

CAJA DE HERRAMIENTAS PARA LA ATENCIÓN PSICOSOCIAL A VÍCTIMAS DE VIOLENCIA SEXUAL EN EL MARCO DEL CONFLICTO ARMADO



Presentación del Material



Este material didáctico de apoyo a la intervención titulado “Caja de herramientas para la atención psicosocial a víctimas de violencia sexual” surge como iniciativa a algunos intereses, el primero de ellos, a la continuidad de la experiencia y participación de la investigadora en el diseño y desarrollo de un proyecto de investigación con mujeres víctimas de violencia

sexual en el marco del conflicto armado interno colombiano, en el año 2017; a partir del cual, se pudieron evidenciar necesidades que presentan las víctimas frente a la atención psicosocial, las cuales repercuten en la continuidad de los procesos que llevan a cabo las organizaciones sociales que realizan el acompañamiento.

El segundo interés radica en la insuficiencia y vacío de materiales de apoyo para la atención a las víctimas de abuso sexual, que se encontró en el rastreo de información para la realización del estado del arte de este trabajo de grado; lo cual dificulta y limita la posibilidad de las organizaciones sociales para atender de manera pertinente, eficaz y efectiva los casos de estas violencias en el marco del conflicto armado.

El tercer interés se fundamenta, en la necesidad que manifiestan algunas lideresas sociales, entre ellas las de Mujeres Víctimas Empoderadas (MUVICEM), frente a la falta de herramientas de apoyo para la atención y el abordaje de situaciones relacionadas con la violencia sexual; en tanto, que algunas víctimas presentan resistencia, desconfianza, inseguridad y temor ante los procesos de atención, en cuanto a la posibilidad de identificar, denunciar, desnaturalizar, narrar y afrontar los sucesos traumáticos que vivieron.

Este material didáctico, consiste en una Caja de herramientas, que pretende apoyar los procesos de atención psicosocial con las víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado. El material, está dirigido principalmente para las y los líderes

sociales de la organización MUVICEM; sin embargo, puede ser utilizado por otras y otros que trabajan con estas víctimas; así como para las y los profesionales que apoyan el trabajo de dichas organizaciones.

El propósito general del material, es fortalecer los procesos de atención psicosocial con las víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado, con el fin de aportar en la garantía y reivindicación de sus derechos. De igual manera, se quiere contribuir con la resignificación de las experiencias e historias de vida de estas víctimas; así como, apoyar la reestructuración de sus proyectos de vida.



Este material didáctico se fundamenta en la perspectiva de la Educación social, la cual presenta un carácter socio educativo, fundamentada en tres pilares los cuales son: educación especializada, educación de adultos y por último la animación socio-cultural. Con

base en esto Noguero (2005), manifiesta que, el compromiso de la Educación Social está dirigido a:

ayudar al individuo a que se realice en él, de forma correcta, el proceso de socialización, es decir, la adaptación a la vida social y a sus normas que le permitirán alcanzar niveles satisfactorios de convivencia y participación en el seno de la comunidad. (p. 59)

La metodología que se propone es la Animación Socio-cultural, la cual según la UNESCO (1982) refiere ser “el conjunto de prácticas sociales que tienen como finalidad estimular la iniciativa y la participación de las comunidades en el proceso de su propio desarrollo y en la dinámica global de la vida sociopolítica en la que está integrada” (s.p); en este caso particular, las organizaciones sociales conformadas por víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado.

A partir de esta metodología se han sugerido tres estrategias para la atención psicosocial: la formación, la lúdica y la expresión artística.

Formación: Respecto a la formación, Ander Egg (s.f), plantea que esta busca “reintegrar al individuo como persona independiente proporcionándole esa información de manera que se produzca un aprendizaje significativo, a través de un "aprendizaje innovativo” (p.3). La técnica que se ha propuesto a partir de esta estrategia es una cartilla, titulada “*Vivir sin Violencia*”; la cual, está compuesta por dos unidades formativas: *Violencia* (conceptualización sobre violencia y tipos de violencia) y *Violencia sexual* (conceptualización, tipos de violencia sexual, daños y efectos).



➤ **Lúdica:** En cuanto a la lúdica, esta es considerada por Chaparro, Muñoz,

Rodríguez & Trujillo (2015), como un medio facilitador para la expresión de emociones, sentimientos y vivencias de la cotidianidad del ser humano. La técnica que se ha propuesto en esta estrategia, es el juego, este es titulado “*Escalera por la vida*”. Este juego busca que las víctimas puedan narrar sus experiencias y emociones en cuanto a los hechos violentos; así como compartir sus proyecciones, aspiraciones y expectativas de vida.



- **Expresión Artística:** De igual manera, en relación con la expresión artística- lenguajes expresivos corporales, según Chiapas (2010) esta se concibe como “los modos de expresión que recurren al cuerpo, sea en acompañamiento de la expresión verbal (como suele ocurrir en la comunicación cotidiana) o de forma autónoma (como en la danza, el mimo, la

pantomima, el teatro sin palabras, etc.)”. (p. 49). Las técnicas propuestas en esta estrategia son: la música, la pintura y la expresión dramática.



Vivir sin Violencia

Esta técnica, consiste en una cartilla dirigida a los líderes y lideresas que trabajan con víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, se convierte en un material de apoyo formativo para las víctimas de violencia sexual, permitiéndoles identificar la violencia y su tipología. El propósito de esta herramienta es informar a las víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado acerca de temas orientados hacia la

lucha en contra de la cultura generalizada de violencia, tipos de violencia, violencia sexual, efectos y daños que este genera en la vida de quienes sufren dichos actos.

Este material de apoyo va dirigido a los líderes y lideresas que apoyan los procesos de organizaciones y corporaciones que trabajan con víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado. La cartilla busca brindar orientación metodológicamente a los líderes



frente a las actividades que pueden realizar para incentivar la concientización y desnaturalización sobre la violencia, generando en las victimas procesos de empoderamiento sobre sus historias de vida.

El contenido bajo el cual se construye el material, concibe dos unidades informativas; la primera unidad se denomina: Violencia, el contenido temático que comprende esta unidad se deriva en dos, el primero es la conceptualización de la violencia, luego como segunda temática se describen las tipologías existentes de la violencia. La segunda unidad comprende la violencia sexual, su conceptualización, tipos de violencia sexual, daños y consecuencias generadas en las victimas luego del acto violento.

VIVIR SIN VIOLENCIA

CONOCIENDO, IDENTIFICANDO Y PREVINIENDO LAS VIOLENCIAS



Trabajo de grado

Realizado por: Tatiana Arias

PRESENTACIÓN

Esta cartilla lleva por título VIVIR SIN VIOLENCIA: conocer, identificar y prevenir la violencia; el propósito de esta herramienta es informar a las víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado acerca de temas relacionados con la violencia, los de tipos de violencia, la violencia sexual, los efectos y daños en la vida de quienes son víctimas de estos hechos; con fin de prevenir la revictimización y contribuir a la desnaturalización de la cultura de violencia.



CONTENIDO

La cartilla está constituida por dos unidades temáticas: la primera unidad se denomina: “Violencia”, esta unidad contiene temas relacionados con la conceptualización de la violencia, así como con los tipos de violencia. La segunda unidad se denomina “Violencia sexual” y comprende temas como: conceptualización de violencia sexual, tipos de violencia sexual, daños y efectos generados en las víctimas.



TABLA DE CONTENIDO

Tabla de contenido

Unidad 1 – Violencia	5
Conceptualización de la Violencia	8
Tipos de Violencia	12
Física	12
Psicologica	12
Economica	12
Verbal	12
Patrimonial	13
Violencia Sexual.....	17
Violencia sexual ¿Qué es?	20
Tipos de violencia sexual	24
Daños	30
Consecuencias	36
Referencias	45

UNIDAD 1 – “VIOLENCIA”

UNIDAD 1 – LA VIOLENCIA

Introducción al tema

La violencia en el marco del conflicto armado colombiano, ha generado procesos de dominación y sometimiento, ya sea de carácter individual o grupal, esto se manifiesta en relaciones de dominador-dominado, es decir, quien tiene los medios para ejercer la fuerza y el poder, busca someter al otro, casi siempre, por medio de la agresión.

En Colombia, la violencia surge como un fenómeno social y político. Se gesta en un contexto de desigualdad y pobreza; en un país de amplias riquezas por las cuales enfrentarse.

Este ha sido un territorio de enfrentamientos, en el cual durante más de medio siglo se ha extendido a todos los lugares; los victimarios han mutado de identidad y de estrategias de guerra.

Es así que, las víctimas se convirtieron en propiedad del miedo, el terror y la indiferencia. La lucha por los territorios, puede convertirse en una explicación para entender que la violencia se hubiera gestado principalmente en el campo, lo cual permitió que en las ciudades los repertorios de violencia fueran invisibilizados y olvidados.

Estos mecanismos de violencia, rutinizados durante años generaron diferentes mensajes en la población colombiana, como la indiferencia por la lucha contra el fenómeno de la violencia y la importancia por la paz.

- **Contenido Temático**

- Conceptualización de la Violencia

- Tipos de Violencia

- Física
- Psicologica
- Economica
- Verbal
- Patrimonial

- **Desarrollo Temático**

Tema 1: Conceptualización de la violencia

Concepto clave a tener en cuenta:

¿Qué es la Violencia?



La Organización Mundial de la Salud (s.f) define la violencia como:

“el uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte.” (s.p)

Por otra parte, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura en 1981 hace referencia al termino de violencia a:

“Lo que llamamos hoy "violencia" se cristaliza progresivamente en tres aspectos principales: el aspecto psicológico, explosión de fuerza que cuenta con un elemento insensato y con frecuencia mortífero; el aspecto moral, ataque a los bienes y a la libertad de otros; el aspecto político, empleo de la fuerza para conquistar el poder o dirigirlo hacia fines ilícitos” (p. 34)



Actividad de inicio

“Acróstico”

Materiales: Lápiz o esferos; hojas, marcadores y pliegos de papel periódico.

Tiempo: 20 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador pedirá a las y los participantes conformar grupos entre tres o cinco personas, dependiendo del número de participantes.
2. El facilitador entregará a cada grupo medio pliego de papel periódico y marcadores y/o hojas de papel y esferos.
3. Luego, indicará a las y los participantes que deben definir, a partir de sus conocimientos la palabra VIOLENCIA, mediante la construcción de un acróstico
4. Una vez los grupos hayan terminado sus respectivos acrósticos, se les pedirá que nombren un representante para que socialice con los demás, el trabajo realizado.

Actividad de desarrollo

“ Representación mímica ”

Materiales:

Tiempo: 40 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a pedirá a las y los participantes que en los grupos conformados anteriormente, piensen en una situación que involucre la violencia
2. Esta debe ser presentada mediante una mímica (representación a través de la expresión corporal), la cual presentarán luego a sus compañeros/as.
3. El resto de participantes deben adivinar que situación están representando sus compañeros; de no lograr adivinar la situación, se repetirá la representación hasta que el grupo pueda adivinar.

Actividad de cierre

“Lluvia de palabras”

Materiales: Lápiz o esferos; hojas.

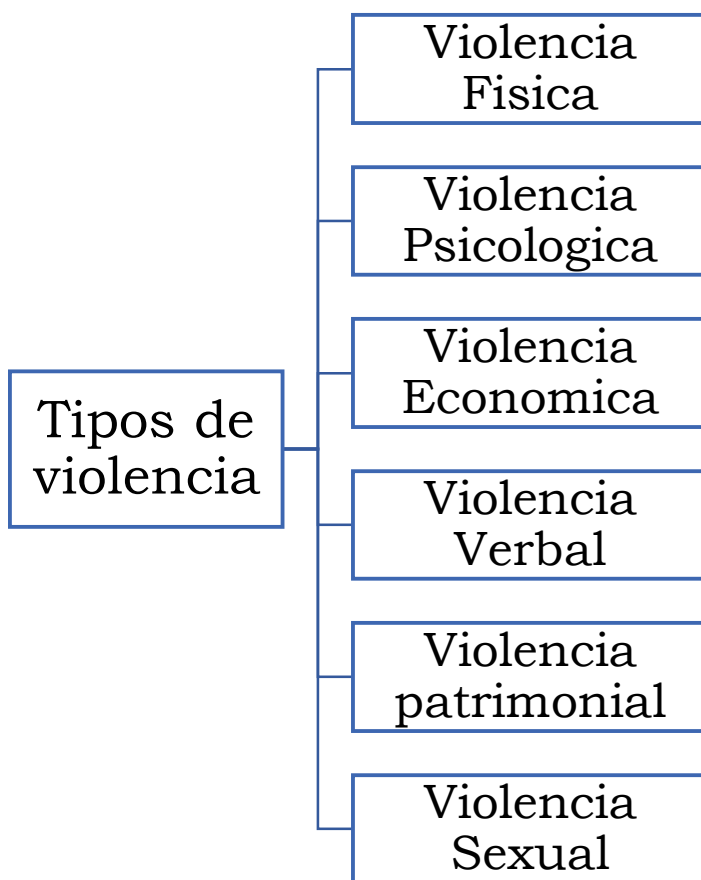
Tiempo: 30 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a entregará a cada participante un trozo de papel, en el cual deberá escribir una palabra con que defina la violencia.
2. Estos papeles deberán irse pegando en la pared o tablero, a medida que los participantes van socializando la palabra que escribieron.
3. Cuando todos los participantes hayan socializado la palabra, el facilitador retroalimentará – hará una reflexión en torno a las palabras escritas.
4. Para esta retroalimentación, se recomienda hacer especial énfasis en motivar estilos de vida libres de violencia en cualquiera de los contextos en los cuales se desarrolla el ser humano (Familia, amigos, trabajo, sociedad, etc). Se sugieren algunas ideas:

- ❖ Es importante comprender que la violencia es una problemática social, que genera afectaciones en la salud mental, emocional, física y social. Por tanto, toda persona (hombre- mujer) que sea víctima de estas acciones, debe ser orientada y acompañada en el afrontamiento de esta situación, sin señalamientos o enjuiciamientos.
- ❖ Todos y todas debemos convertirnos en una red de apoyo que brinde a las víctimas de violencia, un espacio de escucha y orientación para que sientan que no están solas en esta situación.
- ❖ Motivar a las y los participantes a hablar sobre las situaciones de violencia de las cuales han sido, son y pueden ser víctimas.
- ❖ Invitar a las víctimas a ejercer el derecho a una vida sin violencia y la importancia de la denuncia.
- ❖ Provocar en las y los participantes el rechazo a la violencia y ser garantes de acciones de justicia y no repetición.

Tema 2: Tipos de violencia



Conceptos clave a tener en cuenta:

Tipos de Violencia



La Secretaria de la Mujer (2020) define los tipos de violencia como:

“Violencia física: agresiones dirigidas al cuerpo de las mujeres que se expresan a través de golpes, empujones, puños, bofetadas, patadas, quemaduras o ataques con armas, objetos, agentes químicos u otros líquidos.” (s.p)



“Violencia psicológica: agresiones que, aunque no inciden directamente en el cuerpo de la mujer, afectan su estado psicológico o emocional. Insultos, humillaciones, chantajes, descalificaciones, celos extremos o intentos de control, son manifestaciones de este tipo de violencia.” (s.p)



“Violencia económica: hechos que se ejercen sobre las mujeres para limitar y controlar el uso del dinero o restringir el uso de pertenencias y documentos personales. El incumplimiento de las obligaciones económicas con las hijas e hijos se considera un hecho de violencia económica.” (s.p)

“Violencia verbal”, Castañeda (2010), la define como:

“todo acto comunicativo cuya intención es hacer daño al otro en su imagen social y en el cual se



invade el territorio personal, cuyo efecto se intensifica cuando quien ejerce el acto verbal mantiene o cree tener poder o capacidad de subordinación sobre el receptor” (p. 67)



“Violencia patrimonial”, la Corte Constitucional en la Sentencia T-012 de 2016, la define como:

“aquella violencia donde alguna de las partes en una relación

utiliza su poder económico para controlar las decisiones y proyecto de vida de su pareja. Es una forma de violencia donde el abusador controla todo lo que ingresa al patrimonio común, sin importarle quién lo haya ganado. Manipula el dinero, dirige y normalmente en él radica la titularidad de todos los bienes. Aunque esta violencia también se presenta en espacios públicos, es en el ámbito privado donde se hacen más evidentes sus efectos” (s.p)





Actividad de inicio

“Lluvia de situaciones”

Materiales: Lápiz o esferos; hojas de colores, marcadores.

Tiempo: 20 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a pedirá a las y los participantes que piensen en los hechos violentos de los cuales han sido víctimas.
2. El facilitador entregará a cada participante una hoja de papel y lápices de color, le solicitará que dibujen un suceso de violencia del cual hayan sido víctima.
3. Luego, recogerá las hojas y las redistribuirá nuevamente entre las y los participantes y les solicitará que describan las situaciones que dibujaron sus compañeros e identifiquen el tipo de violencia que se evidencia.
4. Finalizada la actividad, el facilitador concluirá la actividad, resaltando la importancia de no aceptar, ni tolerar ningún tipo de violencia; e insistir que cuando estas situaciones se presenten deberán recurrir a instituciones, entidades y organizaciones a solicitar orientación y ayuda.

Actividad de desarrollo

“ Representación dramática ”

Materiales: Copia de las situaciones.

Tiempo: 40 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a pedirá a las y los participantes que conformen grupos, según la cantidad de participantes.
2. Posteriormente, entregará algunas situaciones – casos de violencia que deberán dramatizar
3. Una vez, organizadas las dramatizaciones, éstas serán socializadas con las y los compañeros, quienes deberán identificar el tipo de violencia que se evidencia.
4. Situaciones:

Tipos de violencia	Ejemplos de agresiones
Violencia física	Un empujón, una patada, intentos de asfixia, bofetadas o tirar del cabello de otra persona
Violencia Psicológica	Ignorar, menospreciar, humillar, denigrar.
Violencia Económica	Controlar el dinero de la pareja, pedir cuentas por los gastos en el hogar, controlar el dinero ganado por la pareja.
Violencia Verbal	Insultos, pañabras groseras, gritos.
Violencia Patrimonial	Nombrar todos los bienes a nombre de uno de los integrantes de la relación. Controlar dineros de las cuentas de la pareja.

5. El facilitador/a retroalimenta la actividad teniendo en cuenta la importancia de

- ❖ La igualdad de trato de mujeres y hombres con respecto a las actividades desarrolladas en las familias, las comunidades y la sociedad en general
- ❖ La justicia en la distribución de las responsabilidades entre mujeres y hombres
- ❖ Programas y políticas que empoderen específicamente a las mujeres.
- ❖ La violencia afecta al hombre y a la mujer, en la que la mujer es generalmente la víctima, y se deriva en relaciones desiguales de poder entre los hombres y las mujeres
- ❖ Es fundamental tener claro que la violencia se puede generar en cualquier espacio, ya sea público o privado y puede desencadenar en el daño físico, sexual o psicológico.
- ❖ Igualmente es importante comprender que las parejas pueden violentar, todo comportamiento de un hombre o una mujer dentro de una relación íntima que causa daño físico, sexual o psicológico a los integrantes de la relación deberá ser denunciado.

Actividad de cierre

“Sopa de letras”

Materiales: Lápiz o esferos; copias de la sopa de letras.

Tiempo: 30 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a hará entrega a las y los participante una copia de la sopa de letras para que estos/as identifiquen palabras claves sobre el tema: tipos de violencia.
2. Esta actividad de puede realizarse de manera individual, por parejas o en grupos dependiendo el número de participantes.

Palabras claves

Violencia, verbal, física, psicológica, patrimonial, económica, dinero, dolor, gritos, patadas, chantajes, celos.

Sopa de letras – Tipos de Violencia

Q	W	E	R	T	Y	U	I	O	A	S	D	F	G	E	C	O	N	O	M	I	C	A	Z	X	C	V	B
N	O	M	N	V	F	M	N	B	C	X	Z	A	S	S	D	F	H	J	K	L	Ñ	P	O	I	U	Y	Q
B	O	R	E	N	I	D	Q	W	E	R	T	Y	U	I	O	P	A	S	D	F	G	H	J	K	L	L	W
V	Ñ	Q	G	G	S	O	P	O	I	U	Y	T	R	E	W	Q	Ñ	L	J	H	G	F	C	B	M	J	E
S	L	W	F	D	I	L	L	L	M	L	M	Y	P	L	M	L	M	Y	P	L	A	B	R	E	V	A	R
O	K	R	D	N	C	O	G	E	L	M	L	M	Y	P	L	M	L	M	Y	P	A	T	H	M	H	C	T
T	J	T	S	V	A	R	B	A	N	P	O	M	P	S	I	C	O	L	O	G	I	C	A	N	J	H	Y
I	H	Y	A	B	X	Z	D	T	L	C	L	M	L	M	Y	P	L	M	L	M	Y	P	F	B	K	J	U
R	G	U	Q	J	X	Z	D	T	L	D	I	Z	D	T	L	D	T	J	B	V	Z	D	D	V	L	K	I
G	F	I	W	D	C	A	C	V	H	P	P	A	T	R	I	M	O	N	I	A	L	F	S	C	Ñ	Ñ	O
Z	D	O	W	Q	C	L	M	L	M	Y	P	L	M	L	M	Y	P	A	T	A	D	L	A	X	S	W	K
X	S	A	E	C	V	X	S	A	E	H	A	E	C	V	X	S	A	E	C	X	S	A	E	C	E	E	J
C	A	S	R	E	V	C	A	S	R	E	S	R	E	V	C	A	S	R	E	C	A	S	R	E	J	R	H
V	Z	D	T	L	B	V	Z	D	T	L	D	T	J	B	V	Z	D	T	K	V	Z	D	T	K	A	T	G
B	X	F	Y	O	N	B	X	F	Y	O	F	Y	O	N	B	X	F	Y	P	B	X	F	Y	P	T	Y	F
N	C	G	U	S	M	N	C	G	U	S	G	U	S	M	N	C	G	U	S	N	C	G	U	S	N	Y	D
M	V	H	I	P	Y	M	V	H	I	P	H	I	P	Y	M	V	H	I	P	M	V	H	I	P	A	U	S
L	B	J	O	O	I	L	B	J	O	O	J	O	O	I	L	B	J	O	O	L	B	J	O	O	H	I	A
Ñ	N	K	P	I	O	Ñ	N	K	P	I	K	P	I	O	Ñ	N	K	P	I	Ñ	N	K	P	I	C	O	Z
L	M	L	M	Y	P	L	M	L	M	Y	P	A	T	A	D	A	S	Q	W	D	A	S	Q	W	Q	P	X

UNIDAD 2 – “VIOLENCIA SEXUAL”

UNIDAD 2 – VIOLENCIA SEXUAL

Introducción al tema:

Una de las modalidades de violencia utilizada en diferentes contextos de la cotidianidad y en el conflicto armado colombiano fue la violencia sexual, esta modalidad se ha convertido en una de las acciones más violentas y menos reconocidas por parte de los actores violentos y el Estado.

Este es un hecho que esto se enmarca en una lógica violenta denigrante e inhumana, este se considera como un delito de lesa humanidad, el cual tiene consecuencias legales y jurídicas para los victimarios que aceptarán dicho delito.

A pesar de los múltiples casos de violencia sexual perpetrados por diferentes actores armados, durante el desarrollo del conflicto armado por más de medio siglo, solo hasta hace muy pocos años el país vio emerger las víctimas.

Las víctimas deciden narrar sus historias en el contexto público y hacerlas conocer a nivel nacional, ellas y ellos le mostraron al país las huellas de una guerra que lastimó y afectó no solo sus vidas sino sus dinámicas y proyectos.

Es así que, surgen y se desarrollan diferentes iniciativas de memoria, las cuales narran los sucesos trágicos vividos por las víctimas a través de diferentes estrategias. Estas memorias son relatos de sufrimiento, pero también de dignidad; sobre el dolor sufrido en medio de la indefensión y olvido por parte del Estado.

Es necesario exaltar el valor que tienen las víctimas para narrar sus historias, la valentía para sobreponerse a los actos violentos y el dolor vivido, la impotencia ante la falta de justicia y el valor para denunciar. Estas son memorias de sobrevivientes, que nos motivan a trabajar conjuntamente para que todas las personas reconozcan la magnitud de la violencia en Colombia, para que las víctimas se conviertan en sujetos de derechos, empoderados y así construir una nueva sociedad más justa y digna.

- **Contenido Temático:**

- Violencia sexual

- ¿Qué es?
- Tipos de violencia sexual
- Daños
- Consecuencias

- **Desarrollo Temático**

Tema 1: Violencia Sexual

Conceptos clave a tener en cuenta

Violencia sexual



Para la Organización Mundial de la Salud (2016), la violencia sexual, es:

“Todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de esta con la víctima, en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo”.
(p.7)





Actividad de inicio

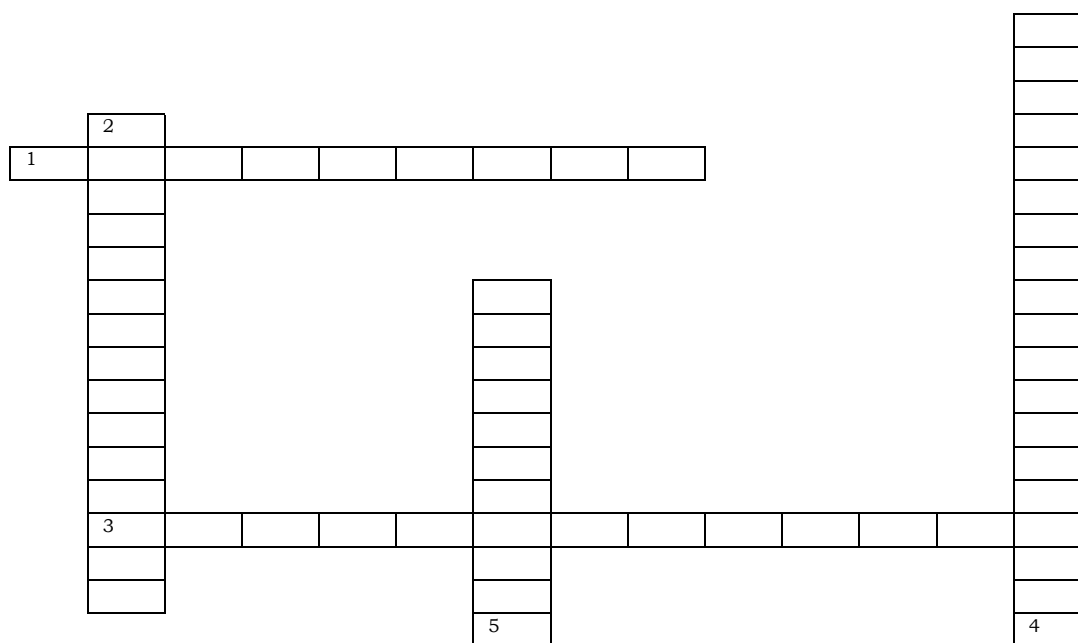
“Crucigrama”

Materiales: Lápiz o esferos; Impresiones.

Tiempo: 20 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a pedirá a las y los participantes conformar grupos entre tres o cuatro personas, dependiendo del número de participantes.
2. Entregará a cada grupo conformado la copia y se explicará que se debe hacer. Es importante que el facilitador explique que, el crucigrama será completado con las palabras que se explican en las pistas.



Pistas:

1. Se refiere a la fuerza desmedida que se utiliza con otro sujeto
2. Acto o tentativa de consumir un acto sexual no deseado
3. Interrupción del embarazo en contra de su voluntad
4. Explotación sexual forzada con fines de lucro
5. Conductas sexuales (físicas o verbales) no consentidas

Actividad de desarrollo

“Biografía visual”

Materiales: Octavos de cartulina, marcadores y colores.

Tiempo: 40 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a menciona a los participantes que, la actividad comienza con la identificación de un evento de violencia sexual vivido el cual marco sus vidas.
2. Luego cada participante mediante dibujos, escritos u otras representaciones expresa la situación de violencia sexual vivida.
3. Posteriormente cada uno comparte su narrativa o memoria de eventos claves. Al final del testimonio o de la narrativa de cada quien, se invita al grupo a reflexionar sobre lo que ven en la biografía social.

Actividad de cierre

“Patos a tierra, patos al agua”

Materiales: Pliegos de cartulina y marcadores.

Tiempo: 40 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a explicara la dinamica del juego, que sera: cada vez que el facilitador mencione una afirmación los participantes tendran que dar un salto al frente si consideran que es verdadero; si la afirmación es falsa daran un salto atrás.
2. Cuando los participantess consideren que la afirmacion es verdadera daran un salto al frente diciendo patos al agua y si por el contrario creen que la afirmación es falsa daran un salto atrás diciendo patos a tierra. llevara en los pliegos de cartulina algunas afirmtaciones frente a la violencia sexual, el grupo debera contestar si estas afirmaciones son falsas o verdaderas. El facilitador debe procurar llegar a un consenso buscando que los participantes justifiquen su respuesta

Afirmaciones		F	V
1	La violencia sexual en el conflicto armado colombiano fue ejercido unicamente por las guerrillas		
2	La violencia sexual fue utilizada para maltratar y vulnerar a las victimas, generar temor y dominación entre las poblaciones		

3	La violencia sexual solamente la sufrieron las mujeres		
4	Los hombres y niños no pueden sufrir de violencia sexual		
5	Es imposible que el esposo viole a su compañera sentimental, esto no seria un delito sino un deber marital		
6	EL hombre siempre debe estar dispuesto y con deseos de tener actividades sexuales		
7	Cuando una persona es victima de violencia sexual, solamente se ve afectado su cuerpo o integridad fisica		
8	Las familias de las victimas de violencia sexual no se ven afectadas por los hechos violentos		

- **Desarrollo Temático**

Tema 1.2: Tipos de violencia sexual**Violación****Violencias
contra los
Derechos
Sexuales y
Reproductivos**

- Esterilización forzada
- Aborto Forzado
- Planificación Forzada o Prohibición a la Planificación
- Embarazo Forzado

**Explotación
Sexual**

- Esclavitud sexual
- Prostitución Forzada

Cohesión Social

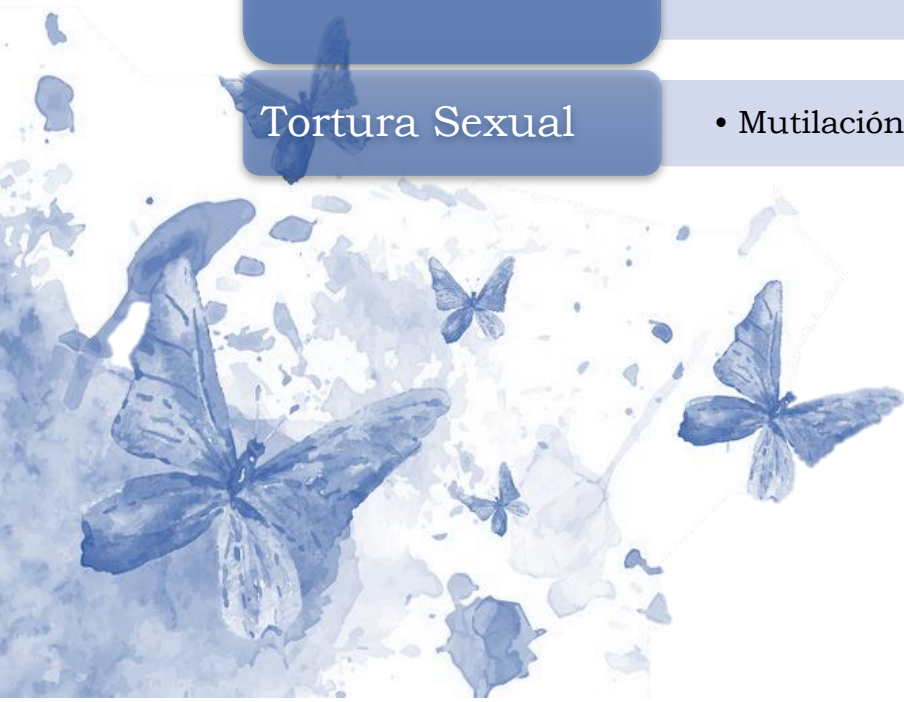
- Acoso Sexual

Actos Sexuales

- Actos sexuales
- Desnudez y Exhibición forzada

Tortura Sexual

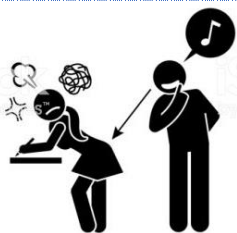
- Mutilación de órganos



Conceptos clave a tener en cuenta:

Tipos de violencia sexual

Violación



Esta es una forma de violencia sexual utilizada con frecuencia por los actores armados, la cual según el Centro Nacional de Memoria Histórica - CNMH (2017), es considerada como:

“la penetración vaginal, anal u oral bien sea con una parte del cuerpo del victimario o con cualquier otro objeto” (p.22).

Violencias contra los Derechos Sexuales y Reproductivos



Esterilización forzada: El CNMH (2018), la define como:

“privación permanente de la capacidad de reproducción de una persona, sin su consentimiento o sin justificación en un tratamiento médico”. (p.18)



Abortos forzados: El CNMH (2017), manifiesta que:

“Este acto violento aduce a la interrupción del embarazo de la mujer en contra de su voluntad. Esta forma de violencia se presenta con mayor recurrencia en mujeres que conformaban las filas de los grupos. Quienes eran de igual manera, obligadas a planificar en contra de su voluntad, lo cual deslegitima la libertad de las mujeres a tomar decisiones sobre su cuerpo y su sexualidad.

Planificación Forzada o Prohibición a la Planificación: El CNMH (2018), la define como:

“la imposición, sin consentimiento y sin justificación, de métodos anticonceptivos. En algunos casos puede suceder lo contrario, se prohíbe el uso de tales métodos”. (p.18)



Embarazo Forzado: El CNMH (2018), manifiesta que este tipo de violencia es: “Obligar a una mujer embarazada a que lleve a término el periodo de gestación o dejar a una mujer en embarazo”. (p.18)

Explotación Sexual



Esclavitud sexual: Esta forma de violencia sexual es entendida, según CNMH (2017) como:

“sometimiento prolongado de una persona a más de una experiencia de violación. Esta modalidad se presenta bien sea cuando se retiene a una persona durante más de un día con el fin de anular su voluntad y someterla a múltiples episodios violentos, o bien cuando se ven constreñidas en sus propias viviendas y son objeto de violencia sexual cada vez que el victimario decide hacerlas llamar o ir a su casa”. (p.22)



Prostitución forzada: Según el Centro Nacional de Memoria Histórica (2017), este tipo de violencia sexual, se refiere a:

“acciones que se obligan a las personas víctimas a ejecutar actos sexuales en contra de su voluntad, siendo sometidas a trabajos y explotación con el fin de obtener lucro o ganancias por parte de un tercero”. (p. 18)

Coerción Social

Acoso sexual: Para la Corte Suprema de Justicia (s.f) citado por El Tiempo (2018), el acoso sexual, es

“Un acto verbal o físico que implica “acciones, tocamientos, señas o conductas de naturaleza sexual y que no constituyen un delito más



grave”. Se trata, además, de conductas no consentidas que buscan un favor sexual en beneficio propio o de un tercero”.(s.p)

Actos Sexuales



Actos sexuales: Según El CNMH (2018), define esta acción violenta como:

“Cualquier acto de coacción hacia una persona para cometer conductas sexuales en contra de su voluntad (por ejemplo, la masturbación forzada, los manoseos u obligar a presenciar actos de violencia sexual contra otras personas). Incluye actos de esta naturaleza en personas en estado de indefensión. (p.19)



Desnudez y Exhibición forzada: Según el CNMH (2018), define este acto como:

“Obligar a una persona a exhibir su cuerpo, o parte de su cuerpo, desnudo. En ocasiones va acompañada de la obligación de realizar alguna actividad como bailar, desfilarse, hacer ejercicio, entre otras”. (p. 19)

Tortura Sexual



Mutilación de órganos: Según el CNMH (2018), Se refiere a la:

“alteración, extracción o lesión de los órganos genitales”. (p.18)

Consideración Final:

La violencia sexual puede ser considerada como todo acto que atente contra la voluntad de la persona en relación con el libre ejercicio de su sexualidad.



Actividad de inicio

“Construyendo una historia”

Materiales:

Tiempo: 15 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a pedirá a las y los participantes que se organicen en forma de círculo.
2. Una vez organizado el grupo, el facilitador/a iniciará la actividad, indicando que el tema del encuentro es la violencia sexual, para ello, entre todos/as van a construir una historia, y el iniciará: en un municipio XXX de Colombia vivía una familia....
3. Luego cada participante, según su turno ira aportando detalles a la construcción de la historia, refiriendo aspectos relacionados con lugares, personajes, tipos de violencia.
4. La actividad termina cuando todos los participantes hayan aportado a la historia.
5. El facilitador/a, retomará algunos aspectos de la historia para generar algunas reflexiones en el grupo

Actividad de desarrollo

“ Representación plastica ”

Materiales: Plastilinas.

Tiempo: 40 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a entregara a las y los participantes plastilinas de diferentes colores y les indicara que, con esta plastilina deben elaborar un objeto, simbolo o elemento que les represente, el hecho violento al cual fueron sometidos.
2. Se invita a las y los participantes para que de forma voluntaria socialicen con el grupo los objetos elaborados y la historia que estos representan.
3. El facilitador retroalimenta la actividad, resaltando la valentia que tienen las victimas para contar sus historias. De igual manera, resalta la importancia de construir memoria, a partir de las diferentes situaciones y vivencias que han tenido las victimas. Por ultimo, agradecer la participación de aquellas y aquellos que decidieron contar sus historias.

Actividad de cierre

“Conecta las ideas”

Materiales: Marcadores y pliegos de papel periódico.

Tiempo: 20 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a llevará algunos pliegos de papel periodico, en los cuales previamente habrá escrito algunas frases - textos relacionadas con la violencia sexual.
2. El facilitador/a pedirá a los participantes conformar grupos según la cantidad de personas que hayan en el grupo, a quienes se les entregará una de estas frases o textos para que las completen con las palabras que hagan falta y a partir de esta realizacen una reflexión y la compartan con las y los demás compañeros.

N°	Oraciones a completar
1	La _____ sexual es un tipo de violencia, que puede darse en el ámbito _____, _____ en cualquier relación interpersonal.
2	Existen distintos tipos de violencia sexual, como lo es la _____, _____, _____ sexual, _____ forzados, etc
3	En el conflicto armado colombiano, la _____ ha sido ejercida por todos los actores armados implicados: _____, _____, fuerza _____ y grupos _____.
4	Existen _____ imaginarios sociales que convierten la violencia _____ en un acto justificado, refiriendo en algunos casos que las _____ buscan lo que les sucedió
5	En las lógicas machistas, se justifica la violencia sexual porque los _____ presentan un _____ que no se puede _____
6	La violencia sexual ha _____ a _____ y _____, siendo estas últimas las mayores afectadas
7	Los _____ de las víctimas de violencia sexual son tomados como _____ o _____ en la guerra, esto ha servido para controlar _____ y _____.

- **Desarrollo Temático**

Tema 1.3: Daños producto de la violencia

Conceptos clave a tener en cuenta:

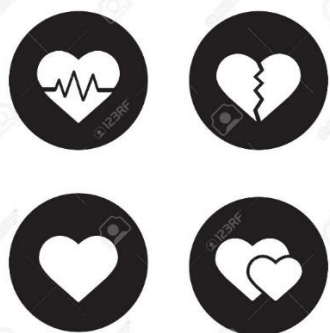
Daños

Las agresiones sexuales se convierten en un delito que no solo atenta contra la integridad física de las víctimas, sino que afecta su emocionalidad, sus relaciones familiares y todo su entorno.

El Centro Nacional de Memoria Histórica (2014), manifiesta que el daño puede definirse como:

“El resultado de acciones criminales que vulneran los derechos de una persona o de una colectividad. Estas acciones causan sufrimiento a las víctimas y afectan todas las dimensiones que soportan su vida íntima, familiar, social, política, cultural y productiva.” (p. 10)

Tipos de daños



Daños psíquicos y emocionales, el CNMH (2014), se definen como:

“Las lesiones y modificaciones que sufren las víctimas en sus emociones, pensamientos y conductas ante hechos extremos o de carácter traumático. Se refieren también a la imposibilidad de afrontar el evento violento y sus efectos, así como a la dificultad de generar procesos que podrían dar continuidad a sus vidas (decidir por sí mismas, relacionarse con los otros, fijarse metas y proyectos).” (p.33)

Daños físicos, de acuerdo con el CNMH (2014), estos daños se tipifican en dos:

“En primer lugar, está el despliegue de la violencia sobre el cuerpo, producto de acciones directas sobre



este o de las consecuencias de acciones bélicas. Este tipo de daño se expresa en amputaciones, heridas y lesiones corporales que resultan del despliegue de modalidades de violencia como la tortura, el secuestro y la violencia sexual. (...) En segundo lugar figuran un amplio número de enfermedades psicosomáticas provocadas especialmente por el miedo, la zozobra, la angustia y la tristeza, que originan graves alteraciones del sueño, adicciones y consumo excesivo de medicamentos.” (p,36)



Daños socio culturales, estos daños según el CNMH (2014), se refieren a

“Las lesiones y alteraciones producidas en los vínculos y relaciones sociales. Las agresiones incluyen la vulneración de las creencias, prácticas sociales y modos de vivir de las comunidades.” (p. 36)



Daños materiales, según el CNMH (2014), hacen alusión a

“La pérdida o disminución del patrimonio o los bienes de una persona.”(p. 17)

Daños ambientales, considerados por el CNMH (2014), como todos aquellos relacionados con

“Las fuentes de agua contaminadas por efecto del derrame de hidrocarburos, especies de fauna y flora extinguidas o en riesgo de extinción y reservas naturales



invadidas son algunos de los impactos que la guerra ha causado en el medio ambiente.” (p. 42)



Daño al proyecto de vida, este tipo de daño según el CNMH (2014), es “Reconocido y tipificado en el Derecho internacional como un daño que incide sobre la libertad del sujeto a realizarse según su propia y libre decisión, con garantías de autonomía y dignidad”. (p. 44)





Actividad de inicio

“La historia de mis zapatos”

Materiales: Madeja u ovillo de lana o fibra

Tiempo: 15 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a pedirá a las y los participantes organizarse en forma de círculo.
2. Se entrega la madeja u ovillo de lana a uno de los participantes, se le pedirá que comparta con el grupo su nombre y la historia de los zapatos que lleva puestos (quien se los regalo, cuánto tiempo lleva con ellos y a donde quisiera ir con ellos), luego deberá lanzar la madeja a otro/a participante quien continuará con la presentación de igual manera; así sucesivamente hasta que todos hayan participado.
3. Para finalizar, el facilitador/a retroalimentará la actividad con una reflexión que recoja aspectos significativos y relevantes de las historias de los zapatos de las y los participantes.

Para concluir puede tener en cuenta:

- La vida se entiende como el camino que decidimos recorrer a lo largo de nuestra existencia, para este recorrido debemos llevar los zapatos adecuados según la exigencia del terreno, es importante que individualmente, cada uno escoja que zapatos ponerse.
- Se debe determinar cuáles son los más adecuados y estar dispuestos a desechar aquellos zapatos que ya no son cómodos. Deben permitirse cambiar e incluso disfrutar de airear los pies entre un par de zapatos y otro.
- Los zapatos se utilizan como una metáfora de la vida real, es necesario entender que cada persona tiene sus propios gustos y no hay que seguir modas, ni copiar a nadie; cada quien tiene la capacidad de decidir cuál es la mejor decisión a tomar para poder superar las situaciones que se le presentan.
- Así podemos entender, que, ante situaciones, no hacemos las cosas ni bien ni mal; sólo que no estábamos pendientes de sí el tipo de calzado, era el más adecuado para el tramo del camino que estábamos atravesando, pero con el

tiempo se va aprendiendo y se tendrá mayor destreza frente al asertividad en la toma de decisiones, como dice el refrán: La experiencia, hace al maestro, así se aprenderá a dejar de sufrir y caminar felizmente por la Vida.

Actividad de desarrollo

“ El camino de la vida ”

Materiales: Lápices, colores y hojas.

Tiempo: 30 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a entregará a las y los participantes lapices, colores y hojas de papel.
2. Cada participante deberá dibujar de forma libre, el camino o recorrido que ha realizado hasta el momento actual en su vida, plasmando aspectos tales como: inicio (fecha, lugar y hora de nacimiento), tramos recorridos (niñez, adolescencia, juventud, adultez: experiencias vividas, recuerdos, sentimientos- relaciones, hechos significativos en cada una de estas).
3. Deberán también plasmar algunas proyecciones o expectativas, objetivos para el futuro cercano y lejano.
4. Una vez terminada la actividad, el facilitador/a invita a las y los participantes a socializar su camino.
5. Retroalimentar la actividad teniendo en cuenta lo socializado por las y los participantes

Actividad de cierre

“Conector de ideas”

Materiales: Impresiones y lápices o esferos.

Tiempo: 20 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador/a entregará a cada participante la copia del formato que encontrará a continuación y le solicitará que conecte los planteamientos de la columna A con el tipo de daño que corresponda en la columna B.

Columna A**Columna B**

Acciones que afectan todas las dimensiones que soportan la vida		Daños psíquicos y emocionales
Violencia sobre el cuerpo		Daños socio culturales
Lesiones producidas en los vínculos y relaciones sociales.		Daños materiales
Daños que sufren las víctimas en sus emociones, pensamientos y conductas		Daño
Recursos ambientales, fauna y flora contaminados o afectados		Daños físicos
Pérdida del patrimonio o los bienes de una persona		Daños ambientales

- **Desarrollo Temático**

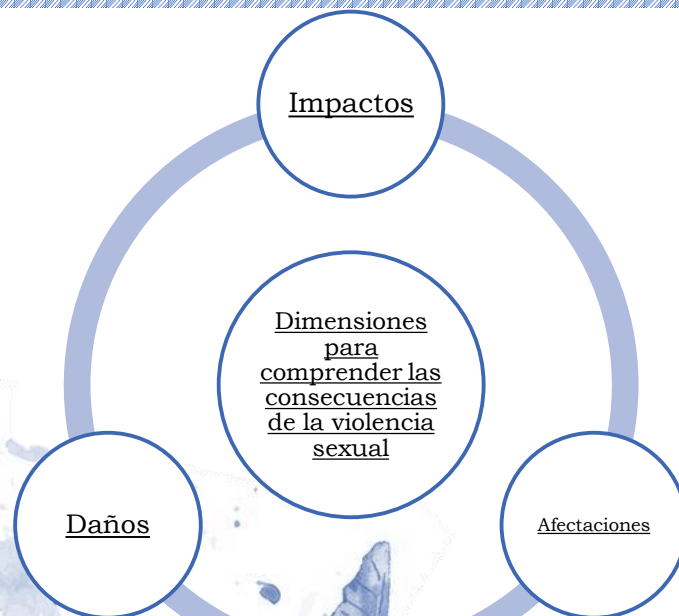
Tema 1.4: Consecuencias de la violencia sexual

Consecuencias de la violencia sexual

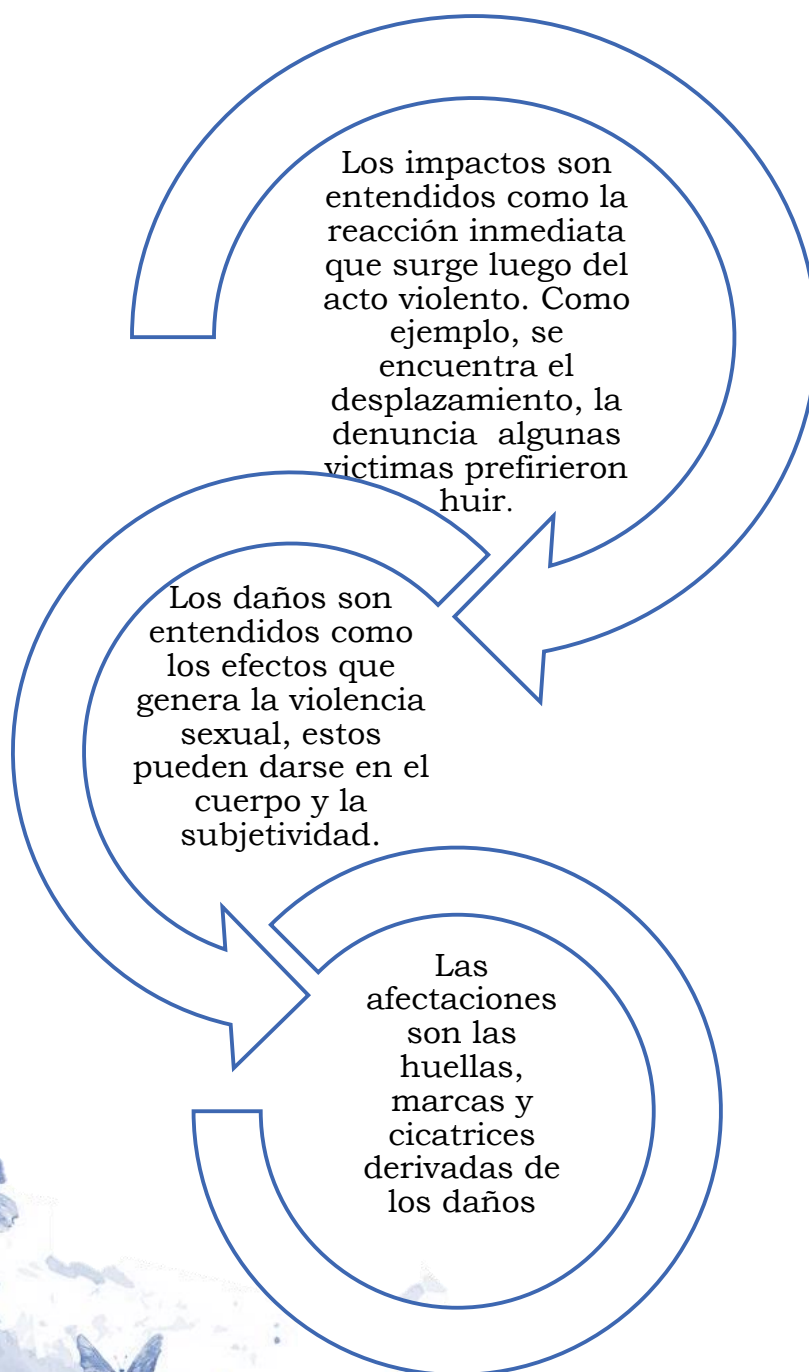
El Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2015), menciona que:

“La violencia sexual a parte de las consecuencias físicas, tiene efectos psicológicos a corto y largo plazo como depresión, ansiedad, intentos de suicidio o el Síndrome de estrés postraumático”. (p.356)

De igual manera es importante tener en cuenta el papel que los hombres han venido desarrollando dentro de la violencia sexual; hasta hace algunos años el sexo masculino era identificado como los perpetradores de dichas violencias. En la actualidad los espacios que se han generado para la denuncia de las violencias sufridas durante el conflicto armado ha permitido a un pequeño grupo de hombres contar sus historias, en la que le muestran a la sociedad su posición como víctimas de delitos sexuales.



Conceptos clave a tener en cuenta:



Conceptos clave a tener en cuenta:

Consecuencias en la salud física

Como concepto clave a desarrollar en las sesiones, es importante mencionar que muchas de las consecuencias que se mencionan, también son vividas por los hombres.



El CNMH (2018), reconoce como consecuencias físicas de la violencia sexual las siguientes:

- Lesiones en los aparatos genital y urinario.
- Lesiones en el rostro y mutilaciones.
- Infecciones de transmisión sexual.
- Embarazos por violación y maternidades coaccionadas.
- Afectaciones físicas que recaen sobre las mujeres víctimas de violencia sexual estando en embarazo y las afectaciones sobre sus hijos e hijas antes de nacer.
- Dolores de cabeza, alteraciones del sueño, pesadillas continuadas y pérdida de memoria. (p. 41)
- Algunas de las consecuencias que sufren los hombres ante la violencia sexual son laceraciones y/o lesiones en el área rectal.

Consecuencias emocionales

Como concepto clave a desarrollar en las sesiones, es importante mencionar que muchas de las consecuencias que se mencionan, también son vividas por los hombres.

El CNMH (2018), reconoce como consecuencias emocionales de la violencia sexual las siguientes:



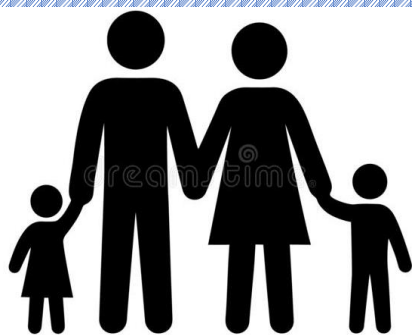
- Sensación de extrañamiento sobre el “sí misma”. Esta ruptura se evidencia en prácticas corporales como la limpieza excesiva, la higienización permanente incluso con medicamentos o, por el contrario, sensación de aborrecer el propio cuerpo.
- Sensación de culpa. Esta es una característica de la violencia sexual que no aparece de manera tan frecuente en otras victimizaciones: la sociedad tiende a culpar a la víctima. Esto se materializa por medio de la estigmatización y el señalamiento. Como resultado de la culpa, muchas víctimas se odian a sí mismas, se maltratan, se aíslan y se hacen daño de múltiples formas, incluso con intentos de suicidio.
- Sensación de vergüenza, rabia y tristeza crónicas.
- Pérdida de la posibilidad del disfrute sexual.

Consecuencias en los vínculos sociales y familiares

Como concepto clave a desarrollar en las sesiones, es importante mencionar que muchas de las consecuencias que se mencionan, también son vividas por los hombres.

El CNMH (2018), reconoce como consecuencias en los vínculos sociales y familiares producto de la violencia sexual los siguientes:

- Maltratos y abandonos de la pareja cuando esta se entera de la violencia sexual sufrida.



- Por temor a ello, muchas víctimas guardan el secreto.
- Las maternidades coaccionadas que las víctimas deben asumir como resultado de la violencia sexual sufrida implica una carga económica que obstaculiza sus proyectos de vida y les empobrece.
 - Miedos y temores fundados en factores relacionados con la violencia sexual sufrida, que alteran su desenvolvimiento social y la vida comunitaria, por ejemplo: miedo a salir de noche, a andar solas, a quedarse en casa sin compañía, a lugares solitarios, a los hombres.
 - Cotilleo y rumores sobre la violencia sexual sufrida por alguna persona de la comunidad, que pueden convertirse fácilmente en motivos de conflictos comunitarios.

Ejemplos de daños a causa de la violencia sexual

Salud reproductiva

Traumatismo ginecológico

Embarazo no planeado

Aborto inseguro

Disfunción sexual

	Infección de transmisión sexual (ITS), incluida la infección por el VIH
	Fistula traumatica
Salud mental	Depresión
	Trastorno por estrés postraumatico
	Ansiedad
	Dificultades del sueño
	Síntomas somáticos
	Comportamiento suicida
	Trastorno de pánico
Conductuales	Comportamiento de alto riesgo (por ejemplo,
	relaciones sexuales sin protección, iniciación
	sexual consensuada a temprana edad,
	múltiples compañeros íntimos, abuso del
	alcohol y otras drogas)
	Riesgo mayor de perpetrar (los hombres) o de
	sufrir (las mujeres) violencia sexual
	posteriormente.
Resultados Mortales	Muerte por:
	Suicidio
	Complicación del embarazo
	Aborto inseguro
	Sida
	Asesinato durante la violación o en defensa
	del “honor”

Infanticidio de un niño nacido como resultado de una violación

Fuente: Tomado de: OMS. (s.f). Recuperada de:
https://oig.cepal.org/sites/default/files/20184_violenciasexual.pdf



Actividad de inicio

“Linea de tiempo”

Materiales: Lápices, colores y hojas.

Tiempo: 30 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador entregara a los participantes lapices, colores y hojas.
2. Indicara que cada participante deberá dibujar de forma libre una línea del tiempo.
3. Donde cada uno indica 3 consecuencias que han vivido a causa de la violencia vivida.

Actividad de desarrollo

“Cartografia corporal”

Materiales: Papel periódico, marcadores, pinturas, revistas, tijeras, colbon.

Tiempo: 20 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador entregará a cada participante un pliego de papel periódico y marcadores para que dibujen la silueta de su cuerpo.
2. Les indicará que deben ubicar en la silueta algunas de las consecuencias físicas, emocionales, familiares, sociales que les ha dejado la violencia sexual.
3. Una vez terminada la actividad, se invita a las y los participantes a socializar el ejercicio.

El facilitador/a retroalimentará la actividad haciendo énfasis en que el producto visual que resulta de la construcción de la cartografía corporal se transforma en testimonios visuales, que narran como las violencias han entrado a sus vidas y la manera como ha marcado el cuerpo

Actividad de cierre

“El tiempo”

Materiales: Impresiones y lápices.

Tiempo: 15 minutos

Descripción de la actividad:

1. El facilitador entregará a los participantes las copias, y hará una inducción a la actividad mencionando que la violencia en cualquiera de los contextos que se presenta, hace que la víctima genere múltiples efectos negativos, algunos de los más comunes son la depresión, la ansiedad, la tristeza, la desilusión, el miedo, la inseguridad, la frustración, el enojo, y la baja autoestima.
2. Es por esto que el facilitador debe mencionar la importancia de que en las víctimas se genere acciones, actividades y rutinas que les permitan superar aquellas situaciones difíciles.
3. Por tal motivo el facilitador entrega las copias donde se encuentra un reloj, en este los participantes deberán colocar acciones y actividades que consideren que pueden realizar las víctimas para superar las consecuencias de la violencia.
4. Cada actividad que propongan los y las participantes, deberán responder a qué tipo de consecuencias de las mencionadas durante la sesión pretenden mitigar.
5. El facilitador puede orientar la actividad mencionando actividades como, buscar ayuda por parte de psicólogos, recurrir a fundaciones, asociaciones o corporaciones que ayuden a víctimas de violencia sexual, hacer procesos de denuncias, entre otras actividades.



Referencias

- Organización Mundial de la Salud (OMS). (s.f). Comprender y abordar la violencia contra las mujeres. Recuperado de: https://oig.cepal.org/sites/default/files/20184_violenciasexual.pdf
- Centro de Referencia Nacional sobre Violencia (CRNV) del Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2015). Exámenes médico legales por presunto delito sexual. Colombia, 2015. Recuperado de: <https://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/49523/Violencia+sexual.pdf/e97a00fa-8957-f74b-6024-c7a46e72a758?version=1.0>
- Sanchez, M. (s.f). Violencia económica y patrimonial: Una aproximación a través de la atención en los municipios de Riohacha, Buenaventura y el Distrito de Cartagena. Recuperado de: <http://www.equidadmujer.gov.co/oag/Documents/Violencia-economica-patrimonial.pdf>
- Torres, J. (2019). La violencia Verbal. Recuperado de: <https://elnacional.com.do/la-violencia-verbal/>
- El Tiempo. (2018). ¿Hasta dónde llega el acoso sexual? Esto dice la Corte Suprema. Recuperado de: <https://www.eltiempo.com/justicia/cortes/que-es-el-acoso-sexual-segun-la-corte-suprema-de-justicia-190740>
- El Pais. (2018). El supremo fija que un tocamiento no consentido es abuso sexual. Recuperado de: https://elpais.com/sociedad/2018/09/20/actualidad/1537441119_102221.html
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (1981). La violencia y sus causas. Recuperado de: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000043125_spa
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2017). 10 datos sobre la prevención de la violencia. Recuperado de: <https://www.who.int/features/factfiles/violence/es/>
- Alcaldía de Neiva, Secretaría de Equidad e Inclusión Programa de Mujer y Equidad de Género. (s.f). Guía para la prevención de las violencias hacia las mujeres en el Municipio de Neiva. Recuperado de: <http://www.alcaldianeiva.gov.co/NuestraAlcaldia/Dependencias/Documentos%20Sec%20MIF/Cartilla%20de%20prevenci%C3%B3n%20de%20violencias.pdf>
- Centro Nacional de Memoria Histórica (2017), La guerra inscrita en el cuerpo. Informe nacional de violencia sexual en el conflicto armado, CNMH, Bogotá. Recuperado de: <http://centrodememoriahistorica.gov.co/wp-content/uploads/2020/01/la-guerra-inscrita-en-el-cuerpo.pdf>

Centro Nacional de Memoria Histórica (2018), Memoria histórica con víctimas de violencia sexual: aproximación conceptual y metodológica, CNMH, Bogotá. Recuperado de: <http://centrodememoriahistorica.gov.co/wp-content/uploads/2020/02/memoria-historica-con-victimas-de-violencia-sexual.pdf>





¡Escalando por la vida!





Escalando por la vida

PRESENTACIÓN

El juego titulado “*Escalando por la vida*”, es una de las estrategias que hacen parte de la caja de herramientas que se propone como material didáctico de apoyo a la intervención en Trabajo Social, este juego tiene como propósito apoyar la reestructuración de los proyectos de vida de las víctimas de violencia sexual en

el marco del conflicto armado; en tanto, que el juego según Chaparro, Muñoz, Rodríguez & Trujillo (2015), puede ser considerado como un medio facilitador para la expresión de emociones, sentimientos y vivencias de la cotidianidad del ser humano; de igual manera, La Mancha (1994), propone el juego como “una poderosa herramienta de libertad, al permitirnos situarnos en

una situación ficticia creada y vivida por nosotros, que puede transformarnos, descubrirnos, descubrir al otro, extender los límites de lo posible, de lo cuidadosamente resguardado, de lo peligrosamente deseado.” (s.p).

En este sentido el juego desde la perspectiva del proceso de enseñanza aprendizaje y/o desde la intervención, no se comprende como una actividad desarrollada en momentos de ocio, sino que, por el contrario, busca identificar patrones alterados de la vida de los sujetos. Es así que, el juego nos invita a dudar sobre nosotros mismos, descentralizarnos de la certeza y de las zonas de confort, a observar la duda y la contradicción como un espacio constructivo, definitivamente es una puerta abierta al camino de los cambios.

Para el diseño de esta herramienta se ha tenido en cuenta la lógica del juego original de la escalera, este es un juego originario de la india, este consiste en un tablero con cuadrículas y números, el cual se recorre con fichas que se mueven según el resultado de un dado; cuando la ficha cae en una casilla de la que parte una escalera se sube hasta la casilla donde esta

termina; sucede lo contrario con las serpientes, si se cae en una casilla en la que se encuentra la cabeza de una serpiente hay que descender hasta la punta de su cola.



El juego *“escalando por la vida”* está clasificado dentro de los juegos de mesa, los cuales son definidos por Utrilla, Uribe y Santamaría (2017), como:

un compendio de reglas y mecánicas, que pueden depender de la suerte, la estrategia o ambos, diseñado dentro de un grupo de elementos físicos (tableros, papel, dados, gráficos o figurillas) y que conforman un tema o

varios temas que proveen un esquema mental más amplio a los jugadores. (s.p)

El juego consta de un tablero, que contiene 48 cuadrículas de seis colores diferentes, cada color representa un aspecto que hace referencia a la vida de las víctimas de violencia sexual, los cuales se describen a continuación:

- El color amarillo aborda aspectos relacionados con el autoconcepto
- El color azul aborda aspectos relacionados con el proyecto de vida de las víctimas
- El color rojo hace referencia a las emociones y sentimientos
- El color verde busca indagar sobre la autoestima de las víctimas
- El color fucsia aborda aspectos relacionados con los hechos violentos
- Las cuadrículas multicolor hacen referencia a actividades diseñadas para promover la

interacción de las y los participantes en el juego.

Los aspectos que se abordan en el juego, se enmarcan en el propósito de la caja de herramientas de apoyar el fortalecimiento de la atención psicosocial con víctimas de violencia sexual que llevan a cabo organizaciones sociales, como es el caso de MUVICEM. Dichos aspectos, han sido valorados por algunos investigadores como esenciales en el abordaje de las consecuencias y afectaciones de los hechos violentos en las víctimas de violencia sexual, tal es el caso del Centro Nacional de Memoria Histórica. A continuación, se definen estos aspectos:



- Autoconcepto: Romo (2015), define el autoconcepto como “el conjunto de elementos que una persona utiliza para describirse a sí misma.

(...) El autoconcepto se forma por la imagen que tenemos de nosotros mismos y la información que recibimos de los demás en relación con nuestra persona.” (p. 3-4). Este conjunto de concepciones sobre sí mismo, se ven transformadas por el acto violento, el CNMH (2017), refiere al respecto que: “En el marco del conflicto armado la violencia sexual ha cumplido la función de expropiar el control de las personas sobre su propio cuerpo – espacio, en otras palabras, un ejercicio de “territorializar” a partir de una práctica de dominación.” (p. 37)

- Autoestima: Romo (2015), aduce que la autoestima se concibe como “la combinación de la información objetiva sobre uno mismo y la evaluación subjetiva de dicha información, lo que determina un "nivel concreto" de autoestima que refleja el grado de satisfacción personal del individuo consigo mismo.” (p. 16). Al respecto, el CNMH (2017), refiere que: “En los cuerpos de las víctimas de violencia sexual se escenificaron las lógicas, los usos, las variaciones, las modalidades, los sentidos y los significados de la violencia sexual por parte de los actores

armados.” (p. 38). De esta manera, se entiende que la violencia sexual afecta el cuerpo transformando la percepción de las víctimas sobre sí mismas.

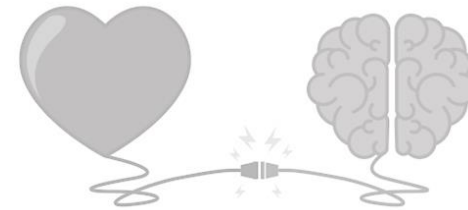


-Emociones: Otero (2006) citando a Maturana (2002) concibe las emociones como

Una emoción propiamente dicha, como felicidad, tristeza, vergüenza o simpatía, es un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo. (...) modifican el estado del cuerpo de una manera que puede o no manifestarse a simple

vista, son automáticas aunque en ciertos casos modulables, y no necesariamente tenemos plena conciencia de sus consecuencias una vez que se disparan. (p.11)

El CNMH (2017), citando a Pérez-Bustos (2016), manifiesta que: “las víctimas de violencia sexual van tejiendo sus dolores, reconociéndose en ellos, pero no para quedarse sumidas en el pasado, sino trabajando activamente en “prácticas de remiendo, reparación y cuidado” que estarían en la base de sus resistencias”. (p. 268). Las emociones, como se ha mencionado se convierten en un aspecto clave en la atención psicosocial y en la restructuración de los proyectos de vida de las víctimas de violencia sexual, en tanto que, abordar sus dolores, emociones y sentimientos, les permite desarrollar y fortalecer la resiliencia, posibilitando con ello nuevas oportunidades de vida.



-Proyecto de vida: Este aspecto, puede considerarse según Hernández (s.f) como “ la estructura que expresa la apertura de la persona hacia el dominio del futuro, en sus direcciones esenciales y en las áreas críticas que requieren de decisiones vitales” (p.3). Esta se convierte en una estrategia que permite a las victimas sanar y retomar sus vidas, lo cual se refuerza por CNMH (2017), al mencionar que: “los actos de afrontamiento son aquellos que permiten continuar la vida, así como reducir el daño y los tormentos que genera el recuerdo de la expropiación del cuerpo propiciada por la violencia sexual.” (p. 269)

- Hechos Violentos: Uno de los aspectos por el cual indaga el juego, es la violencia sexual, dado que se constituye en la problemática que se pretende abordar, esta es definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS)(2013)

como: “todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona” (p.2). De igual manera se considera que el juego se constituye en una técnica necesaria para abordar este aspecto debido que como lo menciona el CNMH (2017):

Las mujeres callan la violencia sexual porque no es fácil hablar de la sexualidad, de la intimidad y menos cuando esta ha sido una experiencia violenta, porque sobre las mujeres recaen estereotipos de género ligados con la pureza, la castidad, la fidelidad, etcétera, y hablar la violencia sexual puede poner en duda su honorabilidad o

reputación, es decir puede tornarlas culpables. (p. 246)



¿Cómo se juega?

- Es pertinente que las y los jugadores comprendan que, el objetivo del juego es ser *el primer* jugador/a/es en llegar a la última casilla
- Deben moverse a lo largo del tablero, desde el inicio hasta el final. El tablero va de un lado a otro, es así que en la primera fila los jugadores se mueven de derecha a izquierda, después suben a la segunda fila donde se deberán mover de izquierda a derecha. Los jugadores deberán seguir los

números en el tablero para moverse adecuadamente

- Para decidir quién empieza el juego, cada participante debe tirar un dado para ver el número más alto. Quién saque el número más alto tendrá el primer turno. Después del turno del primero jugador, la persona que está a la izquierda es la siguiente y así hasta completar el círculo.
- Si dos o más personas sacan el mismo número y es el número más alto, esas personas deben de tirar el dado una vez más para ver quién va primero.
- El/la participante toma su turno nuevamente, vuelve a tirar el dado y lee el número que cayó, toma su ficha y se moverá por el tablero la cantidad de espacios indicados.
- El tablero contiene escaleras, serpientes y cuadrículas de colores las cuales significan:



- Escaleras: Las escaleras en el tablero permiten subir, con el fin de avanzar con más rapidez. Cuando la ficha se encuentra en un cuadro que muestre la imagen del inicio de la escalera, se moverá la pieza por toda la escalera hasta donde termina. Si caes en la parte superior de la escalera o en un cuadro a la mitad de la escalera, te tienes que quedar en ese mismo lugar. No te puedes mover hacia abajo en las escaleras.



- Serpientes: Las serpientes hacen que la ficha con la cual estas participando dentro del juego se mueva hacia atrás en el tablero, ya que se debe deslizar por ellas. Solamente si la ficha se encuentra en un cuadro donde está la cabeza de la serpiente, se debe deslizar la ficha

hasta donde está la cola de la serpiente. Si caes en un cuadro que se encuentra a la mitad o al final de la serpiente, no pasa nada. Solo te tienes que deslizar por la serpiente si caes exactamente en el cuadro de la cabeza.

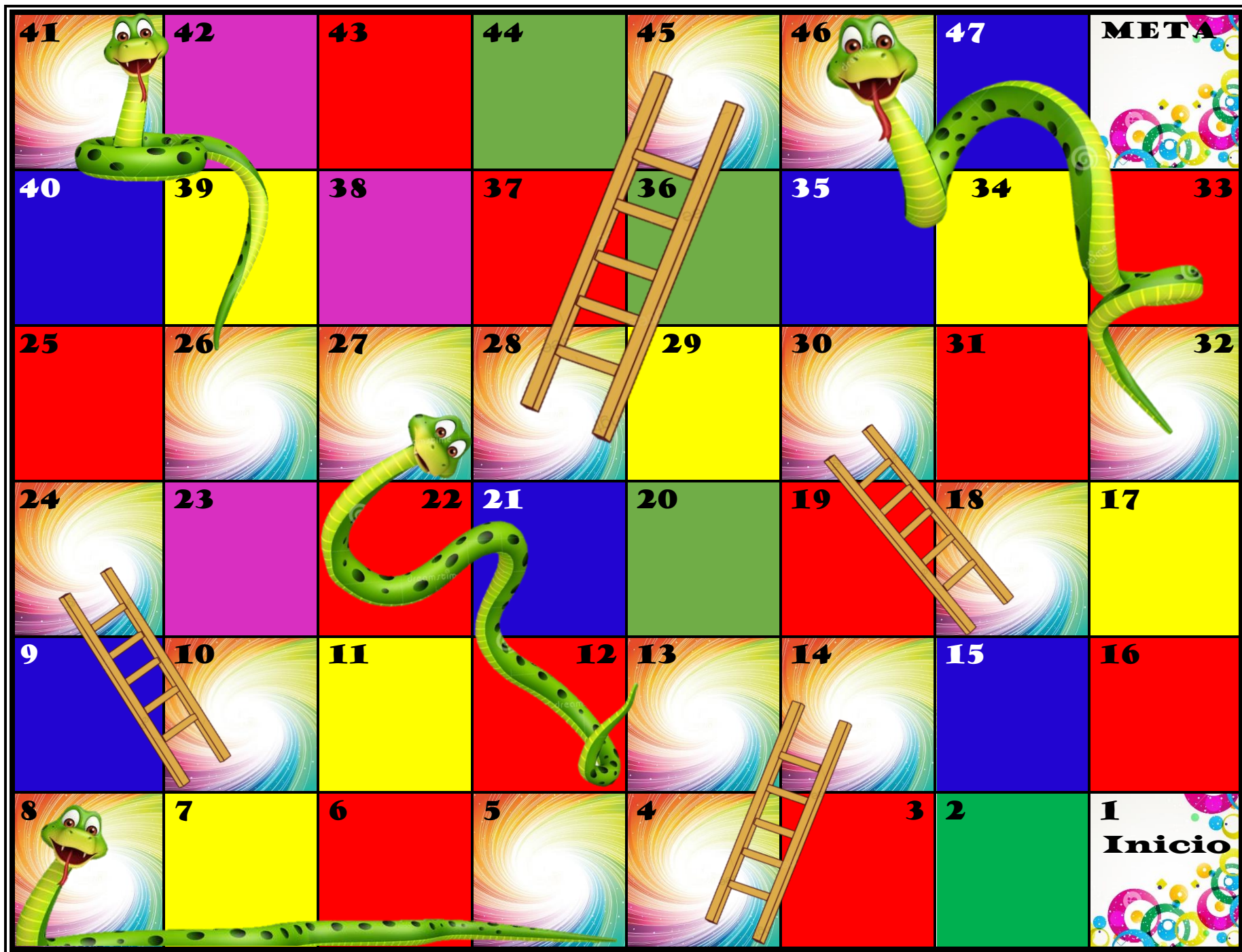
- Cuadriculas de colores: Dependiendo el color de la cuadricula en la que quede la ficha después de avanzar el número de cuadriculas determinado por el dado, el jugador/a deberá tomar una tarjeta, leer la pregunta que esta contiene y responderla. Las cuadriculas donde terminan las serpientes y las escaleras, corresponden a las actividades que las y los participantes deben realizar.



¿De que consta el juego?

En el juego los participantes encontraran:

- 1 Tablero de juego.



➤ 38 tarjetas, distribuidas de la siguiente manera:

1. 1 paquete de tarjetas amarillas (7) “autoconcepto”.
2. 1 paquete de tarjetas azules (6) “proyecto de vida”
3. 1 paquete de tarjetas rojas (10) “emociones”
4. 1 paquete de tarjetas verdes (4) “autoestima”
5. 1 paquete de tarjetas fucsia (3) “hechos violentos”
6. 1 paquete de tarjetas multicolor (8) “actividades”

➤ 1 dado

➤ 1 paquete de fichas

¿Quiénes pueden jugar?

- El juego está diseñado para trabajar con jóvenes y adultos; para el caso de jóvenes menores de edad se requiere que estén acompañados de un adulto mayor, esto

con el fin de dar cumplimiento de los lineamientos especiales de atención estipulados previamente bajo directrices legales.

- En el juego podrán participar dos jugadores o más.
- En el desarrollo del juego participaran hombres y mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado, o víctimas de violencia de genero.

¿Cuándo finaliza el juego?

- El juego finaliza cuando uno de los jugadores alcanza la casilla que indica la meta

Instructivo

"Escalando por la vida" es un juego diseñado para dos o más participantes. En el encontrarás un tablero de 48 cuadrículas, distribuidas en diferentes colores, con escaleras y serpientes.

Las escaleras permiten avanzar más rápido en el tablero, cuando la ficha se encuentra en un cuadro que muestre la imagen del inicio de la escalera, se moverá la pieza por toda la escalera hasta donde termina.

Las serpientes hacen que la ficha con la cual estás participando dentro del juego se mueva hacia atrás en el tablero, ya que se debe deslizar por ellas, si la ficha se encuentra en un cuadro donde está la cabeza de la serpiente, se debe deslizar la ficha hasta donde está la cola de la serpiente.

Dependiendo el color de la cuadrícula en la que quede la ficha, el jugador/a deberá tomar una tarjeta, leer la pregunta que esta contiene y responderla. Las cuadrículas donde terminan las serpientes y las escaleras, corresponden a las actividades que las y los participantes deben realizar.

Objetivo

Apoyar la reestructuración de los proyectos de vida de las víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano.

Materiales

El juego se encuentra compuesto por los siguientes elementos:

1 Tablero de juego.

38 tarjetas, distribuidas de la siguiente manera:

1 paquete con 7 tarjetas amarillas que abordan el autoconcepto.

1 paquete con 6 tarjetas azules que abordan el proyecto de vida.

1 paquete con 10 tarjetas rojas que abordan las emociones.

1 paquete con 4 tarjetas verdes que abordan la autoestima.

1 paquete con 3 tarjetas fucsia que abordan los hechos violentos.

1 paquete con 8 tarjetas multicolor que abordan las actividades.

1 dado

1 paquete de fichas"



Inicio del juego

Ø El tablero del juego debe ser ubicado en un espacio que permita el contacto visual a sus participantes. (Puede ser en una mesa, una base o el piso).

Ø Debe tenerse a la mano el dado, las tarjetas y las fichas.

Ø Para elegir quien inicia el juego los participantes deben lanzar el dado y quien obtenga la mayor puntuación es quien inicia la ronda y continúan los lanzamientos según el orden de puntuación que fueron obtenidos en los dados.

Ø Si dos personas sacan el mismo número tienen derecho a un segundo lanzamiento para definir el orden de lanzamiento.

Desarrollo del juego

Ø El/la participante avanza sobre el tablero el número de cuadrículas según corresponda el número indicado en el dado lanzado por el/la participante.

Ø Para avanzar en el juego es necesario seguir la secuencia de los números, no se puede retroceder ni avanzar de manera distinta.

Ø La secuencia se verá alterada solo cuando encuentre una escalera, la cual indica ascender o una serpiente donde se debe descender por el tablero hasta la cola de la misma.

Ø Una vez el participante haya ubicado su ficha en la cuadrícula, el/ la dinamizadora tomará una carta correspondiente al color que está señalado la cuadrícula donde ha quedado la ficha.

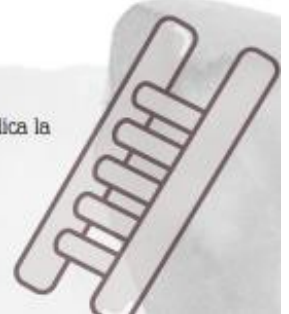
Ø El participante lee la pregunta la cual deberá ser respondida.

Ø En caso de que el jugador caiga en una cuadrícula multicolor (las cuales corresponden final de las escaleras o serpientes), deberá realizar la actividad que allí se indica. La realización de la actividad se puede hacer de manera individual o grupal según sea el número de participantes.

Ø Cuando el/la participante no responde la pregunta o no realiza la actividad, perderá un turno de lanzamiento.

Finalización del juego

El juego finaliza cuando uno de los jugadores alcanza la casilla que indica la meta



Preguntas

Tarjetas color Amarillo (autoconcepto)

1	¿Cómo se define a sí mismo/a?
2	¿Qué te gustaría cambiar de ti mismo/a?
3	¿Cuáles son tus debilidades?
4	¿Qué piensas de ti mismo/a?
5	¿Cuáles son tus fortalezas?
6	¿Qué opinión tiene sobre sí mismo/a?
7	¿Qué cambiaría de sí mismo/a?

Tarjetas color azul (proyecto)

1	¿Cuáles son tus sueños?
2	¿Qué te gustaría poder hacer en tu vida?
3	¿Qué planes tienes a corto plazo?
4	¿Qué metas tienes a futuro?
5	¿Qué expectativas tienes sobre ti mismo/a y tu familia?
6	¿Cómo te visualizas en cinco años?

Tarjetas color rojo (emociones)

1	¿Qué te genera amor?
2	¿Qué te hace reír?
3	¿Qué te genera esperanza?
4	¿Qué emoción no quieres volver a sentir?
5	¿Qué situación te ha hecho sentir vergüenza?
6	¿A qué le tienes miedo?
7	¿En qué situación te has sentido heroico/a?
8	¿Qué situaciones te generan rabia?
9	¿Qué te desmotiva?
10	¿En qué momentos te has sentido humillada/o?

Tarjetas color verde (autoestima)	
1	¿Qué actividades realizas para divertirte?
2	¿Qué opinión tienes sobre tu físico?
3	¿Cómo te expresas amor a ti mismo?
4	¿Qué te gusta de ti mismo?

Tarjetas fucsia (violencia sexual)	
1	¿Qué consecuencias consideras que genera la violencia sexual?
2	¿De qué manera cree que se puede reparar a las víctimas de violencia sexual?
3	¿Usted considera adecuada la atención que se le brinda a las víctimas de violencia sexual?

Tarjetas Multicolor (actividades)	
1	<p>Nombre: “Rimax”</p> <p>Desarrollo: Para realizar esta actividad, se pide a dos participantes de manera voluntaria que mencionen dos palabras relacionadas con la violencia sexual, estas deben ser utilizadas por el/la participante que debe realizar la actividad para componer una rima corta, de dos frases o versos.</p> <p>Ejemplo:</p> <p>“Cuando una persona es golpeada Esta deja de ser respetada Por eso debemos amarnos Y evitar violentarnos”</p>
2	<p>Nombre: “Titereteando”</p> <p>Desarrollo: Para realizar esta actividad el/la participante deberá actuar como un títere. Alguno de los compañeros de juego, mencionarán dos acciones que ha realizado como víctima de violencia sexual para superar el acto violento y el participante que realiza la actividad actuará las acciones que este mencionó.</p>
3	<p>Nombre: “Escribe”</p> <p>Desarrollo: Para realizar esta actividad el/la participante que realiza la actividad, pensará en una de las consecuencias que genera la violencia sexual en la vida de las víctimas y la escribirá con la boca sobre una hoja de papel.</p>
4	<p>Nombre: “Deletreando”</p>

	<p>Desarrollo: Para realizar esta actividad el/la participante que realiza la actividad deberá deletrear hacia atrás dos palabras relacionadas con los tipos de violencia. Ejemplo; Violencia Verbal.</p> <p>Si lo requiere, el grupo de jugadores puede evaluar la posibilidad de que escriba en un papel las palabras para guiarse</p>
5	<p>Nombre: “Sentipensar”</p> <p>Desarrollo: Para realizar esta actividad el/la participante que debe realizar la actividad deberá usar las vocales del alfabeto, en orden y nombrar un sentimiento generado a causa de la violencia que empiece con cada una de esas letras. El tiempo límite serán cinco minutos</p>
6	<p>Nombre: “Augurios”</p> <p>Desarrollo: Para realizar esta actividad el/la participante que realiza la actividad simulará ser un/una lector – adivinador/a del futuro, escogerá un compañero/a de juego, a quien le leerá la mano para augurarle el futuro: Mencionará tres sucesos que desea que le sucedan en la vida</p>
7	<p>Nombre: “El regalo”</p> <p>Desarrollo: Para realizar esta actividad el/la participante deberá simular tener un regalo, este será: un par de zapatos con el “súper poder” de ir al lugar que se desea. De esta manera el/la participante dará el regalo a algún/a de las y los participantes del juego diciéndole a qué lugar quiere que lo/la lleve los zapatos mágicos. Ej: Te doy un par de zapatos que solo te llevarán a ...</p>
8	<p>Nombre: “Finish”</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo: Para realizar esta actividad el/la participante deberá decir una palabra o frase para completar la siguiente oración: Hoy he aprendido ... hoy me he sentido...

Resignific@rte



Resignific@rte



Presentación

La herramienta **Resignific@rte**, corresponde a una propuesta de expresión artística que hace parte del material de apoyo a la intervención que se ha propuesto en este trabajo de grado, la cual tiene como propósito contribuir a los procesos de resignificación de las experiencias vividas por las víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano.

En este sentido y atendiendo a que, en su concepto amplio, la expresión artística recurre a diferentes herramientas como objeto de exteriorización de emociones, sentimientos o pensamientos, se ha recurrido a esta para la intervención con las víctimas de violencia sexual. Autores como Álvarez y Domínguez (2012), resaltan la labor que desarrolla el arte dentro de la

educación dado que “es una herramienta de desarrollo interpersonal, de expresión de ideas y sentimientos, de promoción de cambios sociales y culturales. Como herramienta, facilita el autoconocimiento y la autovaloración, ya que crea percepciones más amplias y analíticas de la realidad”. (p. 117)

La expresión artística puede explicarse a partir de dos corrientes: en la primera se concibe la expresión artística como una acción comunicativa, Chiapas (2010), menciona que esta “es una función básica de la comunicación entre seres vivos. Expresar siempre es expresarnos: es comunicar algo de nosotros mismos (nuestras emociones, nuestras opiniones, nuestros deseos, nuestra visión del mundo...) frente a los demás” (p.45). En la segunda corriente se aborda el componente artístico propiamente dicho, Ordoñez y Vergara (1999), la definen como “la aptitud humana para experimentar sentimientos y comienza cuando se utilizan signos exteriores para comunicar las emociones por medio de líneas, colores, imágenes verbales, etc.” (p.39)

En el contexto de la atención psicosocial a las víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado

colombiano, se propone la expresión artística como herramienta para que las víctimas puedan narrar sus historias y construir otros significados a las experiencias vividas. Se pretende, por tanto, mediante esta herramienta generar acciones de atención psicosocial en las cuales se construyan nuevos significados de los hechos violentos, cambiar y transformar los sentimientos y percepciones, así como motivar a las víctimas sobre la necesidad de reconfigurar dichas experiencias. Al respecto, Girón, Rodríguez & Yunis (2015), plantean que la reconfiguración o resignificación necesitan ser comprendidos “como un proceso de transformación innovadora de los significados” (p. 112 - 123).

Las técnicas que propone esta herramienta son, según Chispas (2010): la expresión sonora y musical, la expresión gráfica y la expresión dramática; las cuales serán descritas a continuación:

Expresión sonora y musical.



La técnica de expresión sonora y musical, comprende no solamente la percepción auditiva de los diversos sonidos que se encuentran en nuestro entorno, por tal motivo se comprende esta técnica desde la expresión artística, la cual es definida por Chiapas (2010) como: “los modos de expresión que utilizan tanto el cuerpo mismo (lo cual no se reduce a la voz) como varios instrumentos externos, para la producción de secuencias de sonidos, regidas por diversos principios de organización.” (p. 57), entre estos, la música, la cual es considerada como un instrumento de expresión que puede alcanzar los sentimientos, emociones o recuerdos más íntimos, así lo menciona Lacárcel (2003), la música “Puede transmitir diferentes estados de ánimo y emociones por medio de símbolos e imágenes aurales, que liberan la función auditiva tanto emocional como afectiva e intelectual” (p.221). En este

sentido, se reconocen los beneficios de la música sobre el cuerpo, el alma y el espíritu.

Teniendo en cuenta que para algunas víctimas hablar sobre las experiencias de violencia vividas se convierte en una situación vergonzosa o atemorizante, lo cual les impide en algunos casos realizar la denuncia de los hechos victimizantes, así como el acceso a la atención psicosocial; por esto, se propone la música como técnica para apoyar esta atención, la cual les permitirá a las víctimas hablar de sus emociones, sentimientos y experiencias y encaminarlas hacia una nueva significación.

Los beneficios de la música sobre el cuerpo, alma y espíritu son múltiples; recurrir a los recuerdos de las víctimas permite que ellas y ellos exterioricen sus emociones, sentimientos y vivencias, de tiempos pasados y presentes. De esta manera se pretende que la música se constituya en una herramienta transformadora de experiencias, en un vehículo que permita trabajar con las víctimas las experiencias vividas, dando paso a una atención adecuada que permita la elaboración y resignificación del acto violento.

Para el desarrollo de esta técnica se proponen las siguientes actividades:



Musí-foro

Según Lira (2010), el foro es una herramienta pedagógica que activa y propicia la participación de las y los sujetos, tanto a nivel individual como grupal y social, mediante la expresión de sus creencias, actitudes y valores; posibilitando en estos/as el desarrollo de habilidades cognitivas y expresivas. Por medio de esta actividad “*Musi-foro*”, se busca que las y los participantes puedan expresar sus ideas, pensamientos, sentimientos y opiniones acerca de la violencia sexual y a partir de estas, identificar aspectos de sus historias de vida que pueden ser resignificados a través del dialogo y el debate provocado por la música.

Inicio de la actividad

La/el dinamizador de la actividad deberá:

- Conocer previamente la lista de canciones que contiene el CD para elegir la que utilizará en el encuentro con las víctimas.
- Alistar los materiales necesarios para realizar la actividad (grabadora- equipo- CD)

Desarrollo de la actividad

- Motivar a las y los participantes a escuchar la canción, se puede invitar a quienes conocen la letra para que la cantante
- Provocar el diálogo y conversación a partir del contenido de la canción. Se pueden utilizar algunas preguntas orientadoras, tales como:
 - ¿Qué sentimientos o emociones les genera haber escuchado la canción?
 - ¿Qué recuerdos les evoca?
 - ¿Qué ideas u opiniones les suscita la letra de la canción?
 - ¿Qué reflexiones provoca la letra de la canción?

Cierre de la actividad

- Se sugiere al dinamizador/a retomar algunos comentarios de las y los participantes alusivos a ideas, opiniones o aspectos que resultan importantes para las víctimas en su proceso de elaboración y resignificación de las experiencias vividas.
- Retroalimentar los comentarios de las y los participantes resaltando la importancia de hablar y expresar sobre lo vivido, así como de mantener la esperanza a pesar de lo difíciles y doloras que sean las situaciones vividas.
- Agradecer por la asistencia y participación en el encuentro y reconocer el valor de las víctimas para exteriorizar sus sentimientos, ideas, opiniones ...

REPERTORIO DE CANCIONES

NOMBRE

Creo en mi – Natalia Jiménez

RESEÑA

Es una producción discográfica de la cantautora Natalia Jiménez, publicada en el año 2015. Esta canción describe las diferentes situaciones de la vida, donde nos sentimos derrotados, sin embargo, siempre debemos creer en las capacidades que tenemos de superarnos y salir adelante a pesar de las dificultades u obstáculos que se nos presenten en la vida.



Resistiré – 2020 colaboración española

Esta canción apareció en el año de 1988, fue compuesta por Manuel de la Calva y Carlos Toro Montoro. En su letra resalta las situaciones difíciles que en el transcurso de la vida los seres humanos se ven obligados a enfrentar, pero rescata la fuerza y valentía con la que se debe luchar, para entender que se tiene el derecho de sentirse débil, acongojado o triste, pero que debe ser más grande la valentía, ganas de luchar y superar las adversidades para poder triunfar.

Color esperanza – Diego Torres

Esta canción compuesta por el argentino Coti Sorokin, contiene un mensaje positivo, en el cual se incluye la esperanza de la vida ante las difíciles situaciones que se presentan; invita a no perder la esperanza y creer que siempre habrá una solución aunque todo se torne difícil.

Al final – Lilly Goodman

La canción permite sentir una conexión de esperanza ante un momento difícil, dando un mensaje esperanzador, aun cuando las situaciones se tornen negativas y poco esperanzadoras, la canción contiene un mensaje de paciencia y esperanza en Dios, lo cual permitirá comprender posteriormente la razón por la cual se vivieron las experiencias difíciles.

Amor y control – Rubén Blades

Es una canción escrita por el cantante Rubén Blades mientras su madre agonizaba en el hospital debido a un cáncer que la llevó a la muerte. Habla sobre el control que se requiere para edificar la familia, pero de igual manera la gran necesidad de mantener el amor para enfrentar las situaciones difíciles.

La vida es un carnaval – Celia Cruz

La canción fue escrita por Víctor Daniel; es una invitación a vivir la vida con alegría, aunque existan situaciones difíciles. Se resalta la alegría, las ganas de vivir, la actitud de positivismo y tener en cuenta que todo en la vida es pasajero.

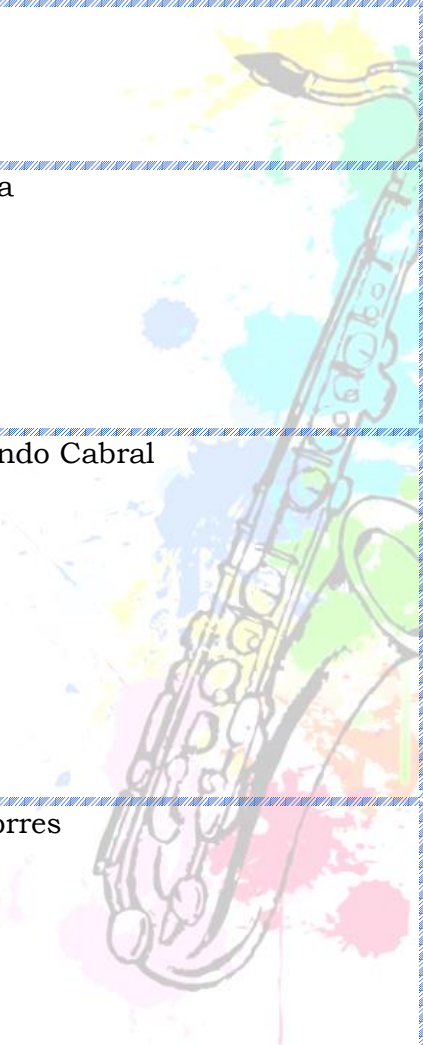
Yo viviré – Celia Cruz

Esta canción fue escrita por Freddie Perren y Dino Fekaris. Es una adaptación realizada por la cantante Celia Cruz, que invita a vivir con alegría, como estrategia de vida para superar las dificultades, como corriente energética para luchar por los sueños; en esta canción se le da gran relevancia al significado que tiene la voz como herramienta de lucha, aunque intenten acallarla y herramienta de sanación.

Esta vida – Jorge Celedón

La canción refleja una mirada positiva y enamorada de la vida, se agradece por todos los momentos y experiencias vividas. Sin importar las situaciones de angustia siempre





Todo cambia – Mercedes Sosa

se debe agradecer por un día más de vida, por las cosas sencillas, por los buenos momentos y por los mensajes valiosos y hermosos.

Esta canción fue compuesta por el chileno Julio Numhauser, es una canción impregnada de esperanza, debido a que, en el contexto de la dictadura chilena, surge la expectativa de superar ese difícil momento y que luego vendrán tiempos mejores.

Este es un nuevo día – Facundo Cabral

La canción permite comprender las oportunidades que tenemos diariamente, para el autor es vital enmarcar la importancia de agradecer por todos los días en los que tenemos la oportunidad de despertarnos de nuevo, porque, aunque esto se convierta en una rutina, un nuevo día, es la oportunidad de comenzar de nuevo y luchar por ser feliz.

La vida es un Vals – Diego Torres

Esta canción aborda el miedo como una oportunidad para el crecimiento personal, esta emoción se convierte en el motor que impulsa a los sujetos a arriesgarse a cosas nuevas y desconocidas. Enmarca la importancia de renovar los sueños; reconocer el dolor como una herramienta que te impulsa a defender con fuerza tus



Gracias a la vida - Mercedes Sosa

proyectos y la importancia de soltar el pasado y darse la oportunidad de soñar.

Esta canción es un agradecimiento a la vida por todo lo que diariamente nos ofrece, la cantante por medio de esta canción agradece por sus sentidos los cuales le han permitido percibir la majestuosidad de las cosas que la rodean; agradece de igual manera por su cuerpo, que ha sido el vehículo para poder percibir las emociones y sentidos que permiten reconocer la belleza de vivir.

Bio-danza



La biodanza, según Castañeda y Chalarca (2004), es “un sistema que integra la música, el movimiento y la vivencia, el objetivo fundamental es el desarrollo de las potencialidades humanas, en sus tres dimensiones: individual, colectiva y en relación con el entorno.” (p. 58)

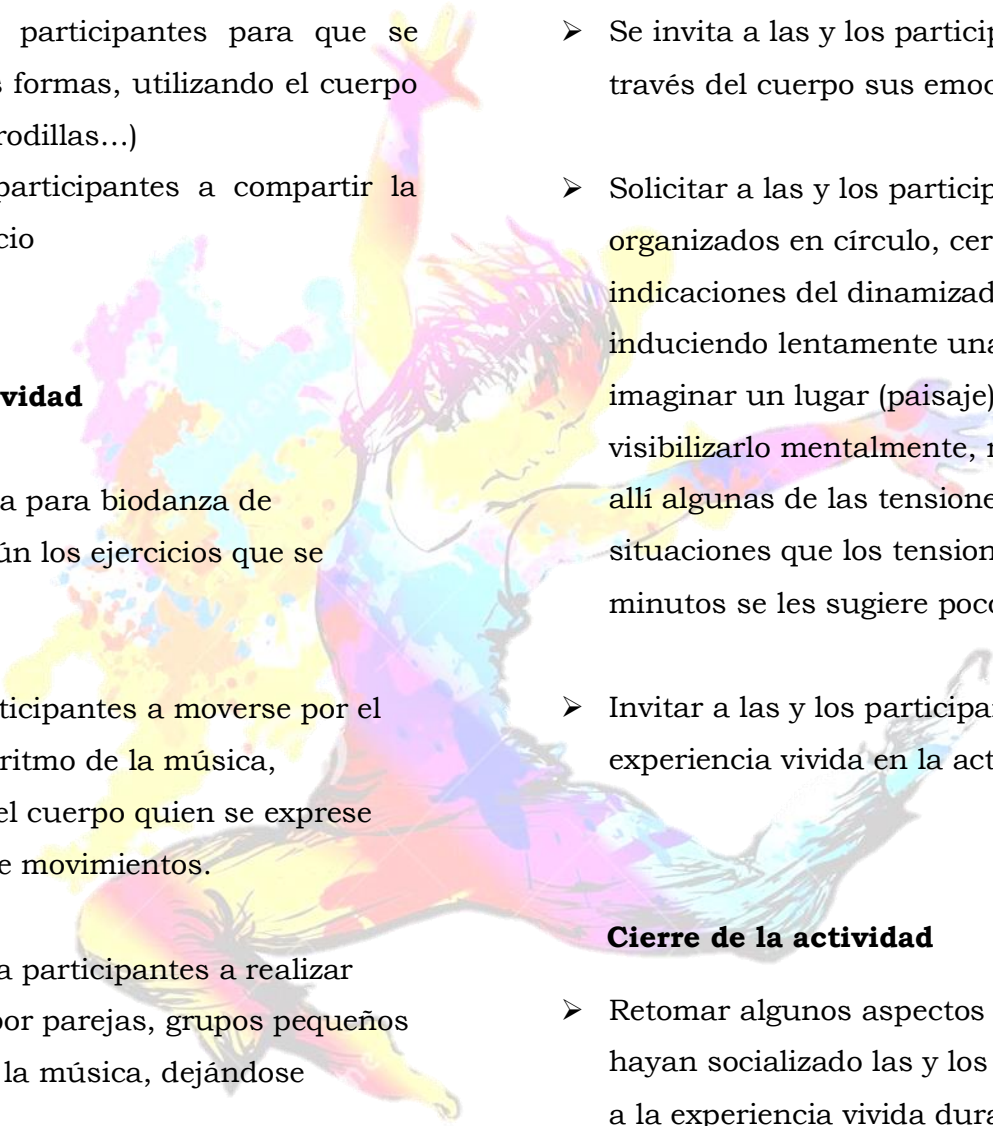
A través de esta actividad, se pretende permitir a las víctimas exteriorizar sentimientos, emociones y experiencias que en algunas ocasiones no pueden ser verbalizadas por diferentes razones; es así, que la biodanza utiliza el cuerpo como medio para facilitar la expresión, en palabras de Castañeda y Chalarca (2004),

esta permite “experimentar nuevas actitudes, nuevas aperturas y maneras para mejorar cada uno de los aspectos que contempla las líneas de vivencia; además invita a que cada persona descubra la adopción de nuevas aptitudes frente a la vida.” (p. 59)

Inicio de la actividad

Para la realización de esta actividad, el/la dinamizadora del encuentro deberá:

- Alistar el material requerido para el desarrollo de la actividad (grabadora y el CD).
- Invitar a las y los participantes a que se movilicen por el espacio, que lo reconozcan, que se contacten con sus compañeros/as a través de la mirada, que suelten el cuerpo, que tomen conciencia de este.

- 
- Motivar a las y los participantes para que se saluden de diferentes formas, utilizando el cuerpo (manos, pies, codos, rodillas...)
 - Invitar a las y los participantes a compartir la experiencia del ejercicio

Desarrollo de la actividad

- Colocar música propia para biodanza de diferentes ritmos según los ejercicios que se proponen.
- Invitar a las y los participantes a moverse por el espacio, siguiendo el ritmo de la música, permitiendo que sea el cuerpo quien se exprese libremente a través de movimientos.
- Se motiva a las y los a participantes a realizar diferentes ejercicios por parejas, grupos pequeños siguiendo el ritmo de la música, dejándose interpelar por esta.

- Se invita a las y los participantes a expresar a través del cuerpo sus emociones, sentimientos
- Solicitar a las y los participantes sentarse organizados en círculo, cerrar los ojos y seguir las indicaciones del dinamizador/a, quien ira induciendo lentamente una relajación que invita a imaginar un lugar (paisaje) que les agrade, visibilizarlo mentalmente, reposar en este, dejar allí algunas de las tensiones, angustias, tristezas, situaciones que los tensionan; después unos minutos se les sugiere poco a poco abrir los ojos.
- Invitar a las y los participantes a compartir la experiencia vivida en la actividad.

Cierre de la actividad

- Retomar algunos aspectos relevantes de lo que hayan socializado las y los participantes respecto a la experiencia vivida durante la actividad

- Enfatizar en la importancia de participar en las actividades y compartir lo vivido como parte esencial en el proceso de resignificación y reconfiguración de las experiencias vividas
- Agradecer la asistencia y participación





Expresión Gráfica

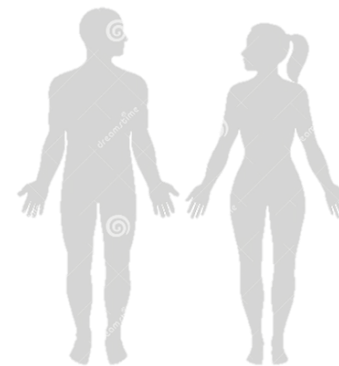
Para Chiapas (2010), la expresión gráfica comprende “los modos de expresión como el dibujo o la pintura, que utilizan cualquier tipo de instrumento permitiendo realizar, en dos dimensiones, la inscripción o impresión física de algunas formas sobre algún soporte”. (p. 57)

La expresión en su forma gráfica no es algo reciente en la historia de la humanidad, sino por el contrario, se remonta a los inicios de la vida humana, se concibe el dibujo como una forma de permanecer en la historia, de perpetuar el fugaz paso del ser humano por el mundo; es la capacidad que tiene el hombre de simbolizar para poder recordar y contar lo que alguna vez en la historia existió.

Esta técnica pretende que las víctimas de violencia sexual puedan expresar gráficamente algunas de las experiencias vividas, situaciones, emociones, sentimientos en torno a los hechos victimizantes, en tanto, que, para algunas víctimas es difícil narrar y exteriorizar los daños provocados por la violencia sexual, por tal motivo, se recurre a la expresión gráfica para facilitar estas narrativas.

Las actividades que se proponen para el desarrollo de esta técnica, son las siguientes:

Cartografía corporal



La violencia sexual ha dejado en sus víctimas marcas imborrables en sus cuerpos y almas, los daños producto de los hechos violentos se anclan a sus memorias, lo cual ha repercutido en su salud física, psicológica y emocional, en este sentido, las cartografías corporales según Barrientos, Espinoza y Silva (s.f) cumplen la función de

Estimular la emergencia de significados y discursos encarnados en un cuerpo protagonista de la biografía del sujeto. Sus procedimientos buscan articular saberes en una co-construcción de escritura, relato oral y gráfica autobiográfica con las que se elabora una geografía de la experiencia corporal a partir de relaciones interpersonales con figuras significativas y autoanálisis de experiencias que emergen desde los niveles intrapsíquicos entramados con escenarios socioculturales y afectivos donde ocurrieron los eventos seleccionados. (p.166)

De ahí, la importancia de implementar esta técnica de mapas corporales o cartografía corporal con las víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado.

Inicio de la actividad

Para el desarrollo de esta actividad, el/la dinamizadora del encuentro deberá:

- Alistar el material requerido para el desarrollo de la actividad (pliegos de papel periódico, marcadores, cinta)
- Solicitar al grupo que se organice en círculo
- Invitar a las y los participantes a jugar “Tingo – Tango”, el cual consiste en rotar un objeto entre las y los participantes mientras el dinamizador/a cuenta tingo- tingo-tingo-tingo, a la voz de tango, quien quede con el objeto deberá tomar una papeleta en la cual encontrará una pregunta:
 - ¿Cuál ha sido el momento más feliz que ha vivido?
 - ¿Qué es lo que más recuerda de su adolescencia?
 - ¿Qué situaciones han marcado su vida?
 - ¿Qué actividad disfruta realizar?
 - ¿Qué le gustaría cambiar de su entorno?
 - ¿Qué metas tiene a futuro?

- Invitar a las y los participantes a compartir como se sintieron en el ejercicio

Desarrollo de la actividad

- Se entrega a cada participante pliegos de papel periódico y marcadores
- Se pide a cada participante que dibujen en el papel, la silueta de su cuerpo.
- Una vez dibujada la silueta del cuerpo, invitar a las y los participantes a que ubiquen (señalen, dibujen, marquen) en esta: emociones, sentimientos, situaciones, pensamientos, ideas, experiencias que las y los hayan marcado en la vida. En la silueta, se pueden ir retomando parte por parte. Ejemplo: En la cabeza: ubicar aquellos pensamientos – ideas, recuerdos que consideren son importantes – significativos- recurrentes; en los ojos: situaciones, imágenes que han visto y los han impactado; en la boca: aquellas cosas que han querido decir - expresar y no han podido; en

los oídos: expresiones que han escuchado y los/as lastimado y así sucesivamente con cada parte del cuerpo.

- Terminado el ejercicio, motivar a las y los participantes a compartir su cartografía corporal

Cierre de la actividad

- Retroalimentar el ejercicio realizado por las y los participantes, reconociendo la valentía de quienes compartieron su cartografía y resaltar la importancia de hablar sobre aquello que guardamos en nuestra mente, corazón y cuerpo sobre nuestra historia y que debe ser superado y resignificado para lograr estar mejor emocional, psicológica y físicamente.
- Invitar a las y los participantes a compartir con el grupo cómo se sintieron haciendo el ejercicio

Mándalas



Las mándalas son una forma de expresión gráfica, su origen según Pinto (2017), citando a Osnajanski (2005), se deriva de una palabra: “de origen Sancrito, podría traducirse como “concreción de la esencia”: 3). Este diseño se encuentra presente en la forma en que se organiza la naturaleza; desde lo macro, al observar los planetas y sistemas, como también en lo micro, encontrándose en los ojos, el átomo, la célula etc.” (p. 151)

Las mándalas son trazos que se representan por medio de un lenguaje simbólico, los cuales según Pinto (2017),

activan capas profundas de la afectividad y emotividad de la persona, ya sea por medio de la contemplación, coloreado y/o creación, permitiendo a través de estos medios, una apertura hacia la dimensión emocional, en una experiencia que involucra a la persona en su totalidad de cuerpo, emoción y mente. (p. 154).

Algunos expertos mencionan la importancia de estos diseños gráficos en la activación cerebral, debido a que como lo menciona Molgas (2012) “el hemisferio derecho prestará atención a tu parte creativa, a los colores que se usarán, a las emociones que se despertarán, el hemisferio izquierdo captará las figuras geométricas que hay en ellos.” (p. 13)

Según la revista Cromos (2016), establece que para el desarrollo de esta técnica puede darse de dos formas: La primera es pintar la mándala desde afuera hacia dentro, lo cual significa que la persona quiere “buscar su centro”, contactarse con la esencia de su subconsciente y la segunda consiste en pintar la mándala desde adentro hacia fuera, esto indica un ánimo de exteriorizar las emociones, de sacar lo que se lleva dentro.

De ahí, el interés de implementar esta técnica con las víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado, en tanto que, las mándala se convierten en la posibilidad de activar cognitiva y emocionalmente a las y los sujetos para provocar en estos/as reacciones que puedan contribuir a la resignificación y reconfiguración de sus experiencias y proyectos de vida.

Inicio de la actividad

Para el desarrollo de esta actividad, el/la dinamizadora del encuentro deberá:

- Alistar el material requerido para el desarrollo de la actividad (hojas de papel, colores, marcadores, crayolas)
- Motivar a las y los participantes a realizar el ejercicio
- Ambientar la actividad con música clásica-instrumental

- Invitar a las y los participantes para que se ubiquen cómodamente en el espacio en el que se encuentran.

Desarrollo de la actividad

- Invitar a las y los participantes para que en la hoja que les fue entregada realicen a través de un gráfico lo que hasta el momento ha sido su vida, deben realizarlo en un tamaño grande, de ser posible de toda la hoja.
- Indicar a las y los participantes que el gráfico debe plasmar – representar: sentimientos, miedos, sueños, deseos, dudas, experiencias, momentos...para lo cual deben utilizar diferentes colores.
- Motivar a las y los participantes a compartir con sus compañeros/as las representaciones gráficas que realizaron

Cierre de la actividad

- Retroalimentar la actividad realizada, resaltando la participación, aportes e importancia de exteriorizar, expresar y compartir sobre sí mismos/as y sobre las experiencias vividas, lo cual aportará de manera positiva a la resignificación de estas.

Pintura Libre



La pintura es una forma de expresión gráfica, la cual según Hernández (s.f), es “una de las bellas artes.

Designa - las obras de arte ejecutadas por medio de líneas y colores” (p. 13). Los beneficios que tiene para las personas son múltiples, dentro de ellos Cendoya y Yañez (2010), destacan: “el acceso a emociones, deseos, fantasías, cuya expresión directa no está disponible.” (p. 40)

El propósito de esta actividad es posibilitar en las víctimas de violencia sexual la expresión de sentimientos, emociones, situaciones, experiencias vividas en el marco del conflicto armado.

Inicio de la actividad

Para el desarrollo de esta actividad, el/la dinamizadora del encuentro deberá:

- Alistar el material requerido para el desarrollo de la actividad (hojas de papel, colores, marcadores, crayolas, pintura)

- Motivar a las y los participantes a realizar la actividad
- Ambientar de ser posible la actividad con música clásica- instrumental
- Invitar a las y los participantes para que se ubiquen cómodamente en el espacio en el que se encuentran

Desarrollo de la actividad

- Invitar a las y los participantes para que a través de la pintura libre puedan expresar aquellas situaciones que les gustaría cambiar, mejorar, resolver de sus vidas.

- Motivar a las y los participantes a compartir con los compañeros de grupo la pintura realizada

Cierre de la actividad

- Retroalimentar la actividad realizada, retomando aspectos relevantes expresados por las y los participantes
- Agradecer la asistencia y participación en el encuentro

Luego el/la tallerista determinara que actividad desea desarrollar durante la sesión, a continuación, encontrara algunas opciones.

Actividades propuestas para el desarrollo de la expresión grafica

Actividad

N° 3 – Autorretrato

Desarrollo

Materiales: Hojas, lápices y pinturas.

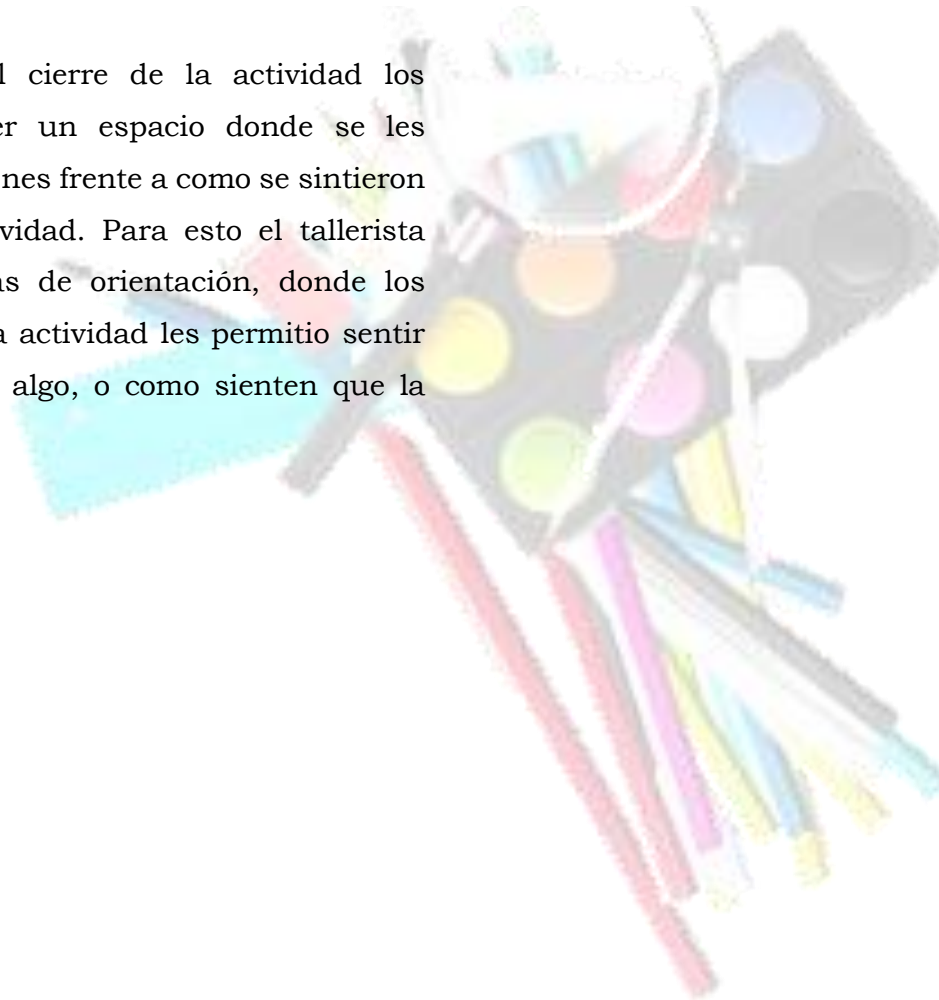
Tiempo: 50 minutos

Descripción de la actividad:

1. Para esta sesión es necesario que el/la tallerista tenga una grabadora y y el CD con la canción Confesiones frente al espejo de Alejandro Lerner.
2. Se pedirá a los participantes que cierren sus ojos y escuchen atentamente la canción.
3. Luego el/la tallerista preguntara a los participantes que sintieron o recordaron cuando escucharon la canción.
4. Posteriormente se entregará a cada participante los materiales que permitirán la construcción del autorretrato.
5. Luego, indicará a las y los participantes que deben pintarse/autorretratarse a sí mismo, luego de los sentimientos que suscitaron la canción.
6. Una vez los participantes hayan terminado sus autorretratos, se les pedirá socializar con los demás, el trabajo realizado.

Cierre de la actividad

Es necesario que para el cierre de la actividad los participantes puedan tener un espacio donde se les permita expresar sus opiniones frente a como se sintieron en el desarrollo de la actividad. Para esto el tallerista puede recurrir a preguntas de orientación, donde los participantes expresen si la actividad les permitio sentir algo, o pudieron descubrir algo, o como sienten que la actividad los/las ayudan.





Expresión dramática

La expresión dramática, según Chiapas (2010), es considerada como “los modos de expresión, en los cuales unos sujetos utilizan el lenguaje verbal y/o corporal para representar y problematizar determinadas situaciones humanas, frente a la mirada de otros sujetos.” (p. 51)

Esta estrategia enmarca la importancia que tiene que, las víctimas sean participantes activos de cada una de las sesiones que se desarrolla, esto incluye fomentar en ellos/ellas la imaginación, como lo menciona Castañeda y Herrera (2013) donde mencionan que “la imaginación está presente en todos los seres humanos, tiene la función de transformar la visión de la realidad y expresarla en lenguajes y realidades artísticas.” (p. 32)

Entre las actividades que se propone desarrollar en esta estrategia se encuentran:



Socio drama

El socio drama, es una forma de expresión dramática, la cual es definida por Oyola (2015) citando a Slade (1999), como “una actuación en la que se utilizan gestos, acciones, palabras; tienen como objetivo mostrar elementos para el análisis de cualquier tema, basándose en situaciones o hechos de la vida real que después se analiza” (p. 56-57).

Algunos de los beneficios que se enmarcan en el desarrollo del socio drama a los sujetos que lo practican, se mencionan según Castillo (2013),

proporcionar al hombre libertad y control de su destino, su relación con los demás lo lleva a reorganizar sus relaciones con el mundo y a readaptar sus roles diarios (madre, padre, hijo, amigo, empleado, etc.) La representación de un suceso traumático, el revivirlo ahora en el grupo, ayuda al individuo a terminar con la tensión y a tomar conciencia de su situación. (p. 120-121).

Para el desarrollo de esta actividad, el/la dinamizadora del encuentro deberá:

Inicio de la actividad

- Motivar la participación de las y los asistentes
- Organizar el grupo en subgrupos de acuerdo al número de participantes

Desarrollo de la actividad

- Invitar a los grupos a que elijan una situación de las tantas por las cuales han tenido que pasar en el marco del conflicto armado y la representen mediante una expresión dramática o socio drama.
- Motivar a las y los participantes a socializar con los compañeros de grupo

Cierre de la actividad

- Retroalimentar la actividad realizada, reconociendo la participación y aportes de las y los participantes
- Motivar a las y los participantes a compartir como se sintieron en la actividad



Juego de roles

El juego de roles es una forma de expresión dramática, la cual según Dosso (2009), la define como “una actividad en la que los “jugadores”, en un proceso de simulación, representan a actores de la realidad, constituyendo un conjunto de individuos que operan por empatía con la “otredad”, es decir, se ponen en la situación del “otro”. Este proceso empático permite comprender en una cierta medida las cuestiones, conflictos, necesidades, expectativas, intereses y motivaciones del “otro” en torno a una realidad de la cual todos forman parte: actores reales y actores en representación. (p.15)

En el juego de roles, se representa una situación en la cual las y los participantes asumen la identidad de algún personaje que deben representar.

Con esta actividad se pretende posibilitar la exteriorización de situaciones vividas por las víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado, con el fin de contribuir en la resignificación o reconfiguración a nivel emocional y psicológica.

Para el desarrollo de esta actividad, el/la dinamizadora del encuentro deberá:

Inicio de la actividad

- Motivar la participación de las y los asistentes
- Organizar el grupo en subgrupos de acuerdo al número de participantes

Desarrollo de la actividad

- El/la dinamizadora del encuentro entregará a cada grupo un papel con una palabra relacionada con el conflicto armado (violencia, secuestro, desplazamiento, tomas, masacres), la cual deberán representar asignado a cada uno de los integrantes el rol que deben representar
- Invitar a los grupos a socializar la representación organizada a partir de la palabra asignada

Cierre de la actividad

- Retroalimentar la actividad realizada, reconociendo la participación y aportes de las y los participantes
- Motivar a las y los participantes a compartir como se sintieron en la actividad sentimientos, sensaciones, tensiones, recuerdos que suscito la actividad.

Referencias

Castañeda, G. & Chalarca, C. (2004). La biodanza como practica corporal en relación con la promoción de la salud.

Universidad de Antioquia. Medellín. Recuperado de: <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/94-biodanza.pdf>

Castañeda, Y. & Herrera, C. (2013). La expresión dramática: el mundo de los niños y las niñas (proyecto curricular de

educación infantil). Universidad pedagógica nacional, Bogotá, Colombia. Recuperado de:

<http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2428/TE-16468.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Castillo, Beliza. (2013) "Psicodrama, Sociodrama y Teatro del Oprimido de Augusto Boal: Analogías y Diferencias," Teatro: Revista de Estudios Culturales / A Journal of Cultural Studies: Número 26, pp. 117-139. Recuperado de: <https://core.ac.uk/download/pdf/46707297.pdf>
- Cendoya Aburto, Daniela, & Yáñez Castillo, Ignacio (2010). La pintura como forma de expresión en un dispositivo grupal infantil: Análisis de una experiencia en un contexto de salud pública. Revista de Psicología, 19(1),35-60. ISSN: 0716-8039. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=264/26415221003>
- Chiapas. (2010). Manual para la Animación Sociocultural. Colectivo por una educación sociocultural. México.
- Cromos. El Espectador. (2016). La magia y el poder de los mándalas. El espectador. Recuperado de: <https://www.elespectador.com/cromos/horoscopo-y-predicciones-2013/articulo-145489-la-magia-y-el-poder-de-los-mandalas>
- Hernández, H. (s.f). Cuadernos de cultura, el arte de la pintura, medio de comunicación. Universidad autónoma nuevo león. N° 12. Recuperado de: <http://cdigital.dgb.uanl.mx/la/1020091862/1020091862.PDF>
- Lira Valdivia, Rosa Inés (2010). LAS METODOLOGÍAS ACTIVAS Y EL FORO PRESENCIAL: SU CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DEL PENSAMIENTO CRÍTICO. Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación", 10(1),1-18. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=447/44713068008>
- Molgas, D. (2012). El mándala , una herramienta isométrica introductoria en el conocimiento de la personalidad de los estudiantes. Recuperado de: <http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/1117/tpem10.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Ordoñez, J. & Vergara, M. (1999). Páginas sobre la expresión artística. Revista arte, individuo y sociedad. 11: p. 39-46.
- OYOLA SUYÓN, Beberly (2015). El sociodrama en el desarrollo de habilidades sociales de niños del segundo grado de primaria. UCV-HACER. Revista de Investigación y Cultura, 4(2),54-61.[fecha de Consulta 18 de Abril de 2020]. ISSN: 2305-8552. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=5217/521751974007>
- Rodriguez, L., Yunis, K., & Girón, C. (2015). Resignificación del sentido de la vida de personas desvinculadas y desmovilizadas del conflicto y contribución de las redes de apoyo en su transición hacia la vida civil. Informes Psicológicos, 15(1), pp. 105-126. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194124728008.pdf>
- Silva, J. Barrientos, J. & Espinoza, R. (s.f). Un modelo metodológico para el estudio del cuerpo en investigaciones biográficas: los mapas corporales. P. 163-182. Recuperado de:
https://scielo.conicyt.cl/pdf/alpha/n37/art_12.pdf
- Otero, M. (2006). Emociones, Sentimientos y Razonamientos en Didáctica de las Ciencias. Revista Electrónica de Investigación en Educación en Ciencias, 1(1),24-53. [fecha de Consulta 7 de Abril de 2020]. ISSN:
Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2733/273320433004>
- Iberri, A. (s.f). ¿Qué es un proyecto de vida? Recuperado de:
https://moodle2.unid.edu.mx/dts_cursos_md1/lic/AE/VC/AM/AF/proyecto_de_vida_nuevo.pdf
- Hernández, O. (s.f). PROYECTO DE VIDA Y DESARROLLO INTEGRAL HUMANO. Revista internacional crecemos 1-2. Puerto Rico. Recuperado de:
<http://biblioteca.clacso.edu.ar/ar/libros/cuba/cips/caudales05/Caudales/ARTICULOS/ArticulosPDF/07D050.pdf>

- Uribe, Utrilla & Santamaria. (2017). Diseño de juegos de mesa. Una introducción al tema con enfoque para diseñadores industriales. Revista Legado de Arquitectura y Diseño, núm. 21, 2017. Universidad Autónoma del Estado de México. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/4779/477948279062/html/index.html>
- La Mancha, Centro de Investigación y Capacitación de Recreación Juego y Campamento. (1994). Concepto de Juego La Mancha. Uruguay. Recuperado de: <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/3765/1/PowerPoint%20-%20TEMA4.pdf>
- Chaparro, A. Muñoz, M. Rodríguez, L. & Trujillo, N. (2015). La lúdica como estrategia pedagógica para el mejoramiento de la convivencia escolar. Fundación universitaria los libertadores. Especialización en pedagogía de la lúdica. Bogotá D.C. recuperado de <https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/428/ChaparroRinc%c3%b3nAlexandra.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Romo, A. (2008). TEMA 4. AUTOCONCEPTO. Diplomatura en nutrición humana y dietética. Departamento de Psicología de la Salud. Recuperado de: <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/3765/1/PowerPoint%20-%20TEMA4.pdf>

