participar en un acto sexual sin su consentimiento, o bien en que la sexualidad es limitada o impuesta por otra persona.

Violencia Patrimonial: es la usurpación o destrucción de objetos, bienes y propiedades de la persona víctima de violencia con intención de dominarla o producirle un daño psicológico. En muchos sentidos, estos bienes son el fruto de décadas de trabajo, y destruirlos es una manera de hacer ver que todos esos esfuerzos no han servido de nada. Sin embargo, hay que señalar que este tipo de agresiones pueden afectar a la vez a otras personas, especialmente a los vecinos.



Violencia Social: se basa en la limitación, control y la inducción al aislamiento social de la persona. Se separa a la víctima de familia y amigos, privándola de apoyo social y alejándose de su entorno habitual. En ocasiones se pone a la víctima en contra de su entorno, produciendo que la víctima o entorno decidan desvincularse.

Violencia Vicaria: un gran número de parejas en las que se produce violencia de género tienen hijos. En muchas ocasiones el agresor decide amenazar, agredir e incluso matar a dichos hijos con el propósito de dañar a su pareja o expareja; también incluye el daño causado a los menores por la observación de malos tratos entre los progenitores.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

El impacto psicológico es lo que se busca, a través del control, el sometimiento y las agresiones a personas que no están directamente involucradas en el núcleo del conflicto.



La Violencia Obstétrica: se genera con el maltrato que sufre la mujer embarazada al ser juzgada, atemorizada, humillada o lastimada física y psicológicamente. Se presenta en los lugares que prestan servicios médicos y se da en todas las esferas de la sociedad.

Violencia Simbólica: la violencia simbólica es un concepto acuñado por Pierre Bourdieu en la década de 70 y se utiliza para describir una relación social donde el “dominador” ejerce un modo de violencia indirecta y no físicamente directa en contra de los “dominados”, los cuales no la evidencian y/o son inconscientes de dichas prácticas en su contra, por lo cual son “cómplices de la dominación a la que están sometidos” Esta violencia está interiorizada y naturalizada hasta el punto de que creemos que las cosas “siempre fueron así”, y por lo tanto, nuestros valores y lugares dentro de la sociedad serían no solo incuestionables, sino también inmutables.

En los medios de comunicación, es violencia simbólica, todo lo que refuerza los estereotipos, pues están poniendo a cada uno “en su sitio”, todo el que es capaz de estigmatizar es responsable del pensamiento segregacionista, todos los segregados son “distintos a mí” y vistos como menos personas en el inconsciente. Cuanta menos persona se es, menos derechos y más susceptible se vuelve uno a los abusos en todas las esferas.





2.4 MUJERES COMBATIENTES / MILITARIZACIÓN DE LA FEMINIDAD

Las mujeres también combaten, pues no hay ninguna limitación para ellas. Hacen parte de las filas de los actores de un conflicto con cualquier arma de la que dispongan de la misma forma que lo hacen los hombres.

Según la Oficina del Alto Comisionado para la Paz, en las Zonas veredales transitorias de normalización hay actualmente alrededor de 2.085 mujeres y 5.055 hombres (excombatientes) para un total de 7.140 personas. Esto quiere decir que las mujeres son cerca del 29%. Es decir, 29 de cada 100 exguerrilleros de las Farc son mujeres



2.5 DESPLAZAMIENTO FORZADO, CRISIS HUMANITARIA, MUJERES CABEZA DE FAMILIA

El desplazamiento forzado viola sistemáticamente los derechos humanos por los efectos que provoca en la población, afectando de manera diferenciada a mujeres y hombres. A su llegada a la ciudad, las mujeres se ven obligadas no solo a hacer frente a todas las dificultades propias de un territorio desconocido, sino también a otros problemas específicos como la discriminación y la violencia por razón de género. Aunque la Corte Constitucional impuso al gobierno colombiano el establecimiento de niveles mínimos de protección de los derechos fundamentales, lo cierto es que la adquisición de la condición de persona desplazada no garantiza en muchos casos el goce efectivo de los derechos.



2.6 CUERPO FEMENINO COMO ARMA DE GUERRA

La violencia de género tiene sus bases en una estructura socioeconómica y política patriarcal en la que existe una relación de poder del hombre sobre la mujer, además de la violencia estructural, el conflicto armado hace más vulnerable a las mujeres a la agresión sexual, ya que el uso de las armas genera en el hombre una mayor sensación de autoridad.

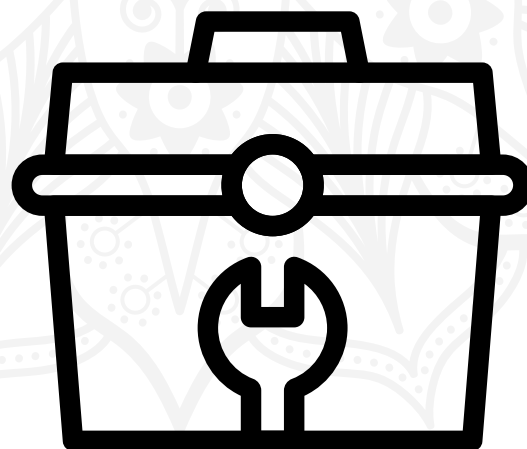
Desde el imaginario, el paramilitar, guerrillero, policía o soldado se cree dueño no solo del cuerpo femenino -al que considera débil-, sino de las conductas, sentimientos y pensamientos de las mujeres.

2.7 RECLUTAMIENTO FORZADO DE NIÑAS Y MUJERES

Un niño y menor combatiente es toda persona menor de 18 años que es miembro o está vinculado a las fuerzas armadas gubernamentales o a cualquier grupo armado regular o irregular, en lugares donde exista o no un conflicto armado. Niños y niñas que realizan tareas que van desde la participación directa en combate, la colocación de minas antipersonales o explosivos, la exploración, el espionaje, la carga, la cocina, el trabajo doméstico, la esclavitud sexual u otros reclutamientos con fines sexuales.

CAJA DE HERRAMIENTAS

Las siguientes herramientas sirven como apoyo a la información temática entregada en cada uno de los módulos, así mismo servirán como herramientas que puedan utilizar en la cotidianidad.





HERRAMIENTA 1: APRENDIMOS JUNTOS

Objetivo: Identificar los sentimientos y afectaciones que puedan existir en los/as participantes frente a la violencia basada en género.

Descripción:

1. Se les pedirá amablemente a las personas, hacer dos círculos, cada círculo dependiendo de la cantidad de involucrados que se encuentren.
2. Cada círculo tendrá la misma cantidad de participantes. Las personas de la parte interior son estáticas, mientras que las del exterior se podrán movilizar cuando se indique.
3. Las personas de la parte exterior les dirán a las del grupo interior cualidades o características positivas y luego usarán la frase “Te doy de mí:” (resaltar una cualidad positiva que el/la participante logre percibir y proporcionarle a la persona del frente).
4. Contando unos segundos, la/el profesional dará la indicación de rotar, solo se movilizarán los participantes externos, y así sucesivamente hasta que todos los asistentes hayan pasado y agregado un calificativo positivo que refuerce la autoestima (autoconcepto, autoimagen) entre los participantes. Como regla principal se dejará establecido que no se pueden mencionar palabras negativas.
5. Al finalizar la actividad se les preguntará a los/as participantes:
 - ¿Cómo se sintieron?
 - ¿Les fue sencillo mencionar cualidades o características positivas de sus compañeros/as?
6. Se retroalimenta la actividad con una reflexión por parte de algunos integrantes del grupo.





HERRAMIENTA 2: COMO PREVENIR LA VBG

Objetivo: Identificar los conocimientos aprendidos acerca del enfoque de género y la violencia basada en género.

Descripción:

1. En este momento se pregunta a las personas que conocen por violencia de género y qué tipo de violencias conocen o qué acciones creen que hacen parte del tipo de violencias de género.
2. Se escuchan las respuestas de cada persona y se reparten imágenes sobre los diferentes tipos de violencia, seguido se les indicará que identifiquen según su conocimiento a qué tipo de violencia hace referencia cada imagen, indicando que después de la explicación se observará si estaban en lo correcto.
3. Con apoyo de contenido temático, el cual se explicará a detalle, se comparten conceptos y tipologías de VBG.
4. Después de la explicación, se observan cada una de las imágenes presentadas al inicio y se comparan las respuestas dadas al inicio y se les pregunta nuevamente qué tipo de violencia representa cada imagen, para dinamizar el espacio y observar el conocimiento apropiado por cada integrante.
5. Finalizando se les comparte un volante actualizado con las rutas de atención a VBG como forma preventiva de buscar ayuda

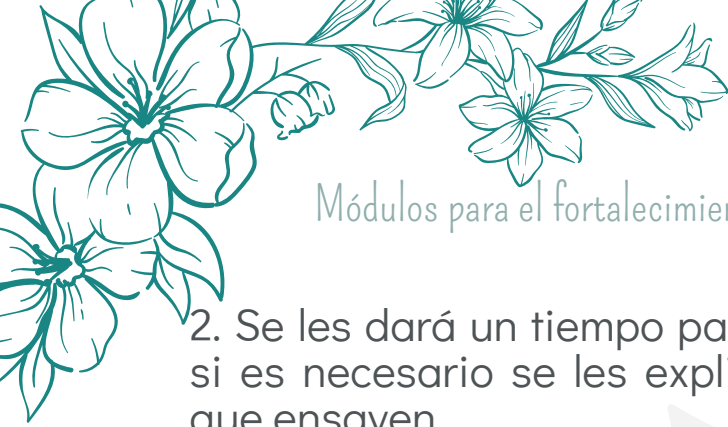
HERRAMIENTA 3: APRENDAMOS JUNTOS

Objetivo: Identificar los conocimientos aprendidos acerca del enfoque de género y la violencia basada en género.

Descripción

1. Se crean 3 grupos y a cada uno se le entrega un guion, en el cual se evidencian situaciones de VBG





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

2. Se les dará un tiempo para que lean el guion y lo comprendan, si es necesario se les explicará detalladamente el guion y para que ensayen.
3. Seguido a ello se les pedirá a las personas pasar al frente y representar el guion planteado.
4. Finalizado el sociodrama de cada caso, se le pide al grupo que identifiquen qué tipo de violencia han representado.
5. Finalmente, se le pregunta al grupo, ¿cuáles son los tipos de violencia que requieren atención? ¿Cómo se sintieron en la actividad?, ¿qué harían en una situación similar?
6. Seguido de esto, la profesional realizará la retroalimentación sobre la importancia de actuar, ser conscientes de la gravedad/afectación de los hechos sin normalizar dichos actos por mínimos que sean.

HERRAMIENTA 4: ACTO SIMBÓLICO “NO MÁS VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES”

Objetivo: Identificar los conocimientos aprendidos acerca del enfoque de género y la violencia basada en género.

Descripción:

1. Se precisa realizar un acto simbólico con las personas, para ello, se tendrá una pintura de un árbol en un pliego de papel bond, este árbol estará compuesto solo por ramas.
2. Se le pedirá a cada persona que pase al frente y se le pinta una mano de color azul y morado.
3. Pondrá la huella de color azul y escribirá al lado una forma de violencia y en la morada una forma de contrarrestarla (rutas de atención).
4. Cada huella será una parte del árbol.
5. Seguidamente, la/el profesional realizará una retroalimentación sobre lo aprendido durante la jornada y se le preguntará a cada persona sobre lo aprendido en la jornada.





Círculos de Mujeres

Que sanan en la búsqueda de sus familiares desaparecidos/as



MÓDULO 3

RECUPERACIÓN EMOCIONAL

Cuando se habla de procesos de recuperación emocional en víctimas del conflicto armado, para este caso específico Mujeres y Hombres víctimas de desaparición forzada, es importante partir de las afectaciones que se logren evidenciar en estos espacios, existen muchas afecciones propias del colectivo como lo son sentimientos de ira, dolor, frustración, desesperanza aprendida, miedo entre muchas otras. Estas afectaciones en algunas situaciones, y debido al contexto de la guerra, suelen desencadenar crisis frente a diversas situaciones, como lo pueden ser reuniones sociales, verbalización de los hechos sucedidos en la vulneración de los derechos, detención o estancamiento en los procesos de búsqueda, miedo a repetir la historia con los familiares que continúan en casa, agotamiento físico, mental y emocional frente a los procesos que se viven a diario.

“Unidas en la construcción de Paz y la lucha contra el olvido”



3.1 ¿QUÉ ES CRISIS?

Se define como un estado temporal de agitación, trastorno o desorganización, en el que la persona se puede sentir desbordada frente a la forma en la que debe afrontar una situación o un problema. Se puede hablar de crisis emocional en la que se puede evidenciar, tristeza, enfado, miedo, abandono, así mismo se habla de crisis mental en los casos en los que la persona se encuentra con insuficientes recursos para la toma de decisiones, dificultades para reflexionar, pérdida de objetivos y confusión.

3.2 PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS

Es la intervención psicológica en el momento de crisis, entendiéndose como una ayuda breve e inmediata de apoyo a la persona para restablecer su estabilidad personal a nivel emocional, físico, cognitivo y conductual (social).

Las intervenciones de primera instancia por lo general son cortas y la ayuda es brindada por cualquier persona de la comunidad que esté presente en el momento que surge la necesidad en cualquier emergencia, esta ayuda puede ser brindada por policías, enfermeras, cajeros en los bancos, padres y maestros, entre otros. Esta intervención es llevada a cabo generalmente en el lugar donde se desarrolló la emergencia, o en el lugar a donde las personas han sido trasladadas inmediatamente después de esta, como son los hospitales, la escuela, el hogar, la calle o ambientes de trabajo (Slaikeu, 2000).

Es importante que los participantes del proyecto se formen en la atención en crisis y primeros auxilios, toda vez que muchas veces serán ellos quienes tendrán que realizar las intervenciones en el ámbito comunitario como líderes y lideresas.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

La meta de los primeros auxilios psicológicos es que la persona salga del shock y active sus recursos para recuperar su capacidad de afrontamiento. El objetivo es auxiliar a la persona a dar pasos concretos hacia el afrontamiento de la crisis, lo cual incluye la conceptualización del hecho, la clarificación de los pensamientos, el manejo adecuado de las emociones y sentimientos, el control de la subjetividad, de la fantasía catastrófica, de la sensación de amenaza y comenzar así el proceso de solución del problema.

Existen tres aspectos o subtemas de los primeros auxilios psicológicos que dan dirección a la actitud del asistente (Slaikeu, 2000):

- Proporcionar apoyo
- Reducir la mortalidad
- Proporcionar el enlace con las fuentes de asistencia

Proporcionar apoyo: Se basa en la premisa de que es mejor para las personas no estar solas, en los eventos de crisis, estresantes o traumáticos. De manera concreta, ello significa permitir a la gente hablar para crear un vínculo de presencia, calidez, empatía y escucha que permita aterrizar las ideas y proporcionar una atmósfera en la que el temor, la ira, la ansiedad y otras emociones puedan expresarse libremente.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

Reducir la mortalidad: Se dirige a la salvación de vidas, bajo el lema “primero la supervivencia” y la prevención del daño físico durante la crisis. Es frecuente, que algunas crisis conduzcan al daño físico (como golpear a los hijos o al cónyuge) o aun a la muerte (suicidio, homicidio). Una submeta determinante para los primeros auxilios psicológicos es, entonces, tomar medidas para hacer mínimas las posibilidades destructivas y desactivar la situación.

Proporcionar el enlace con las fuentes de asistencia: esta submeta se vincula directamente con la definición de la crisis vital como un período en el que los suministros y recursos personales se han agotado (Miller e Iscoe, 1963). Antes que tratar de resolver el problema completo de manera inmediata, el asistente fija con precisión las necesidades fundamentales y entonces realiza una remisión adecuada a algún otro asistente o agencia. Algunas veces esta remisión será para orientación individual de tipo (de terapia para crisis) breve. Otras veces será para asistencia legal o auxilio de parte de una agencia de servicio social.

CAJA DE HERRAMIENTAS

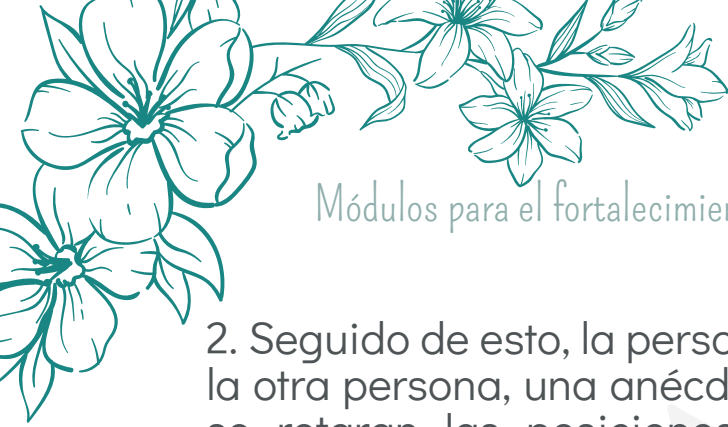
HERRAMIENTA 1: "MI POLO A TIERRA"

Objetivo: Permitir que los/as participantes identifiquen las diferentes emociones y cuál de ellas es la que más se observa en cada uno de los procesos.

Descripción:

1. Se indica a los/as participantes que se reúnan en parejas, donde una deberá sentarse y la otra quedarse de pie mirándose frente a frente, la que está de pie dará tres pasos para colocar distancia entre ella y la persona que está sentada.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

2. Seguido de esto, la persona que esté sentada deberá contarle a la otra persona, una anécdota de su vida, al finalizar la anécdota, se rotaran las posiciones y realizaran nuevamente la misma actividad
3. Finalizando la actividad se realizarán preguntas orientadoras cómo: ¿cómo se sintieron contando la anécdota?, ¿cómo se sintieron escuchando?, ¿fue cómodo escuchar y hablar en esa posición en la que estaban?
4. En este espacio se hablará acerca de la importancia de la escucha activa y de estar a la misma altura de la persona que estamos escuchando para que el encuentro sea mucho más cercano, humano y empático.

HERRAMIENTA 2: "SER, ESTAR, TENER Y HACER"

Objetivo: Identificar cuáles son los mecanismos de afrontamiento de los/as participantes posterior a los actos de violencia presentados.

Descripción:

1. Con dos pliegos de papel bond se construye un cuadro en el que se escribe: ser, estar, tener, hacer. Se ubican en una pared a la vista de todos.
2. Se le facilita a los/as participantes, 4 tarjetas de colores, en las cuales deberán responder las siguientes preguntas, según el SER, ESTAR, TENER Y HACER.
3. Se inicia con la siguiente pregunta:
SER: ¿Qué aspectos de su personalidad le ha permitido seguir adelante desde que ocurrieron los hechos de violencia?
TENER: ¿Qué estrategias le permitió enfrentar los efectos de la violencia?
HACER ¿Qué acciones implementaron para enfrentar las consecuencias de la violencia?





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

ESTAR: ¿Qué elementos resalta de todo su proceso de sanación, que le permitieron estar en el lugar en el que se encuentra ahora?

4. Finalmente, es importante resaltar las estrategias de afrontamiento que el grupo ha utilizado para su proceso de sanación.

HERRAMIENTA 3: DEJAMOS UNA HUELLA DE PAZ

Objetivo: Evaluar el impacto del aprendizaje de la temática enseñada.

Descripción:

1. Se entregará a los/as participantes la figura de unas huellas plasmadas en hojas de papel.
2. Seguido de esto se les indicará que escriban allí cuál es la huella que les gustaría dejar en este mundo.
3. En la otra huella deberán escribir como les gustaría ser recordadas/os.
4. Después de escribir en cada huella, se podrá el grupo de pie y se formará un círculo y uno a uno los/as participantes deberán leer sus huellas y ponerlas al lado, luego el/la siguiente participante y así, formando una fila de personas y al lado una fila de huellas, formándose de esta manera un camino de huellas.
5. Finalmente, se socializa a nivel general, como les pareció la actividad, que les gusto y que les disgustó y sugerencia o recomendaciones para hacer del espacio un lugar más cómodo, tranquilo y seguro.
6. Agradecimientos, aplausos y fotografía.
7. Resolución de dudas e inquietudes.





Círculos de Mujeres

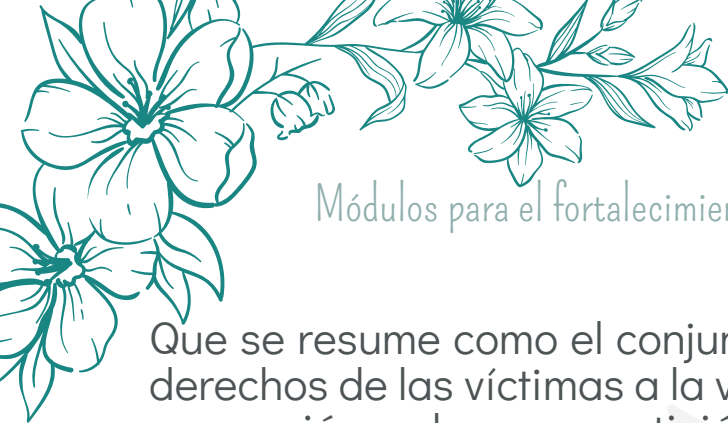
Que sanan en la búsqueda de sus familiares desaparecidos/as



MÓDULO 4

APROPIACIÓN DEL LEGADO DE LA COMISIÓN PARA EL ESCLARECIMIENTO DE LA VERDAD

A partir del año 2012 se iniciaron los diálogos de paz entre el Estado colombiano y las Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia, Ejército del Pueblo (FARC-EP), con el propósito de poner fin a un Conflicto Armado de casi siete décadas. En este marco, se hizo necesario que el Estado colombiano adoptará diferentes políticas de paz que permitiera a la sociedad dejar atrás los interminables ciclos de violencia y sus gravísimas consecuencias humanas, por lo cual, se creó el SIVJNR, SISTEMA INTEGRAL DE VERDAD, JUSTICIA, REPARACIÓN Y NO REPETICIÓN, llamado actualmente Sistema Integral para la Paz.



Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

Que se resume como el conjunto de mecanismos para garantizar los derechos de las víctimas a la verdad, la justicia, la reparación y la no repetición estipulada en el Acuerdo para la Terminación del Conflicto y la Construcción de una Paz Estable y Duradera, firmado entre el Gobierno Nacional de Colombia y las FARC.

4.1 ¿QUÉ ES EL SIVJRNR?

Es el conjunto de mecanismos para garantizar los derechos de las víctimas a la verdad, la justicia, la reparación y la no repetición estipulados en el Acuerdo para la Terminación del Conflicto y la Construcción de una Paz Estable y Duradera, firmado entre el Gobierno Nacional de Colombia y las FARC.

4.2 ¿POR QUIENES ESTA COMPUESTO EL SIVJRNR?

El Sistema está compuesto por la Comisión para el Esclarecimiento de la Verdad, la Convivencia y la No Repetición (CEV), la Jurisdicción Especial para la Paz (JEP) y la Unidad de Búsqueda de Personas dadas por Desaparecidas en el Contexto y en Razón del Conflicto Armado (UBPD). Y también las medidas de reparación integral para la construcción de paz y las garantías de no repetición. • El SIVJRNR fue incorporado en la Constitución Política de Colombia mediante el acto legislativo 01 de 2017. De igual forma, cada uno de sus componentes cuenta con su marco normativo.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

El Sistema enfatiza en la implementación de medidas restaurativas y reparatoras para esclarecer la verdad sobre el conflicto armado y propiciar la transformación de los factores que incidieron en él como fundamentos de una convivencia pacífica y digna para las víctimas. Sus principales características son la centralidad en las víctimas y en la integralidad reflejada por la coexistencia de mecanismos extrajudiciales y judiciales autónomos fundamentados en los derechos de las víctimas y en las relaciones de condicionalidad e incentivos para quienes comparecen como responsables de graves violaciones a los derechos humanos, crímenes de guerra y crímenes de lesa humanidad cometidos en el marco del conflicto armado.

Ningún componente del Sistema prima sobre otro y cada mecanismo cumple su función sin duplicar las de los otros, para lo cual se cuenta con protocolos de colaboración y un Comité de Coordinación Interinstitucional. • Asimismo, el Sistema tiene un enfoque territorial, diferencial y de género, que corresponde a las características particulares de victimización en cada territorio y por cada población, con especial protección y atención a las mujeres, los niños y las niñas víctimas del conflicto armado.

4.3 ¿CUÁLES SON SUS OBJETIVOS?

- Satisfacer los derechos de las víctimas del conflicto armado colombiano
- Asegurar el esclarecimiento de la verdad y la rendición de cuentas por lo ocurrido.
- Buscar el reconocimiento de responsabilidades de quienes participaron en el conflicto armado interno de manera directa o indirecta.
- Garantizar justicia frente a graves violaciones de los Derechos Humanos e infracciones al Derecho Internacional Humanitario.
- Brindar seguridad jurídica a los actores participantes en el Sistema.



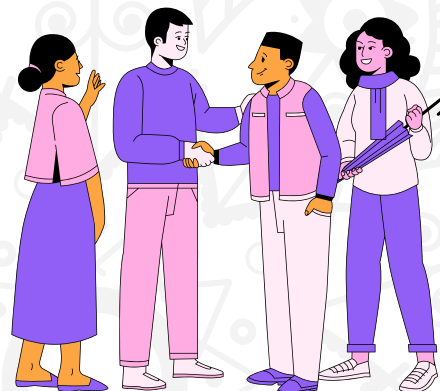


Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

- Incentivar la colaboración de quienes tuvieron una participación directa o indirecta en el conflicto armado y cometieron delitos en el contexto y en razón de este.
- Contribuir a la promoción de la convivencia pacífica, la reconciliación y la no repetición.

4.4 ¿QUIÉNES PARTICIPAN SIVJNR?

- Todas las víctimas del conflicto armado: Víctimas de las guerrillas, Víctimas de los grupos paramilitares, Víctimas de agentes del Estado, Víctimas de otros grupos armados ilegales.
- Miembros de grupos guerrilleros que hayan suscrito acuerdos de paz con el Gobierno Nacional de Colombia y hayan hecho parte de procesos de dejación de armas.
- Agentes del Estado, incluidos miembros de la Fuerza Pública, que hayan cometido delitos en el contexto y en razón del conflicto armado, partiendo del reconocimiento de su condición de garantes y de la presunción de que ejercen de manera legítima el monopolio de las armas.
- Paramilitares desmovilizados con el fin de esclarecer el fenómeno y aportar a la reparación integral de sus víctimas. Estos no son investigados ni juzgados por la JEP. De manera excepcional, podrían someterse a la JEP cuando exista un potencial y extraordinario aporte a la verdad.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

- Terceros civiles que, sin formar parte de los grupos armados ilegales, hayan tenido una relación no coaccionada de financiación o colaboración con estos y en desarrollo de tal vínculo hayan cometido delitos en el contexto y en razón del conflicto armado.
- La sociedad en general mediante el reconocimiento de: Violaciones a los Derechos Humanos e infracciones al Derecho Internacional Humanitario que se han cometido en el marco del conflicto armado como algo que merece el rechazo de todos y que no se debe ni se puede repetir y los procesos de fortalecimiento del tejido social comunitario, las experiencias de resiliencia individual o colectiva y la transformación positiva de organizaciones e instituciones que también han tenido lugar a lo largo del conflicto armado.

De igual forma, la sociedad en general puede contribuir voluntariamente a través de la difusión de los avances, resultados y recomendaciones que surjan de la implementación del SIVJRNR. Y puede aportar promoviendo reflexiones y acciones individuales, y colectivas, que contribuyan de manera sostenible a la no repetición.

4.5 ¿QUÉ ES LA COMISIÓN PARA EL ESCLARECIMIENTO DE LA VERDAD, LA CONVIVENCIA Y LA NO REPETICIÓN?

La Comisión para el Esclarecimiento de la Verdad, la Convivencia y la No Repetición (CEV), se creó con la misión de construir un relato comprensivo y profundo de las causas y afectaciones durante el Conflicto Armado Interno; promover el reconocimiento de responsabilidades de los actores que de una u otra manera participaron en el conflicto, y la reflexión por parte del Estado y la sociedad de la gravedad de lo acaecido, con el fin de identificar lo que es necesario transformar, para que nunca más vuelva a suceder, y así avanzar hacia la convivencia y la no repetición.





4.5.1 ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA VERDAD?

La Verdad, es el primer derecho que se debe garantizar en los procesos de paz, puesto que su reconocimiento permite a las víctimas conocer los contextos y circunstancias en las que ocurrieron las violaciones a los derechos humanos, quiénes fueron los responsables y dónde están las personas desaparecidas y así responder lo siguiente: ¿por qué me ocurrió eso a mí?, ¿por qué ocurrió eso en determinado territorio?, y con ello ayudar a comprender, a sanar y a abrir un camino hacia la reconciliación.

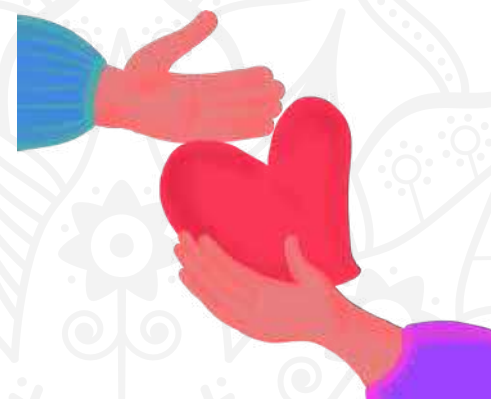
La Verdad, entendida como bien público del que la sociedad se apropia, como elemento fundamental para la No Repetición.

4.5.2 OBJETIVOS DE LA CEV

Son cuatro los objetivos misionales que se establecieron en el Decreto Ley 588:

Esclarecimiento:

Se buscó esclarecer los hechos ocurridos, dentro de toda la complejidad que aborda el conflicto, con el fin de que la sociedad pueda entender y comprender aquellos elementos menos conocidos del conflicto, por ejemplo: el impacto del conflicto en los niños, niñas y adolescentes y la violencia basada en género, entre otros.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

Reconocimiento:

El reconocimiento de las víctimas como ciudadanos y ciudadanas que vieron sus derechos vulnerados y que son importantes para la transformación del país; el reconocimiento voluntario de responsabilidades individuales y colectivas por parte de todos quienes de manera directa o indirecta participaron en el conflicto, como una contribución a la Verdad, a la Justicia, a la Reparación y a la No Repetición; y en general el reconocimiento de todos aquellos actos que merecen el rechazo de todos y que no se debe ni se puede repetir.

Convivencia:

Promover la convivencia en los territorios, buscando crear un ambiente transformador que permita la resolución pacífica de los conflictos y la construcción de la más amplia cultura de respeto y tolerancia en democracia. Para ello, promoverá un ambiente de diálogo y creará espacios en los que las víctimas se vean dignificadas.

La CEV deberá aportar a la construcción de una paz basada en la Verdad, el conocimiento y reconocimiento de un pasado cruel que debe ser asumido para ser superado.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

No repetición:

Es el conjunto de reflexiones, recomendaciones y compromisos individuales y colectivos que aportan a que no continúe ni se repita el Conflicto Armado Interno en nuestro país, se trata de crear condiciones para la convivencia con justicia y equidad, entre las colombianas y los colombianos, y sentar las bases de la reconciliación. Para lograrlo, se insiste en el diálogo y la deliberación pública, abierta y participativa.

4.5.3 INFORME FINAL PARA EL ESCLARECIMIENTO DE LA VERDAD

El 28 de junio de 2022, presentó al país los aprendizajes, reflexiones y conclusiones sobre lo que pasó durante más de sesenta años de Conflicto Armado; además, ofreció un conjunto de recomendaciones para que esa historia de guerra y horror no se repita. Incluye un análisis que explica por qué en la actualidad se siguen presentando factores de persistencia de la guerra y violaciones a los derechos humanos en los territorios, con el fin de dejar consolidadas unas bases para la No Repetición y saldar la deuda por la Verdad que reclama la sociedad.

RECOMENDACIONES DE LA COMISIÓN DE LA VERDAD

- 1 Avanzar en su consenso como sociedad sobre las transformaciones necesarias para superar los factores que facilitan la persistencia del conflicto.
- 2 Reconocimiento y reparación de las víctimas, reconociendo responsabilidades para la reconciliación.
- 3 Controlar la paz sobre la base de la implementación integral del Acuerdo Final de Paz.
- 4 Promover la solución definitiva de las controversias armadas que persisten a través del diálogo para la reconciliación y el sometimiento.
- 5 Política de memoria y verdad, fortaleciendo independencia y autonomía de la institucionalidad para ello.
- 6 Replantear el problema del narcotráfico. Adoptar enfoque de derechos humanos y salud pública frente al cultivo y consumo; y racionalizar la acción penal frente a mafiosos más rebeldes de la calle. Ponerse hacia la regulación del mercado y consumo bajo control estatal e internacional.
- 7 Desarrollar mecanismos que permitan conocer el sistema de relaciones, alianzas e intereses involucrados en el narcotráfico. Garantizar la permanencia de los solicitados en extradición que puedan aportar verdad.
- 8 Mejorar capacidad de entes de investigación y juzgamiento y organismos de control.
- 9 Establecer una nueva escala de seguridad para la construcción de paz. Transformación del sector seguridad y la Fuerza Pública.
- 10 Explotación de las armas de la policía y lograr una denuncia representativa.
- 11 Creación de un ministerio o ente que impulse las políticas de reconciliación y construcción de paz.
- 12 Garantizar condiciones de vida digna a las comunidades. Garantizar redistribución de la tierra, acceso a bienes y servicios, oportunidades productivas.
- 13 Enfoque diferencial en la implementación de las recomendaciones.
- 14 Transformaciones en el sistema educativo para inculcar valores de paz.

FRANCISCO DE ROUX
Presidente de la Comisión de la Verdad

Fuente: Comisión de la Verdad. Capítulo 4.6.4.

“Unidas en la construcción de Paz y la lucha contra el olvido”



4.5.4 ¿QUÉ HARÁ EL COMITÉ DE ESCLARECIMIENTO Y MONITOREO?

Se encargará de rendir informes periódicos de seguimiento en torno a las recomendaciones establecidas en el informe final presentado por la CEV. Estará integrado por organizaciones de víctimas y de derechos humanos y tendrá un enfoque territorial, diferencial y de género.

CAJA DE HERRAMIENTAS

HERRAMIENTA 1: EXPRESANDO Y MOTIVANDO

Objetivo: Sensibilizar a los/as participantes acerca de la responsabilidad que conlleva cada acción que se realiza.

Descripción:

1. Para iniciar se entregará a cada una de las personas una tarjeta.
2. Deberán elegir a alguna otra persona, escribir su nombre y debajo, el nombre de su compañera, con una acción que quieran que la otra persona realice.
3. Por ejemplo: YO, MARÍA PÉREZ, QUIERO QUE PEPITA GONZÁLEZ BAILE CARRANGA.
4. Cuando todas/os finalicen se les pedirán sus tarjetas.
5. La/el profesional leerá en voz alta cualquiera de las tarjetas.
6. La persona que hizo la tarjeta, deberá realizar la acción que quería que realizara su compañera/o y así sucesivamente, hasta leer todas las tarjetas.
7. Cuando finalicen se les dice que la actividad consiste en “no hacer a los demás, lo que no queremos que nos hagan a nosotras”.
8. Finalmente, se reflexiona sobre la importancia de la empatía.





HERRAMIENTA 2: EJERCICIO DE ESCUCHA

Objetivo: Sensibilizar a los/as participantes acerca de la importancia de escuchar y ser escuchados.

Descripción:

Momento 1

1. Se le entrega una hoja a cada persona.
2. Se conforman parejas al azar
3. Una es A otra B
4. Una vez conformadas las parejas, se toman el tiempo para conectarse, mirarse a los ojos, si no se conocen decirse el nombre. Deciden quién es A y quién B.
5. (B) - le cuenta a (A) una historia o situación de su vida que le preocupe o que sea un poco triste.
6. (A) - lo escucha con atención y observa muy bien los gestos corporales: movimientos de los ojos, de las manos y el cuerpo en general. Solo escucha, no pregunta nada y al final agradece por lo que la persona le contó. Luego escribe en la hoja lo que observo en el cuerpo de la otra persona, movimientos de los ojos, de las manos y el cuerpo en general.
7. Cambio de Rol (A) cuenta a (B) una historia y (B)
8. anota todo lo observado.





Momento 2 (Historia alegre, actitudes verbales y corporales de NO escucha)

1. (A) cuenta a (B) una historia o situación alegre y positiva de su vida.
2. (B) Le hace 2 preguntas que NO tengan mucho que ver con la historia que le están contando, es sobre cualquier otra cosa y Observa con atención las expresiones en la cara, ojos, boca, en las manos y en general en todo el cuerpo de la persona (B)
3. Cuando terminen (B) le cuenta a (A) una historia alegre, y (A) expresa con el cuerpo que no le está poniendo atención, mira para otro lado, se mueve, mientras escucha piensa en otra cosa, no en lo que le están contando, no mira a la persona.

Momento 3

1. REFLEXIÓN en parejas: cada pareja comparte cómo se sintieron en los dos momentos, conversan sobre las expresiones corporales al contar las dos historias, la triste y la alegre.
2. Comentan en qué momentos se sintieron más escuchados y en cuáles no y que les hubiera gustado que la otra persona hiciera para sentirse más escuchados.
3. Se les pregunta qué reflexiones sacan de esta experiencia.

HERRAMIENTA 3: EJERCICIO DE ESCUCHA

Objetivo: Identificar el impacto de aprendizaje acerca de la temática expuesta acerca de la CEV.





Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras

Descripción:

1. Se pondrá el contenido multimedia de la CEV <https://www.youtube.com/watch?v=fsd6SU83VfA>
2. Se les entregará una bolsa de papel, escarcha, colbón, lana, tijeras, marcadores, plastilina, materiales que normalmente no son empleados por estas personas.
3. Se les explica que el objetivo de la actividad es explorar la creatividad de cada una/o de ellas/os; asimismo, que es importante contar nuestra verdad, la verdad de cada una de ellas, que es entendible que no se encuentre la forma por temor, vergüenza o demás, pero, es fundamental que busquemos los medios para ser escuchadas/os.
4. Se les explica que a través del arte y demás expresiones artísticas, se puede expresar mucho y esto, es una gran herramienta de sanación y de verdad.
5. Se da un tiempo prudente para la realización de dicha actividad, la/el profesional debe ayudar, orientar y guiar a quienes no saben cómo iniciar; si alguna o algunas personas no desean contar su verdad, se les explicara que pueden plasmar su proceso dentro del CMB, que plasmen como ha sido su proceso de sanación antes, durante y después de participar en los círculos de mujeres; de igual manera, que también pueden plasmar un mensaje de reflexión al video que acaban de escuchar.
6. Cuando el grupo termine de realizar sus expresiones artísticas, podrán exponerlas ante el grupo, no se debe obligar a nadie a participar.
7. Al final, se agradecerá por el valor de contar su verdad y se les invita a compartir este ejercicio con otras mujeres que aún no encuentran la forma de ser escuchadas/os. Después un fuerte abrazo y si es prudente un abrazo grupal.

Módulos para el fortalecimiento de los círculos de mujeres buscadoras



Círculos de Mujeres

Que sanan en la búsqueda
de sus familiares
desaparecidos/as

“Unidas en la construcción de Paz y la lucha contra el olvido”