

Herramientas psicosociales para el apoyo emocional de adolescentes y jóvenes en Proceso Administrativo de Restablecimiento de Derechos -PARD- Clubes Prejuveniles y Juveniles



**Herramientas psicosociales para
el apoyo emocional de adolescentes
y jóvenes en Proceso Administrativo de
Restablecimiento de Derechos -PARD- Clubes
Prejuveniles y Juveniles**

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar

Directora General

Elvira Forero Hernández

Directora Técnica

Martha Liliana Huertas

Subdirectora de Intervenciones Directas

Ingrid Rusinque Osorio

Comité técnico

Carlina Zárate Olaya ICBF

Margarita Montenegro Alvarez – ICBF

Martha Islena Caipa de Alvarino - ICBF

Rommel Rojas Rubio - OIM

Sandra Ruiz - OIM

Coordinación Editorial

Henry Matallana Torres

Jefe Oficina de Comunicaciones y Atención al

Ciudadano del Instituto Colombiano de Bienestar

Familiar (ICBF)

Primera edición, Diciembre de 2008

© Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
Organización Internacional para las Migraciones

Diseño e impresión

Códice Ltda

ISBN: 978-958-8469-26-3

Herramientas psicosociales para el apoyo emocional de adolescentes y jóvenes en Proceso Administrativo de Restablecimiento de Derechos -PARD- Clubes Prejuveniles y Juveniles

Esta publicación fue posible gracias al Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), y al apoyo técnico de la Organización Internacional para las Migraciones (OIM). Los contenidos son responsabilidad del ICBF y la autora y no necesariamente reflejan las opiniones de la OIM.

Agradecimientos especiales al gobierno de Estados Unidos y a su Agencia para el Desarrollo Internacional (USAID) por la contribución al Programa de Atención a Niños y Niñas Desvinculados y en Riesgo de Reclutamiento de la OIM.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
Avenida Carrera 68 N° 64 C 75 PBX 437 7630
Línea Gratuita Nacional Bienestar Familiar 01 8000 91 80 80
www.icbf.gov.co

Instituciones participantes

Organización Internacional para las Migraciones (OIM)

José Ángel Oropeza

Jefe de Misión

Autora Módulo

Liz Arévalo Naranjo

Consultora

Asistente del proyecto

Erika Marcela Viloría Pinilla

CONTENIDO

PRESENTACIÓN	5
PROPÓSITO:	6
Punto de partida:	6
REFLEXIONES ACERCA DE LA VIOLENCIA	7
1. CUANDO LA VIOLENCIA HA SIDO PARTE DE LOS RELATOS SOBRE LA PROPIA IDENTIDAD	11
Herramientas	15
1. Mi historia: geografía visible e invisible	15
2. EL ÁRBOL DE LA VIDA: UNA APERTURA PARA CONTAR Y ESCUCHAR HISTORIAS ESPERANZADORAS	17
Primer paso. Introducción al ejercicio: el árbol de la vida.	18
Segundo paso. Invitación a dibujar el árbol de la vida.	18
Tercer paso: el bosque de la vida	19
Cuarto paso: las tormentas de la vida	20
Quinto paso: narración de las experiencias del árbol de la vida	20
Sexto paso: cierre	20
3. EXPLORAR POSIBILIDADES	21
Mapa para explorar posibilidades	22
4. FORTALECIMIENTO DE LA IMAGEN COMPETENTE DE LOS ADOLESCENTES Y JÓVENES FACILITANDO LA SUPERACIÓN DE LOS EFECTOS DEL ABUSO SEXUAL	23
Primer paso: definición de las dificultades	23
Segundo paso: externalizar el problema	24
Tercer Paso: identificar las excepciones a la conducta y a los sentimientos dominados por el abuso	24
Cuarto Paso: estimular a los adolescentes y jóvenes a abrigar ideas de acción personal o competencia dándoles plena significación de las excepciones	25
Quinto Paso: invitar a los adolescentes y jóvenes a elaborar una imagen de sí mismos a través de preguntas de autopercepción y orientación a futuro	25
Sexto Paso: cierre	25
5. CUANDO LA VIOLENCIA SE HA CONVERTIDO EN UN REFERENTE DE IDENTIDAD: ELABORACIÓN DE UNA PERSPECTIVA ALTERNATIVA DE SÍ MISMO, DE LOS DEMÁS Y DE LAS RELACIONES	26
Mapa de conversación	27
¿QUÉ ENTENDEMOS POR EMOCIONES?	28
1. Apoyo emocional ante las pérdidas	29
Primer momento	30
Segundo momento	30
2. Encontrándonos con nuestras emociones	31
3. Herramienta para el apoyo emocional	33
Mapa para el apoyo emocional	34
BIBLIOGRAFÍA	35



PRESENTACIÓN

El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, como rector del Sistema Nacional de Bienestar Familiar, tiene a su cargo la articulación de las entidades responsables de la garantía de los derechos, la prevención de su vulneración, la protección y el restablecimiento de los mismos, en los ámbitos nacional, departamental, distrital, municipal y resguardos o territorios indígenas. (Art. 205, Código de la Infancia y la Adolescencia); por tal razón, el Icbf, crea la estrategia de construcción y fortalecimiento de redes familiares y sociales, para el acompañante psicosocial, como una forma de reflexión para entender, actuar y establecer la relación con las necesidades, derechos y obligaciones de niños, niñas y adolescentes en el proceso administrativo de restablecimiento de derechos, Clubes Juveniles y Prejuveniles.

En este sentido, es importante permitir a los adolescentes y jóvenes un proceso de atención psicosocial, que lleve a reconocer el valor de las narrativas de sus historias de vida, abordando ese mundo interior, que lo dejará crear y recrear, resignificar su identidad, su vida emocional, para una nueva ruta de vida; las herramientas psicosociales para el Apoyo emocional, están diseñadas para lograr este propósito, son de gran valor y el dejar expresarlos y comprenderlos, se convierten en herramientas fundamentales para todos aquellos que participan en el proceso, pero especialmente de los equipos psicosociales o interdisciplinarios, agentes educativos, comunitarios e institucionales.

Partiendo del imperativo que obliga a todas las personas a garantizar la satisfacción integral y simultánea de todos los derechos humanos, de niños, niñas y adolescentes, derechos que son universales, prevalentes e interdependientes; esta administración, se ha dado a la tarea de visibilizar a cada uno de ellos, teniendo en cuenta que hacen parte de una familia, una comunidad, una cultura y la sociedad en general; desde esta perspectiva, establecen relaciones que determinan y llevan a comprender la complejidad del ser humano, por eso es necesario crear estrategias que permitan dar respuesta a sus necesidades.

Lo anterior, enmarcado desde la protección integral de los niños, niñas y adolescentes, que establece el reconocimiento como sujetos de derechos, la garantía y cumplimiento de los mismos, la prevención de su amenaza o vulneración y la seguridad de su restablecimiento inmediato en desarrollo del interés superior.

Elvira Forero Hernández
Directora General ICBF

PROPÓSITO:

Este módulo propone aportar herramientas al proceso de acompañamiento psicosocial para:

- Favorecer la expresión y reflexión del adolescente/joven sobre sí mismo a la luz de su historia de vida y su mundo emocional.
- Promover la re-significación de historias dolorosas que obstaculizan la creación de una ruta de vida.
- Identificar experiencias y reflexiones constructivas que permitan elaborar mitos personales de incapacidad y recrear la identidad a partir de la identificación de recursos personales.

PUNTO DE PARTIDA:

Adelantar un proceso de atención psicosocial con los adolescentes y jóvenes del Programa de prevención y restablecimiento de derechos, implica detenerse y explorar las narrativas que éstos tienen sobre su historia de vida y los efectos que ha tenido para su mundo emocional haber vivido experiencias extremas o complejas en razón de la violencia de la que han sido víctimas, tales como: maltrato físico o psicológico, abuso sexual, negligencia, abandono de la familia, ausencia de redes, o la muerte de familiares que implica que el adolescente/joven quede en una situación legal de abandono.

Desde la perspectiva psicosocial que proponen los módulos, se plantea la importancia de reconocer la riqueza y complejidad de las narrativas y experiencias de cada joven, lo cual implica una apuesta por parte de

los acompañantes por la búsqueda de la novedad, la creatividad y la generatividad de capacidades y recursos, en medio de las historias dolorosas que han sido parte de la vida de los adolescentes y jóvenes.

Este módulo, se ocupa en particular por conocer y explorar con el adolescente/joven su mundo emocional, invitarlo a compartir sus historias dolorosas y explorar caminos inéditos para la superación de las mismas.

Lo anterior, reconociendo que de forma arbitraria este módulo concentra su atención en el mundo emocional “como si” estuviera desligado del contexto relacional que puede ser obstáculo o posibilidad para crear la ruta de vida soñada por el joven. Esto se debe entender como una opción para destacar la importancia de reconocer las emociones como escenarios que constituyen disposiciones para “leer” la propia vida y tomar decisiones que tejen en cada nudo la vida misma. En este marco, utilizamos la metáfora de la “Propia voz” para indicar la importancia de que ellos y ellas creen su identidad como protagonistas de su historia”¹.

Por último, es importante señalar que las reflexiones desarrolladas en este módulo están basadas en los módulos para el acompañamiento psicosocial con niños, niñas y jóvenes desvinculados de grupos armados ilegales².

1 Corporación Vínculos (2004). Módulos para el acompañamiento psicosocial con niños, niñas y jóvenes desvinculados del conflicto armado. Giro hacia tu voz. Bogotá: Corporación Vínculos, ICBF, OIM. P.9

2 Corporación Vínculos (2004). Módulos para el acompañamiento psicosocial con niños, niñas y jóvenes desvinculados del conflicto armado. Giro hacia tu voz. Bogotá: Corporación Vínculos, ICBF, OIM

REFLEXIONES ACERCA DE LA VIOLENCIA

Desde el enfoque sistémico la violencia no es un fenómeno individual o intrapsíquico, sino que emerge de las pautas relacionales que se crean entre los miembros que participan en ella, constituyéndose en un fenómeno interaccional. El observar los patrones, secuencias y creencias que mantienen la violencia, constituye un punto de partida para facilitar un cambio en el proceso de acompañamiento psicosocial.

Retomando las ideas de Ravazzola (1997)³, en el caso del maltrato se crea una relación de poder en la que se coloca al abusado o la abusada en la condición de objeto y no de sujeto, en el que la persona que ejerce su poder no advierte los daños que produce, los que van desde un malestar psíquico hasta lesiones físicas concretas. Quien ejerce el abuso no aprende a regular, a escuchar y a respetar los límites y mensajes de sí mismo y del otro, como son no quiero, no más, entre otros.

Esta autora describe las condiciones necesarias que concurren para que exista una interacción violenta en la familia:

- a. Una situación familiar en la que se presenta déficit de autonomía de los miembros, y una dependencia significativa de unos a otros, lo que no permite la salida de uno o varios participantes del circuito.
- b. Hay un supuesto de desigualdad jerárquica fija, que hace que los miembros del grupo deleguen la elección y decisión de lo que suceda, a aquel a quien reconocen como autoridad.

³ Ravazzola, M (1997). Historias infames: Los maltratos en las relaciones. Buenos Aires: Paidós. P.28

- c. Se crea un significado en el que el abuso se considera legítimo, por lo cual se justifica y en consecuencia queda impune.

A este respecto Sluzky (1994)⁴ refiere que así como se espera que las instituciones y el Estado cumplan un papel protector, en el ámbito familiar se espera que los padres y conyugues, se protejan a sí mismos, entre sí y a sus hijos de cualquier daño, cuando actúan con violencia tienden a hacerlo en un contexto semántico que la justifica y mistifica.

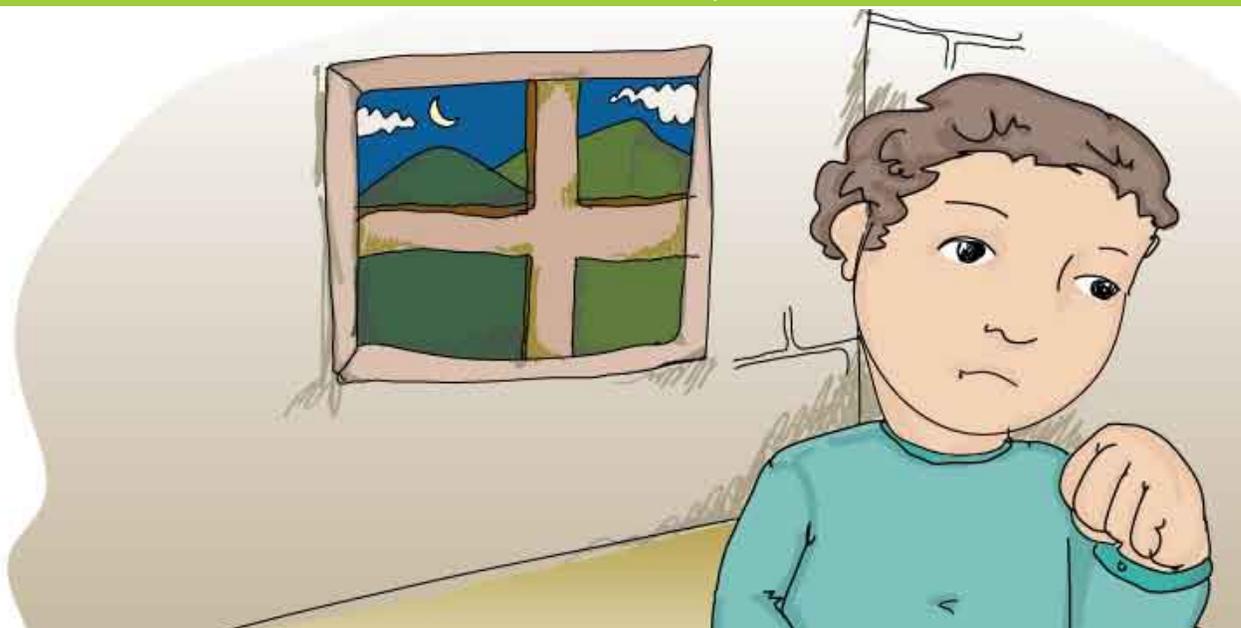
La sociedad y las familias tienen una función protectora con los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, ya que como adultos tenemos la responsabilidad de garantizarles sus derechos y cuidarlos(as). En ese sentido, “el efecto devastador de la violencia intrafamiliar son generados por la transformación del victimario, de protector a violento, en un contexto que mistifica o deniega las claves interpersonales mediante las cuales la víctima reconoce o asigna significados a los comportamientos violentos y reconoce su capacidad de consentir o disentir”⁵.

A través de sus acciones y comentarios, los perpetradores, los cómplices, los posibles espectadores testigos (aun del mejor intencionado) y aun la misma víctima poseen también el poder de facilitar, sembrar, inocular ciertos argumentos que mistifican, opacan y re-editan, por así decir, la naturaleza violenta del acto así como la responsabilidad de victimarios y la vez de las víctimas (Sluzki, 1996)⁶.

⁴ Sluzky, C (1994). Violencia familiar y violencia política: Implicaciones terapéuticas de un modelo en general. En: Nuevos paradigmas, cultura y subjetividad. Schnitman Dora Fried. Buenos Aires: Paidós. P. 351

⁵ Ibidem.

⁶ Citado por Sluzky, C (2006). Victimización, recuperación y las historias con “mejor forma”. En: Sistemas Familiares. Buenos Aires: ASIBA



Así la violencia adquiere características devastadoras cuando el acto de violencia es re-rotulado (Esto no es violencia, sino educación). Su efecto, por ejemplo el dolor físico (no te duele tanto) es negado. El colorario de valores es redefinido (lo hago por tu propio bien o lo hago porque te lo mereces). Los roles son mistificados (lo hago porque te quiero), o la posición de agentes es redirigida (tu eres quien me obliga a hacerlo)⁷.

De acuerdo con Sluzky (2006)⁸ a través de tergiversar a quien pertenece la iniciativa, mistificando el rol del victimario, la violencia puede definirse como forzada en el perpetrador por alguna otra instancia (Yo no quería hacerlo pero...), culpando, en ultima instancia, a la víctima (Hiciste que lo hiciera), circunstancias externas (Estaba estresado por mi trabajo, Sólo cumplía órdenes), las hormonas (¿Qué quieres?, ¡No estoy hecho de piedra!), los genes (Tú sabes que yo soy así, temperamental. ¿Por qué me provocaste?), los malos entendidos (Me invitaste a tu departamento, ¡así que no me digas que no esperabas que nos acostáramos juntos!), otras generaciones (Me estaba vengando de lo que tus abuelos hicieron a mis abuelos).

“Además, el perpetrador, el contexto y aun el imaginario de la víctima, puede forzar a ésta para que acepte una versión tergiversada de la realidad mediante amenazas de aislamiento social, riesgo o desesperanza si la víctima no adopta la versión mistificada, argumentando

vergüenza (¡Todos te conocen, y sabrán que, de verdad, tú lo provocaste, serás el hazme reír de todo el mundo!), falta de credibilidad (Nadie creerá tu acusación!), terror (Si se lo dices a alguien volveré y te mataré), locura (¡Estás totalmente loco(a)! ¡Eso nunca sucedió!).

En resumen, a través de esos procesos, luego de actos de violencia intensos y a veces persistentes, las víctimas y sujetos vulnerados tenderán a mostrar, ya sea grados variados de confusión o desorganización — el efecto de su capacidad disminuida para contar su historia de las circunstancias y retener la coherencia de su mundo —, ya distorsiones en la historia de la violencia en la cual ellas mismas ocupan, al menos en cierta medida, la posición de auto-perpetradoras o al menos los cómplices de su propia victimización y sufrimiento (Yo la provoqué; “Yo me la busqué; Yo me la merezco, Me lo debo haber imaginado”)⁹.

Siguiendo los planteamientos de Sluzky (1994) desde dichos significados, se crea un contexto en el que solo algunas personas del sistema tienen el poder de decidir que es lo que va a ser validado como real para todos los integrantes del sistema. Como dice Packman (1990)¹⁰, la persona es negada e invalidada como “sujeto social” y tratada como “objeto social”.

7 Sluzky, C (1994). Op. Cit. P. 353

8 Sluzky, C (2006). Op. Cit.

9 Ibidem

10 Packman, M. (1990). Notes on the Cybernetics of aggression. Conferencia dictada en Massachusetts General Hospital. Boston

Foucault (1979)¹¹ considera la violencia como un ejercicio de poder que afecta negativamente la libertad y la dignidad del otro, clarificando que en ocasiones no es un ejercicio de poder sino de dominación, en cuanto que quien está sometido al ejercicio de poder no puede resistirse. Estas relaciones de poder se promueven cotidianamente en distintos contextos y son valoradas altamente en la cultura patriarcal y occidental en la cual es difícil reconocer las implicaciones emocionales y sociales que tiene el promover relaciones de desigualdad y dominación por parte de un sujeto a otro.

De esta forma la violencia y el abuso sexual se dan en un contexto familiar, social, político y cultural. Con respecto a este último Perrone (1998)¹² prefiere para los casos de abuso sexual, hablar de víctima y abusador para significar que la persona abusada no es culpable ni responsable del abuso. Entre la víctima y el abusador se teje una relación de complementariedad constituyéndose o que él llama “la relación del hechizo”, en la que la víctima vive el acto en un estado de confusión, de conciencia reducida, sin sentido crítico, con una imposibilidad de rebelarse. Las características de la comunicación son: los mensajes son contradictorios que provocan sorpresa y perplejidad, no hay escucha del otro, y hay una utilización de la represalia oculta (el niño va a dañarse a sí mismo y a su familia si se rebela). La relación de hechizo se convierte en un ritual no consensual que provoca un estado de trance en la que se hace una colonización de una mente por otra a través de la mentira, generando confusión no sólo en la víctima sino también en la familia.

Esler y Waldegrave (1993)¹³ refieren que la prevención en abuso sexual es muy importante ya que si no se rompe el círculo del abuso pueden repetirse los papeles de agresor/víctima. El abusador es el responsable del abuso sexual y mientras no reconozca su responsabilidad y el perjuicio que le causó a la víctima es probable que en otra situación vuelva actuar del mismo modo.

Las ideas culturales que mantienen la situación de violencia y abuso pueden estar relacionadas con valores patriarcales de control, poder y dominación, como por ejemplo, creer que los padres o adultos tienen derechos sobre los demás miembros de la familia sobretodo de los niños y jóvenes, el poder del perpetrador para generar silencio en la familia por su jerarquía o poder económico, la creencia de que las mujeres no pueden sobrevivir solas sin la protección masculina, la falta de apoyo emocional y económico hacia las mujeres y la creencia sobre el poder de la unicidad familiar consanguínea sobre otras formas de solidaridad de grupos humanos, entre otras.

El poder en sí mismo no tiene un valor bueno o malo, por ejemplo puede resultar útil para concretar límites y posibilidades, en la relación entre un padre y un hijo. En este caso el poder facilita al padre asumir el papel de orientador y cuidador de su hijo. La interacción violenta emerge cuando la relación se define sólo desde esa posición y se “lucha” por mantenerse en el poder a como de lugar. En este sentido Maturana (1995)¹⁴ define la violencia en la vida cotidiana como aquellas situaciones en las que alguien se mueve en relación al otro en el extremo de la exigencia de obediencia y sometimiento, cualquiera que sea la forma como esto ocurra en términos de suavidad o brusquedad y el espacio relacional en que tenga lugar, es la negación del otro que lleva a su destrucción en el esfuerzo por obtener su obediencia o su sometimiento.

Teniendo en cuenta la definición de Maturana es necesario visibilizar las violencias que han ido adquiriendo una forma de “suavidad” en la medida en que no hay evidencias de daños físicos pero sí han tenido un impacto negativo en la construcción de la identidad de los adolescentes y jóvenes. Estos son los casos en los que predomina la descalificación, la indiferencia, la exclusión y la poca valoración del otro como ser humano.

Desde la perspectiva de la Corporación Vínculos la violencia es un fenómeno complejo, que reúne tanto aspectos individuales como sociales. La violencia no

11 Foucault, M. (1979). *La microfísica del poder*. Madrid: La piqueta

12 Perroné, R y Nannine, M (1998). *Violencia y abusos sexuales en la familia. Un abordaje sistémico y comunicacional*. Barcelona: Paidós

13 Esler, I y Waldegrave (1993). *Abuso sexual: Dos mujeres exponen dos maneras diferentes de encarar el mismo problema y en la misma perspectiva*. En: *Terapia del abuso sexual*. Durrant Michael y White Cheryl (comp.). Barcelona: Gedisa.

14 Maturana, H (1995). *Biología y violencia*. En: *Violencia sus distintos ámbitos de expresión*. Santiago de Chile: Dolmen

es una herencia genética de la raza humana, sino por el contrario es cultural, es construida en las relaciones sociales, económicas y políticas en un marco de creencias, escenarios emocionales y pautas de relación que la hacen posible.

Contempla además aspectos particulares de la relación víctima – agresor, dado que la violencia es encarnada en sujetos que bajo diferentes argumentos “racionales” realizan o planean acciones que niegan al otro como legítimo otro(a) en la convivencia (Maturana, 1997) ya sea de forma física y/o psicológica, generando sufrimiento, dolor, impotencia, miedo y rabia en las víctimas.

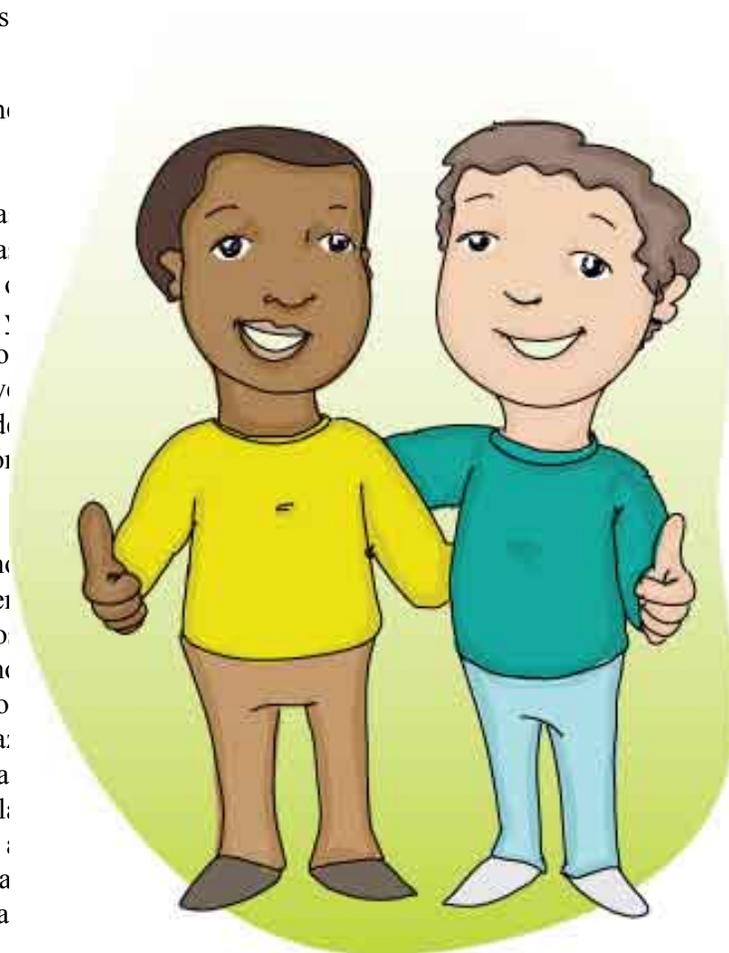
Para comprender la violencia es necesario preguntarse por:

- Las pautas y narrativas del contexto donde se construye la relación víctima – agresor
- El contexto cultural y el mundo social que mantiene la violencia

De otra parte, para Madanes¹⁵ citada por Cárdena (1999) uno de los dilemas centrales de las personas es si deben amarse, protegerse y ayudarse entre sí, o entrometerse, dominar y controlar, haciendo daño y usando la violencia. Para esta autora, lo anterior es posible porque en la cultura occidental, el amor incluye intromisión, dominio, control y violencia, y se puede ejercer la violencia en nombre del amor, la protección y la ayuda.

Aquí cobra importancia la idea de Cárdenas¹⁶, como reflexión ética para los acompañantes que trabajan en nombre de la paz: “si queremos tener paz, debemos sembrar la paz desde el mismo comienzo. La paz no se logra con la guerra ni el sometimiento: intervenciones para la paz desde la paz”. Para Cárdenas la paz consiste en armonizar honestamente los deseos humanos, dado que las acciones focalizadas a eliminar la violencia son inhumanas y autoritarias, originándose a la vez más violencia y alimentando el circuito de ésta. Acciones que buscan controlar o simplemente castiga

a otro/a para “acabar” con la violencia, bajo la buena intención de decirle que hacer para estar mejor, repiten el patrón de la violencia en tanto niegan al otro como legítimo y colocan al acompañante en un lugar de poder y dominación que mantienen las creencias que justifican la violencia: “es por tu bien que debes hacer esto”, “estas enfermo o loco por eso yo debo decidir por ti” o “nosotros que somos los no violentos sabemos cómo deben actuar los demás”. La paz es armonía y colaboración, se construye en el ámbito relacional desde la construcción de vínculos pacíficos. La violencia no se elimina, en su lugar se crean relaciones basadas en la solidaridad y el AMOR, que desde Maturana (1993)¹⁷ significa aceptar al otro como legítimo otro en la convivencia.



15 Madanes, C. (1993). Sexo, amor y violencia. Barcelona: Paidós

16 Cárdenas, E. (1999). Violencia: Intervenciones de la paz para la paz. Barcelona: Juan Granica. P. 36

17 Maturana, H y Verden-Zoller Gerda. (1993). Amor y juego: Aspectos olvidados de lo humano, desde el patriarcado a la democracia. Santiago de Chile: Dolmen.

1. CUANDO LA VIOLENCIA HA SIDO PARTE DE LOS RELATOS SOBRE LA PROPIA IDENTIDAD

La identidad de los adolescentes y jóvenes que han sido maltratados, abandonados, abusados sexualmente y que se encuentran en protección por la muerte de su familia puede estar organizada por la persistencia de emociones como rabia, impotencia, tristeza, confusión e incapacidad. Específicamente en los casos de maltrato y abuso sexual es probable los adolescentes y jóvenes tengan la idea de que es inevitable la violencia y que se debe actuar en medio de esta forma de interacción, en la que se es víctima o agresor, manteniendo una visión de sí mismo negativa en la que no visualizan fortalezas y recursos propios o susceptibles a construir para transformar sus vidas.

En cuanto a las experiencias de abuso sexual, además puede llevar a los adolescentes y jóvenes a sentirse malos, sucios y avergonzados; a desarrollar mecanismos para afrontar la vida tales como el secreto, la reserva y la vergüenza cuando les va mal; pueden responder ante los demás con actitudes que son vistas como “perversas” o “perturbadas”, lo que genera una respuesta en los demás de castigo, reafirmando la imagen en el adolescente/joven de “No soy bueno”. Las interacciones mantenidas por el perpetrador pueden estimular en los adolescentes y jóvenes sentimientos de enorme responsabilidad hacia los demás a través de mensajes como si cuentas te echarán de la casa o tu mamá se enfermará. El efecto de estos mensajes es que los jóvenes reciben un entrenamiento para dar prioridad a las necesidades de los demás antes que a las propias, interfiriendo esta actitud en pautas de interacción repetitivas durante su

vida, en las que han sido influidos por prescripciones sobre cómo deben sentir, cómo deben ser y cómo deben pensar¹⁸.

Scary, citado por Sluzky (2006) refiere que “no es de sorprender que el primer efecto de un acto de violencia en la víctima puede ser una experiencia de confusión, una pérdida de la coherencia interna que constituye su identidad: La violencia destruye el modo de describir el mundo, y por lo tanto, destruye ese mundo”¹⁹. De acuerdo con Sluzky (2006) las víctimas son despojadas en cada caso del requisito de coherencia necesario para vivir en un mundo predecible, ordenado y razonable. Si bien la negación o minimización temporaria — es decir, la presencia de la ausencia de la memoria de la experiencia, o de sus consecuencias, o de su corolario moral — puede resultar útil durante un primer período de transición para reducir el efecto paralizante del terror o de la culpa, esta estrategia narrativa reduce la capacidad de reacción y aumenta el riesgo de la repetición de los actos de violencia

Siguiendo a Sluzky (2006) “una vez levantada la proscripción de la memoria — una vez que se recuerda — y una vez claramente definido al perpetrador como tal y a la causalidad como tal, la narrativa de la víctima se suele inundar con una temática de desagravio (...). Con todo, las expresiones de agravio y fantasías de

¹⁸ Kamsler, A (1993). La formación de la imagen de sí misma: Terapia con mujeres que sufrieron abuso sexual durante la infancia. En: Terapia del abuso sexual. Durrant M y White Cheryl. Barcelona: Gedisa

¹⁹ Sluzky (2006). Op. Cit.

venganza puede constituir un cambio bienvenido en la evolución del proceso, ya que ubica de manera no ambigua la responsabilidad de la victimización en el perpetrador y no en el self de la víctima, permitiendo que ésta recapture de a poco la autoría de su historia, además de evocar una experiencia de justicia (la vivencia reconfortante de que “El mundo está de mi lado”) y de solidaridad social (incluyendo el consuelo del apoyo solidario de los otros así como la salvaguarda del control social (“Sostenme que sino lo mato!”))²⁰

“Una vez que han transitado a través de una u otra forma de historia de venganza y desagravio, algunas víctimas entretienen la idea de dejar al pasado como pasado, es decir, tejen una historia que las distancia de las atrocidades y de la necesidad de desagraviar a través de la contra-violencia. Lejos de representar una expresión de desesperanza, estas historias pueden implicar una transformación personal de la víctima — la víctima rechaza devenir en victimario, y renuncia al resentimiento (“Yo no soy como ellos.” Cf. Minow, 1998, p.8). La víctima decide continuar con su vida, sin honrar al victimario con sus obsesiones, si bien sin olvidar la experiencia traumática, la que queda mas como un recuerdo penoso cicatrizado que como una herida abierta”²¹.

Para dar sentido a experiencias violentas de las que han sido víctimas (no solo en el caso de abuso sexual), los adolescentes y jóvenes las organizan dentro de unas versiones dominantes sobre sí mismos y sus relaciones, creando un lente perceptivo que influye en el significado que atribuyen a los acontecimientos presentes y futuros. Estas historias dominantes pueden estar relacionadas con una visión capacitante o inhabilitante y opresiva²².

La condición como víctimas de los adolescentes y jóvenes que han sido maltratados y abusados sexualmente es innegable puesto que participaron en situaciones que no pudieron controlar ni evitar, en las cuales su voz no fue escuchada y el poder estaba delegado en el

agresor. Es por esto que la posición de víctima “es un proceso crucial para recobrase, porque si no podemos alegar el daño causado por otros, no podemos nombrar el daño ni tratar el dolor”²³. Es así como el nombrarse como víctimas puede facilitar al adolescente/joven la expresión de su dolor, narrativa que probablemente se había silenciado. La comunicación con otros se convierte en una posibilidad, al ser reconocido y validado el dolor sufrido.

Además resulta útil nombrarse como víctima para desmitificar la creencia presente respecto a que el agresor tenía “razón” cuando uso la violencia porque ellos (los adolescentes y jóvenes) son culpables y se deben avergonzar por lo sucedido. “Es frecuente encontrar que quienes han sido víctimas de la violencia quedan en tal grado de perplejidad ante lo absurdo de la situación, dado que sus referentes básicos sobre quién es y quiénes son los otros, se rompen. Tal desconcierto sólo tiene una salida y es buscar explicación a lo inexplicable. Una de las respuestas encontradas es a costa de sí mismo, es decir, inculpándose por lo sucedido. Otra respuesta, tiene que ver con señalar al agresor como malo o loco, de lo cual deduce que también él o ella está enfermo porque se ha relacionado con él.”²⁴.

Sin embargo, la posición de víctima puede constituirse en una historia dominante y en un punto importante de la imagen que están construyendo los adolescentes y jóvenes acerca de sí mismos. Las definiciones de víctima están encaminadas a asignar adjetivos de sacrificio, herido, mártir. Estos significados pueden permanecer estáticos en el tiempo y la idea de estar destinado a sufrir implica claramente la naturaleza continuada del estado de víctima (...). Esto equivale a decir que la gente continúa considerándose víctima y así desarrolla una imagen continuada de sí misma que excluye la posibilidad de sentirse competente o confiada”²⁵:

En ese sentido Sara Cobb (1997)²⁶ refiere que la condición de víctima puede liberar a las personas de los

20 Ibidem

21 Ibidem.

22 White, M y Epston, D (1989). Literature means to therapeutic ends. Adelaida: Dulwich Centre Publications.

23 Cobb, S (1997). Dolor y paradoja: la fuerza centrífuga de las narraciones mujeres víctimas en un refugio para mujeres golpeadas. En: Construcciones de la experiencia humana. Packman, M. Volumen II. P.21

24 Corporación Vinculos Op. Cit. P.15

25 Durrant M, y Kowalsky (1993). Superar los efectos del abuso sexual: Desarrollar la percepción de la propia capacidad. En: Terapia del abuso sexual. Durrant M y White Cheryl. Barcelona: Gedisa

26 Cobb, S. Op. Cit.

patrones de violencia y aprisionarlas en otras relaciones en las que continuamente se construyen como el efecto del accionar de otros, y en el proceso, en lugar de apropiarse de su propia agencia, la declinan, impidiendo el desarrollo de su propia voz y diluyendo sus potencialidades.

Siguiendo a esta autora, es importante permitir al adolescente/joven citar la condición de víctima y al mismo tiempo desplazar esta posición hacia la de sujeto activo de su propia vida. Una forma de hacerlo es utilizando la metáfora de “sobreviviente”, en las que se da espacio al desarrollo de una narrativa que les permita nombrar los eventos de maltrato, negligencia, abandono y abuso sexual, entre otros, y a la vez construir un relato sobre cómo sobrevivieron, que les permita fortalecerse como persona.

Desde esta perspectiva, el acompañante debe contemplar la complejidad de la paradoja y mantenerse atento a la evolución de ésta, es decir, reconocer la importancia de construir la narrativa desde el lugar de víctima pues esta desculpabiliza al adolescente/joven y le permite nombrar el dolor y el daño que se le ha causado y al mismo tiempo, identificar el riesgo de cristalizar esta identidad como referente ante la vida para facilitar y re-crear una identidad como sobreviviente, en la cual se vea así mismo con las capacidades y habilidades para crear una nueva ruta de vida. Desde esta metáfora también es útil comprender el significado y sentido que los adolescentes y jóvenes les han dado a los eventos de violencia y abuso en función de las historias que narran de sí mismos, e iluminando aquellos acontecimientos que puedan constituir la base de una imagen competente, con fortalezas y recursos.

Como parte de la metáfora del sobreviviente, es importante retomar, la ciudadanía como un nuevo referente para recrear la identidad. La ciudadanía es un nuevo lugar desde el cual el adolescente/joven se puede ver a sí mismo desde un sitio diferente, en el que tiene derechos, deberes y nuevas posibilidades para pensar en ser parte de relaciones democráticas. El módulo sobre las herramientas psicosociales para la construcción como sujeto de derechos ofrece una interesante reflexión sobre la importancia de este proceso para la recreación

de la identidad y complementa la perspectiva de este conjunto de herramientas.

Este análisis permite tener en cuenta que son punto partida para este módulo lo siguiente²⁷:

- El proceso de acompañamiento psicosocial se convierte en un espacio propicio para construir posibilidades con adolescentes y jóvenes, donde ellos y ellas recuperen su voz al ser reconocidos por los otros, sus pares, maestros, psicólogos, defensores de familia y su familia, entre otros, como víctimas y sobrevivientes, en caso de que hayan vivido experiencias de maltrato físico o psicológico y abuso sexual. Es dar voz a los adolescentes y jóvenes “a través de desestabilizar los componentes mistificados de la historia de victimización, restaurar la memoria y la identidad, y abrir las posibilidades de re-capturar el protagonismo de su vida así como de recuperar su dignidad”²⁸.
- Disponer, como se lo propone el ICBF, de las condiciones necesarias para que la violencia y al abuso no atrape más el mundo de los adolescentes y jóvenes. Condiciones que están referidas para garantizar que sus derechos sean restituidos y garantizados.
- Recordar que aunque este módulo se centra en la relación del adolescente/joven consigo mismo que es condición para la transformación de su vida, es necesario posibilitar la construcción de un contexto de relación que lo hagan posible, es decir el cambio se da en la medida que su red social también cambie (ver módulo construcción y fortalecimiento de redes familiares y sociales).
- Al finalizar el módulo es importante reflexionar con el adolescente/joven sobre los logros alcanzados durante el proceso de acompañamiento psicosocial y de acuerdo a los resultados determinar si el adolescente/joven necesita como complemento un proceso de terapia, el cual debe estar inspirado en el modelo conceptual de los módulos. Entre los indicadores que

27 Corporación Vínculos. Op. Cit. P.18

28 Sluzky (2006). Op. Cit. P. 7

permitirán tomar la decisión de remitir a un proceso terapéutico se encuentran:

- Pedido de ayuda por parte del adolescente/joven en un espacio ritualizado.
- Dificultades para dormir (insomnio durante varios días).
- Problemas psicósomáticos.
- Posibilidades de intento de suicidio.
- Alto riesgo de daño hacia otros(as).
- Desconexión de la realidad.
- Persistencia de emociones y comportamientos que limiten el funcionamiento en la vida cotidiana.

RECUERDE QUE:

La propuesta es ampliar las fronteras de nuestro lenguaje hacia nuevas descripciones de los adolescentes y jóvenes, que los inviten a reeditar experiencias positivas y excepcionales y los motiven a incursionar en otras que reafirmen nuevas teorías acerca de sí mismos. Esta dinámica relacional, construye un escenario emocional de aceptación, en el que al sentirse escuchados se facilite el reconocimiento de su voz como la principal guía de sus vidas.



HERRAMIENTAS

De acuerdo con el análisis descrito anteriormente, se proponen actividades, mapas y formas de acompañamiento psicosocial que promuevan la reflexión de los adolescentes y jóvenes sobre sí mismos y sus historias, facilitando la creación de una identidad competente, con posibilidades y recursos.

1. MI HISTORIA: GEOGRAFÍA VISIBLE E INVISIBLE²⁹

Propósito:

- Enriquecer y profundizar la actividad del punto de partida para el acompañamiento psicosocial, referida a reconocer y compartir experiencias importantes que han dejado huella en la vida de los adolescentes y jóvenes.
- A partir de lo anterior, esta herramienta busca profundizar con el adolescente/joven el conocimiento de su historia, motivándolo a escribirla siendo el narrador principal para tejer la trama de su vida.
- Recontextualizar su historia, en términos de ubicar personajes, contextos, experiencias, emociones y experiencias que ha calificado como dolorosas o difíciles de superar.

El facilitador debe tener en cuenta:

- Aun cuando la herramienta contempla abordar el tema de la violencia y el maltrato, si el adolescente/joven no destaca este aspecto para usarlo en su historia no es pertinente forzar la situación. Lo que él elija es útil para su proceso personal, como por ejemplo la muerte de sus familiares.
- Realizar este tipo de actividad requiere de acuerdos de confianza y compromiso de confidencialidad entre usted y el adolescente/joven.

- Es posible que la relación entre usted y el adolescente/joven se fortalezca. Por ello, es importante que usted haga explícitos los límites de su apoyo dado el marco profesional que la define.

Materiales:

- Cuaderno.
- Marcadores delgados.
- Esfero o lápiz.
- Material para hacer un libro o un cuento.

Descripción:

Esta actividad es individual.

El facilitador desarrollará los siguientes pasos:

1. Motivar al adolescente/joven a escribir una historia de su vida, resaltando que esta es una oportunidad para que reflexione sobre los caminos que ha recorrido en términos de las experiencias vividas y las personas que han sido importantes.
2. Retomar la silueta construida en la actividad del punto de partida del acompañamiento psicosocial, denominada geografía visible e invisible. Si no está elaborada, se tiene que realizar para crear la silueta y partir de allí hacer la construcción de la historia.
3. Definir encuentros individuales con el adolescente/joven para escribir la historia. El facilitador tiene que establecer unas citas con él y en cada una de ellas deja tareas, por ejemplo, preguntas para desarrollar, para que éste entre encuentro y encuentro escriba su historia.
4. Explicar que inicialmente el adolescente/joven cuenta con un cuaderno en el que escribirá su his-

29 Corporación Vinculos. Op. Cit. P.23

toria, o que en los encuentros el facilitador hace las veces de secretario de éste si el lo decide. La historia es confidencial y solamente el adolescente/joven decide si desea compartirla.

5. Tener una primera conversación con el adolescente/joven antes de iniciar el proceso de escritura de la historia. El objetivo de ésta es que a partir de la visualización de la silueta, el joven decida qué aspectos desea escribir en su historia y desde allí establezca un pequeño plan inicial. Las preguntas para iniciar este proceso de construcción, pueden ser las siguientes:

- ¿Cuál crees que es la emoción que se repite más en tu vida de acuerdo con las experiencias que señalaste?
- ¿Alguna experiencia ha cambiado tu vida o la forma como te ves a ti mismo?
- ¿En cuál de estas experiencias has sentido que otros u otras te han hecho daño?
- ¿Cómo ves ahora esas experiencias?
- ¿Quiénes forman parte de esas experiencias? ¿Dónde ocurrieron?, ¿Cómo te sentiste?
- Al observar tu silueta, ¿qué ideas te haces sobre tu vida?

6. Establecer por lo menos cuatro encuentros para escribir la historia. Los elementos para desarrollarla son:

- El protagonista es el adolescente/joven: sus ideas, emociones y creencias en relación con las experiencias que narra, aprendizajes y descubrimientos de sí mismo a partir de éstas.
- Otros(as) participantes, el significado de esas relaciones para el adolescente/joven.
- El guión: conversaciones y acciones para destacar.

- El contexto: lugares, experiencias y significados previos (textos virtuales).
- La trama: el conjunto de conectores que establece la relación entre actores, guión y contexto.
- Los aspectos morales de la historia, tales como héroes, víctimas, victimarios y explicaciones o justificaciones de las acciones.
- Los aspectos no explorados por el joven, por ejemplo los recursos para afrontar la experiencia y otros acontecimientos excepcionales o únicos en su vida.

7. Una vez terminada la historia se realiza un encuentro de cierre, en el cual se lee y se reflexiona con el adolescente/joven sobre la utilidad de la actividad, en términos de si amplió o profundizó la forma como él ha analizado su vida y a sí mismo.

8. Es importante vislumbrar que la misma experiencia de hacer la historia es una habilidad que probablemente destaca recursos (reflexividad, compromiso, interés en sí mismo) que pueden incorporarse a su identidad.

9. Una vez escrita la historia se invita al adolescente o joven a decidir qué hacer con ella: quemarla, guardarla, entregarla a alguien, hacerla pública, entre otras. La decisión se debe tomar como una posibilidad para realizar un ritual, pues puede significar el cierre y la manifestación de una transición en la vida del adolescente/joven.

10. Por último, el facilitador entrega una carta al adolescente/joven, destacando sus capacidades y recursos y los aprendizajes que la historia le aportó a su vida (a nivel personal, familiar o laboral). Esta carta se puede convertir, si el joven/adolescente lo decide, en un testimonio simbólico de su proceso.

2. EL ÁRBOL DE LA VIDA: UNA APERTURA PARA CONTAR Y ESCUCHAR HISTORIAS ESPERANZADORAS



Propósito:

- Posibilitar en los adolescentes y jóvenes la construcción de una historia alternativa distinta a la dominada por el maltrato o por algún otro evento doloroso, que les permita reconocer sus recursos, sueños y esperanzas.

El facilitador debe tener en cuenta:

El árbol de la vida³⁰ es una herramienta que se basa en las prácticas narrativas. La metáfora del árbol representa los diferentes aspectos de nuestra vida y junto con la formulación de preguntas invita a los adolescentes y jóvenes a contar historias acerca de su vida en una forma en la que ven más posibilidades y recursos en el presente y en el futuro, facilitando la conversación acerca de las pérdidas y eventos dolorosos sin victimizarlos, sino por el contrario empoderándolos(as), mediante la apertura de espacios para escuchar y contar historias esperanzadoras.

“Somos unos “contadores” de historias; como huma-

nos vivimos en el lenguaje, el cual crea aquello que conocemos como realidad. No nos damos cuenta de este proceso dado que vivimos en él. Las experiencias que vivimos toman forma en las historias que contamos y éstas privilegian y excluyen aspectos de las mismas. El contenido de esas historias, como lo plantea Jerome Bruner (1986)³¹, están influenciadas por relatos dominantes que nos encierran en verdades absolutas, las cuales, generalmente, confirman nuestras creencias e imaginarios sobre quiénes somos y sobre qué podemos esperar de los otros(as).

Esta herramienta se centra en la realización de preguntas, dado que desde ellas es posible promover nueva información, la cual es susceptible de utilizar para transformar o crear nuevas historias. Como lo diría Bateson³² (1979), la información es una noticia de diferencia para quien la recibe, al tener que buscar nuevas y distintas experiencias, explicaciones o conexiones entre la situación vivida y sus emociones, creencias, y prejuicios etc.

Las preguntas no son del tipo causa- efecto, sino aquellas que invitan a los adolescentes y jóvenes a establecer

30 Ncazelo Ncube (2006). The tree of life Project: Using narrative ideas in work with vulnerable children in Southern Africa. Adelaide: The international Journal of narrative therapy and community work.

31 Bruner, J. (1986). Realidad Mental y mundos posibles. Barcelona: Gedisa.

32 Bateson, G (1979). Espíritu y Naturaleza. Buenos Aires: Amorrortu.

conexiones y reflexiones entre sus creencias, emociones y experiencias, y a recordar aquellas en las cuales ellos han actuado de manera distinta o contrastante con los comportamientos que ubican como problemáticos o no deseables. Estas preguntas, denominadas como reflexivas y circulares (Tomm, Karl 1987)³³ tienen una función específica: la de invitar a la gente a tener una experiencia enriquecida de posibilidades alternativas.

Para desarrollar esta herramienta se necesitan dos facilitadores, uno para que dirija la actividad y el otro para que tome notas sobre el proceso de los adolescentes y jóvenes, destacando aspectos relacionados con las habilidades, recursos, sueños, regalos especiales y los valores que el observador nota en el adolescente/joven, por ejemplo su amabilidad, receptividad, etc.

Es de aclarar que el proceso del árbol de la vida tiene una duración aproximada de 8 horas. En este sentido se puede realizar en dos sesiones de 4 horas. Esta actividad se puede realizar en grupo o en forma individual

Materiales:

- Papel periódico
- Pinturas.
- Crayones
- Colores.
- Cinta.
- Marcadores gruesos y delgados.

Descripción:

Primer paso. Introducción al ejercicio: el árbol de la vida.

a. El facilitador comienza el encuentro con una breve discusión de los árboles en general, en el que los adolescentes y jóvenes narran el conocimiento que tienen con respecto a éstos. Ellos pueden hablar sobre los diferentes tipos de árboles que conocen. Posteriormente se les pregunta sobre las diferentes partes de los árboles (raíces, tronco, ramas, hojas, frutos) y sobre los bosques.

b. Explique el propósito del árbol de la vida, por

ejemplo, el árbol de la vida es una actividad en la cual las personas dibujan un árbol en un pliego de papel periódico. Dibujamos las raíces, la tierra, las ramas, las hojas y las frutas. Imagínesse que usted es un árbol y relacione las partes de su vida como partes de un árbol. Por ejemplo, las raíces son de donde usted viene. Y las ramas son sus esperanzas, sueños y deseos. Y las hojas son gente importante que ha estado o está en su vida.

Segundo paso. Invitación a dibujar el árbol de la vida.

a. Invite a los adolescentes y jóvenes a dibujar el árbol de la vida, en el que se incluya la tierra, las raíces, el tronco, las ramas, las hojas y los frutos.

b. Pida a los adolescentes y jóvenes que en las raíces escriban sus orígenes: el país, la región, el barrio, la familia donde crecieron, las personas que percibe que más le han enseñado y en general las historias que respondan a la pregunta: ¿De dónde vengo?. También se les invita a pensar en su lugar y canción preferida.

c. La tierra es la metáfora en la que se invita a los adolescentes y jóvenes a que exploren sus vidas actualmente y algunas de las actividades que realizan diariamente. La información importante a obtener incluye: ¿Con quién vive ahora?, ¿Qué hace durante la semana y el fin de semana?

d. La metáfora del tronco invita a los adolescentes y jóvenes a que hablen o representen en el dibujo algunas de sus habilidades, talentos, las cosas que las demás personas le dicen al adolescente/joven que hace bien, destrezas que pudieron haber llegado a ser evidentes cuando hablaba de lo que él hacía en su vida diariamente.

Para desarrollar este punto, se necesita que usted como facilitador observe las diferentes habilidades que los adolescentes y jóvenes van mostrando durante el ejercicio, para que éstas sean incluidas en la metáfora del tronco. Los recursos, habilidades y capacidades de

33 Tomm, K (1987). La entrevista como intervención. Parte III. Family Process. Vol 26. No. 1

los adolescentes y jóvenes deben ir conectados con sus vivencias para que tengan sentido y hagan parte de la historia que se esta creando. Algunas preguntas que pueden ser útiles en este proceso son:

- ¿Cuál es la historia de esas habilidades?, ¿Dónde y cómo las aprendiste?, ¿Hace cuánto tiempo?
- ¿En el día a día cómo se observan esas habilidades?
- ¿Cómo lograste desarrollar esta habilidad?
- ¿En los programas del ICBF has desarrollado alguna habilidad?, ¿Cuál?
- ¿Quién se ha dado cuenta de estas habilidades que has desarrollado?
- ¿Estas habilidades que te dicen de ti mismo?

Para completar el ejercicio se les puede preguntar a los compañeros (as) de los adolescentes y jóvenes sobre las habilidades que éstos han observado. La información generada por las preguntas es útil que se registre en el árbol.

e. Las ramas del árbol indican los sueños, esperanzas y deseos. Cuando el joven este compartiendo con el grupo sobre las ramas de su árbol haga las preguntas alrededor:

- La historia de estas esperanzas, sueños y deseos.
- ¿Hace cuánto tiempo se creó esa esperanza y sueño?
- ¿Cómo se ha mantenido ese sueño?
- ¿Cómo te gustaría verte en 5 años?
- ¿Qué tendrías que hacer para lograr ese sueño?
- ¿Quién se daría cuenta de que lo lograste?, ¿cómo se daría cuenta?

f. Las hojas del árbol representa las personas vivas y muertas que han sido importantes para el adolescente/joven. Explique que cuando las personas que amamos se distancian (no las volvemos a ver) o mueren siguen siendo importantes y siguen conectados con nosotros.

Cuando los adolescentes y jóvenes están compartiendo sus árboles el facilitador puede hacer las siguientes preguntas:

- ¿Por qué esas personas son especiales para ti?
- ¿Esas personas qué es lo que más admiran de tí?
- ¿Qué es lo que más valoras de la relación con esa persona?

Si el adolescente/joven se siente afectado emocionalmente al mencionar una persona que está muerta o distante, usted debe preguntar:

- ¿Tuviste épocas encantadoras y especiales con esa persona?
- ¿Cómo era esa persona contigo?
- ¿Cómo te gustaría recordar a esa persona?
- ¿Cómo crees que esa persona te recuerda?

Estas preguntas invitan a los adolescentes y jóvenes a que cuenten historias sobre lo significativo de su relación con la persona que ha muerto o que esta ausente. Esto puede contribuir a honrar esta relación. Puede también llevar a las historias sobre cómo el adolescente/joven continúa pensando a esas personas y recuerda a los que han desaparecido.

g. Los frutos simbolizan los regalos que el adolescente/joven ha recibido. Éstos no tienen que ser regalos materiales sino que podrían ser actos de la amabilidad, o cuidado, o amor de otros.

En la conversación sobre los regalos son útiles las siguientes preguntas:

- ¿Por qué piensas que la persona te dio esto?
- ¿Qué apreció él sobre ti que lo habría llevado a darte ese regalo?
- ¿Esos regalos cómo han contribuido en tu vida?

Tercer paso: el bosque de la vida

Cuando los adolescentes y jóvenes han compartido sus historias se les invita a que peguen sus cuadros en la

pared para formar un bosque de árboles. Una vez que se ha creado el bosque, invite a los adolescentes y jóvenes a que escriban algo positivo de lo que oyeron de sus compañeros(as) o amigos del grupo cuando presentaron sus árboles.

Posteriormente los facilitadores dan a conocer sus apreciaciones al escuchar la historia de los árboles, por ejemplo pueden hablar sobre las raíces fuertes y firmes que los adolescentes y jóvenes tienen, así como la mención de los sueños y las esperanzas que éstos expresaron. Es también importante mencionar a las personas con quienes los adolescentes y jóvenes están conectados y quiénes los han apoyado en su vida. Dé los ejemplos específicos de alguna de las personas mencionadas que pueden incluir a los padres, amigos, profesionales, profesores, abuelos, hermanos y otros parientes etc. Durante la relatoría se reconoce que alguna de estas personas valoradas por ellos puede estar muerta o ausente pero todavía se recuerda en la memoria.

Cuarto paso: las tormentas de la vida

Las tormentas de la vida son una metáfora para explorar algunos de los problemas y los peligros, que incluso los árboles hermosos hacen frente. Esto hace más fácil para que los adolescentes y jóvenes nombren las maneras cómo responden cuando las tormentas vienen en sus vidas. Exponga las ideas de las tormentas de la vida haciendo una invitación a que los adolescentes y jóvenes identifiquen la belleza de los árboles, aclarando que incluso los árboles hermosos tienen que hacer frente a tormentas y a los vientos.

Usted puede decir, tenemos árboles encantadores que tienen raíces fuertes, hojas hermosas y frutas. Tan hermosos como son nuestros árboles y bosques, ¿podemos decir que están libres de peligro?. Usted encontrará que los adolescentes y jóvenes tienen una respuesta muy rápida a esta pregunta y tienen conocimiento amplio sobre las fuerzas en la vida que resulta cruel con los árboles. Los adolescentes y jóvenes pueden hablar de actos como: golpeando árboles con el pie, demasiada lluvia, truenos, relámpagos, envejecimiento de árboles, etc.

Esta conversación permite un punto de partida para discutir sobre los peligros y los problemas a que hacen frente los adolescentes y jóvenes en sus vidas. Usted

puede decir: “Hemos comparado nuestras vidas con los árboles hermosos de un bosque. ¿Tendríamos razón en decir que, como árboles y bosques, los adolescentes y jóvenes también hacen frente a peligros y a dificultades en sus vidas?”.

Después de nombrar las dificultades, explore con los adolescentes y jóvenes los efectos que éstos han tenido en sus vidas: ¿Qué hacen cuando la tormenta viene?, ¿Cómo responden?, ¿las tormentas cómo influyen en nuestras vidas?, ¿Qué pasa luego de la tormenta?.

Es también útil acentuar con los adolescentes y jóvenes la idea de que las tormentas no siempre están presentes en nuestras vidas y que son épocas que nos permiten aprender y desarrollar habilidades:

- ¿Las tormentas están siempre presentes en nuestras vidas?
- ¿En qué momentos han estado libres de tormentas?
- ¿Qué han aprendido de las tormentas?
- ¿Qué habilidades han desarrollado durante las tormentas?
- ¿Cómo pueden aferrarse a sus sueños y esperanzas durante las épocas difíciles de la vida?

Quinto paso: narración de las experiencias del árbol de la vida

Uno de los objetivos principales del árbol del proceso de la vida es crear las oportunidades para que los adolescentes y jóvenes hablen de sus relaciones y conexiones valiosas. En este paso el facilitador puede invitar a los adolescentes y jóvenes a que escriban una carta a sus padres, cuidadores, o a cualquier otra persona importante en sus vidas, en la que pueden compartir sus experiencias de hacer el árbol del ejercicio de la vida y también pueden expresar su agradecimiento a éstas personas por su apoyo.

Sexto paso: cierre

Los adolescentes y jóvenes expresarán la utilidad del proceso de hacer el árbol de la vida.



3. EXPLORAR POSIBILIDADES

Propósito

Facilitar la exploración de experiencias únicas en los adolescentes y jóvenes que contradicen las historias del déficit y que les permite pensar sobre sí mismos y sobre su proyecto de vida desde sus posibilidades y recursos.

Elementos que debe tener en cuenta el facilitador

La historia dominante que han construido los adolescentes y jóvenes que han sido maltratados, abusados sexualmente o que se encuentran en condición de abandono puede limitar sus posibilidades para visibilizar sus recursos y sueños, por lo cual se hace necesario facilitar la apertura de nuevas descripciones de sí mismos que les permita crear una historia alternativa en la que puedan pensarse desde una posición de agentes frente a su proyecto de vida, identificando sus éxitos, recursos y sueños.

Descripción

El mapa que se presenta a continuación constituye una guía para el facilitador en las conversaciones individuales o grupales con los adolescentes y jóvenes, en los que el objetivo es realizar descubrimientos acerca de sí mismos.

Se inicia la conversación haciendo una contextualiza-

ción sobre la utilidad de reflexionar sobre los sueños y los cambios que desean alcanzar en su vida, y las acciones que se tendrían que hacer en el presente para lograr lo que cada uno sueña.

Posterior a que los adolescentes y jóvenes identifiquen un sueño específico o una situación que deseen cambiar, se busca darle fuerza y sentido a través de preguntas para abrir espacios que permitan conocer el surgimiento e historia de ese sueño.

Las preguntas acerca de las excepciones o los éxitos del pasado se constituyen en uno de los pasos para construir historias alternativas sobre sí mismos ya que permiten identificar situaciones, experiencias y momentos en los que el adolescente/el joven actúa de una manera en la que ve posible su sueño. A estas preguntas se les puede agregar otras que estén relacionadas con la situación que se desea cambiar o con el sueño, generando confianza en la posibilidad de lograrlo.

A su vez estas preguntas se conectan con la percepción que los adolescentes y jóvenes tienen de sí mismos motivándolos a construir una nueva versión de la identidad en la que se vean como agentes con recursos, capacidades y posibilidades.

Al finalizar la conversación es importante relacionar los sueños con acciones concretas, en las que los adolescentes y jóvenes identifiquen los pequeños pasos que pueden dar en el presente para la consecución de sus metas.

MAPA PARA EXPLORAR POSIBILIDADES¹

Iniciar la conversación

El cambio que desea lograr o el sueño de cada adolescente/joven es el punto central de reflexión.

Preguntas para abrir espacios

¿Recuerdas cuándo nació este sueño?
¿Tuviste alguna experiencia que te orientó hacia ese sueño?
¿Alguien te inspiró?

Preguntas acerca de las excepciones o los éxitos del pasado

Preguntas acerca de los momentos en los que considera que su sueño ya ha empezado a hacerse realidad o experiencias únicas en que la situación que desea cambiar no dominó su vida.
¿Te has sentido orgulloso de la forma como has enfrentado alguna situación y esto te ayudó a pensar que ese sueño es posible?

Preguntas acerca de su relación con la situación que desea cambiar o con el sueño

¿En qué etapa de tu vida has tenido más confianza de tener éxito para realizar los cambios que sueñas?
¿De qué manera es diferente hoy esa situación?

Motivar a construir una nueva visión de su identidad: Preguntas de auto percepción

¿Qué es lo que más le sorprende de usted al contarme sobre estos momentos?
Si sigue persistiendo en estas ideas ¿en qué cambiarán las cosas?

Apoyar a los(as) adolescentes y jóvenes a pensarse en posición de agentes: hacer significativas las excepciones

¿Cómo explica eso?
¿Cómo pudiste hacerlo?
¿Qué diferencia marcó?

Mantener los cambios en marcha

Tareas que incitan a los(as) adolescentes y jóvenes a percibir ejemplos de competencia o que implican dar pequeños pasos prácticos.

4. FORTALECIMIENTO DE LA IMAGEN COMPETENTE DE LOS ADOLESCENTES Y JÓVENES FACILITANDO LA SUPERACIÓN DE LOS EFECTOS DEL ABUSO SEXUAL

Propósito

Facilitar la construcción de una imagen competente de sí mismos en los adolescentes y jóvenes, que les permita contradecir la imagen dominada por el abuso que ellos han elaborado sobre sí mismos y los demás.

Elementos que el facilitador debe tener en cuenta

Esta herramienta³⁴ es utilizada con los adolescentes y jóvenes que han sido víctimas de abuso sexual. Esta actividad se debe realizar en forma individual.

Durante el proceso evite imponer sus ideas sobre lo que usted considera útil y necesario ya esto genera un contexto de sumisión que podría perpetuar las relaciones de opresión y la imagen que han construido los adolescentes y jóvenes a partir de la experiencia de abuso sexual. Es esencial adoptar una posición que sugiera que las opiniones de los adolescentes y jóvenes sobre lo que es útil son más importantes que las creencias del acompañante con respecto al proceso.

La experiencia de abuso sexual afecta la autoimagen de manera que oscurece aquellos eventos que pueden constituir la base de una autopercepción competente.

Desde esta idea a través de la herramienta se busca identificar recursos y fortalezas en el adolescente/joven que le permita controlar las influencias de los efectos del abuso y crear una imagen de competencia y autovaloración.

En este proceso es más importante estimular a los adolescentes y jóvenes a crear una imagen de competencia de sí mismos que conocer los detalles de los eventos del abuso sexual.

Materiales

- Arcilla o plastilina.
- Hojas de papel.
- Marcadores delgados.
- Colores.
- Revistas.
- Tijeras.
- Pegante.
- Un octavo de cartulina.

Descripción

Primer paso: Definición de las dificultades

La definición de las dificultades es un proceso que implica no suponer nada en cuanto a las expectativas y deseos de los adolescentes y jóvenes con respecto al cambio que quieren para sus vidas. Conocer estas expectativas y las dificultades que les gustaría resolver permite identificar los efectos que ha generado el abuso sexual en la vida, por ejemplo la persona puede manifestar su deseo de dejar de sentir miedo y tristeza, y expresar su creencia Mi opinión no vale, todo me sale mal.

34 Las ideas del enfoque narrativo permitieron desarrollar esta herramienta. Durrant, M y White C (comps).(1990). Terapia del abuso sexual. Barcelona: Gedisa

Las preguntas que se pueden formular son:

- ¿Qué aspectos de tu situación consideras que son útiles que yo conozca?
- ¿Qué temas crees que sería conveniente que tratáramos hoy?
- ¿Si estas conversaciones fueran exitosas, cómo nos daríamos cuenta?
- ¿Qué actitudes o reacciones tuyas nos permitirían saber que la situación se está mejorando?

Segundo paso: externalizar el problema

Externalizar un problema implica reenmarcarlo de tal manera que se perciba como una entidad externa a la persona, es decir en la que se establezca una distinción entre la persona y el problema. En el caso de abuso sexual se externalizan los efectos del abuso, los cuales son los causantes de las dificultades.

Se le pide al adolescente/joven que personifique los efectos del abuso sexual dibujándolos o creando una figura con arcilla que los represente. Es importante que le dé un nombre a su personificación (monstruos intimidantes, el miedo avasallador, etc.), el cual puede cambiar durante el proceso.

Posteriormente se realizan preguntas sobre la influencia que ha tenido los efectos del abuso sexual (por ejemplo los monstruos intimidantes) en su vida:

- ¿Hace cuánto tiempo aparecieron los monstruos intimidantes en tu vida?
- ¿En qué situaciones los monstruos intimidantes aparecen en tu vida?
- ¿Cuáles son las estrategias que utilizan los monstruos intimidantes para molestarte la vida?
- ¿Qué quieren lograr los monstruos intimidantes en tu vida?
- ¿Cómo te convencen los monstruos intimidantes para que tú los dejes entrar en tu vida?
- ¿El estar acompañado de los monstruos intimidantes qué ha generado en la relación con tus compañeros, amigos, familiares?

- ¿Qué oportunidades te han quitado los monstruos intimidantes en tu vida?
- ¿Cómo han influido en ti o en tu vida los monstruos intimidantes?

Seguidamente se formulan preguntas para conocer la influencia que ha tenido el adolescente/joven sobre el problema (monstruos intimidantes).

- ¿Cuándo le has ganado a los monstruos intimidantes?, ¿Cómo lo hiciste?
- ¿En qué momentos o situaciones nos te has dejado acompañar por los monstruos intimidantes?
- ¿Qué estrategias has utilizado para mantener lejos a los monstruos intimidantes?
- ¿Cuándo no has permitido que los monstruos intimidantes te acompañen, qué cosas puedes hacer?

Tercer Paso: identificar las excepciones a la conducta y a los sentimientos dominados por el abuso

Las preguntas sobre las excepciones pueden surgir al externalizar los efectos del abuso sexual. Este paso busca invitar a los adolescentes y jóvenes a identificar las ocasiones en los que el problema pudo ser un problema y sin embargo no lo fue, o lo fue en escasa medida.

- Menciona alguna ocasión en la que obtuviste un mínimo de éxito en frenar al problema (los efectos del abuso).
- ¿Hubo alguna época en que te sentiste mejor?, ¿Qué era diferente en aquel momento?
- ¿Puedes recordar alguna ocasión en que los monstruos intimidantes parecían dominar la situación y sin embargo lograste impedirlo?, ¿Cómo lo lograste?
- ¿Consideras que existen medios para impedir que los sentimientos de tristeza, miedo y culpa arruinen tu vida?
- ¿Cuándo fue la última vez que alguien quiso imponerte sus ideas y tú fuiste capaz de mantener las propias?
- ¿En qué situaciones has podido decir no ante una imposición de alguien?

Cuarto Paso: estimular a los adolescentes y jóvenes a abrigar ideas de acción personal o competencia dándoles plena significación de las excepciones

Al inicio es posible que los adolescentes y jóvenes no consideren significativas las excepciones a los sentimientos y conductas dominadas por el abuso, ya que la autopercepción que han creado niega la posibilidad de competencia, lo que los lleva a atribuir el logro de las excepciones a las circunstancias o a otras personas. Por esta razón, es útil mantener una posición de curiosidad y hacer preguntas que inciten al adolescente/joven a abrigar ideas propias de acción personal, sin tratar de convencerlo.

- ¿Cómo explicas esta situación?
- ¿Cómo contribuiste a que esto ocurriera?
- ¿Cómo te explicas que hayas sido capaz de hacerlo?
- ¿Te sorprende el hecho de que hayas sido capaz de superar el miedo en la forma en la que lo hiciste?
- ¿Cómo lograste privilegiar tus ideas y no la de los demás?
- ¿Cómo pudiste considerar la posibilidad de hacer algo en beneficio tuyo?

Quinto Paso: invitar a los adolescentes y jóvenes a elaborar una imagen de sí mismos a través de preguntas de autopercepción y orientación a futuro

En este paso se busca conectar las excepciones con el proceso de reconstrucción de una imagen competente de sí mismos, distinta dominada por el abuso.

- ¿Esta conversación que hemos tenido que te dice de ti mismo?
- ¿Qué crees que han aprendido tus amigos de ti?
- ¿Qué cualidades has visto en ti cuando no te dejas vencer por la tristeza y la culpa?

- ¿Qué aspectos de ti mismo no habías visto antes de darte cuenta de la manera cómo afrontaste esta situación?
- La manera como manejaste esta situación me hace pensar que eres muy fuerte, ¿ya te habías dado cuenta?
- ¿Qué piensas de tu fortaleza?
- ¿Te resulta sorprendente que eres más fuerte de lo que creías?
- Supongamos que durante la próxima semana estas ideas acerca de ti mismo se mantienen ¿Qué cambiaría en tu vida?
- ¿Qué comportamientos tendrías que adoptar para que se ajustarán a la imagen actual acerca de ti mismo?

Para finalizar, pida al adolescente/joven que realice un collage que representa la nueva imagen construida de sí mismo para que la comparta con las personas más significativas.

Sexto Paso: cierre

Defina con el adolescente/joven que hacer con los efectos del abuso personificados (guardarlo en una caja con candado, enterrarlo, botarlo) e invítelo a asumir el rol de asesor para ofrecerle ideas a sus compañeros(as) sobre cómo oponerse a los efectos del abuso sexual.



5. CUANDO LA VIOLENCIA SE HA CONVERTIDO EN UN REFERENTE DE IDENTIDAD: ELABORACIÓN DE UNA PERSPECTIVA ALTERNATIVA DE SÍ MISMO, DE LOS DEMÁS Y DE LAS RELACIONES

Propósito

- Fomentar la responsabilidad de los adolescentes y jóvenes por sus actos de agresividad con sus compañeros(as) y por su vida en general, lo cual incluye el reconocimiento de las dimensiones de sus comportamientos y comprender el impacto que puede tener la agresividad en los otros (as).
- Favorecer la elaboración de una perspectiva alternativa de sí mismo, de los demás y de las relaciones, promoviendo el desarrollo de interacciones respetuosas.

Elementos a tener en cuenta por el facilitador

Esta herramienta³⁵ está dirigida a los adolescentes y jóvenes (hombres y mujeres), que muestran comportamientos agresivos con sus compañeros, dado que la violencia se ha convertido en un referente de identidad y una forma de relacionarse con el mundo. Estos adolescentes y jóvenes pueden tener dificultades para asumir responsabilidades, por lo cual pueden negar su participación en eventos en los que ha agredido a los demás, culpando a los otros por sus actos. Además pueden mostrarse preocupados por sus propias ideas y

sentimientos, y tener dificultades para aceptar y validar a los otros como legítimos en la convivencia. En este sentido, pueden utilizar la amenaza y la fuerza como una forma de tener poder y conseguir lo que desean, aunque sientan miedo, vergüenza, culpa, impotencia e incompetencia, entre otras.

Comprender las creencias e ideas que dan sentido a las relaciones que establecen los adolescentes y jóvenes a través de sus comportamientos agresivos es un punto de partida para conocer el contexto más amplio que influye en el mantenimiento de pautas de interacción agresivas. Por lo tanto, esta herramienta propone una forma de comunicación para facilitar la reflexión del joven que debe ser complementada con otras acciones psicosociales que promuevan cambios en sus contextos y relaciones.

Recuerde utilizar un estilo de conversación con los adolescentes y jóvenes respetuoso, agradable, sensible y curioso que no minimice la gravedad y los efectos de sus actos; además es fundamental emplear términos comprensibles para el adolescente/joven y adoptar el ritmo que más se adopte a él. Esto facilitará que él o ella no se sienta interrogado, abrumado e incomodo.

A continuación se presenta un mapa que puede guiar las conversaciones:

35 Esta herramienta se desarrolló teniendo en cuenta las ideas de Elms, R (1990). Hostilidad, apatía, silencio y negación. Cómo ayudar a los adolescentes agresores incitándolos a que modifiquen su conducta. En: Terapia del abuso sexual. Durrant, M y White Cheryl (comp.). Barcelona: Gedisa

MAPA DE CONVERSACIÓN

Iniciar la conversación

Conocer sobre la vida y las relaciones del adolescente/joven en general.

Preguntas sobre el contexto de los comportamientos agresivos

- Conexión del comportamiento del adolescente/joven con las creencias, experiencias, valores sociales y familiares, género y presiones que pueden estar ejerciendo sus pares.
- Pensamientos y sentimientos con respecto a la violencia (agresividad) y los efectos que ha tenido en él y los otros.

Fomento de la responsabilidad por los actos agresivos, relacionándolos con la dirección que el joven quiere para su vida y sus relaciones

- ¿Cuándo eliges hacer esto (comportamientos agresivos) que ideas pasan por tu mente que te influyen tanto para hacerlo? ¿Cuándo crees que se vuelven invisibles los sentimientos de los demás y los efectos que tiene la violencia en tu vida y en la de la(s) persona(s) que agredes? ; ¿Has imaginado tu vida libre del poder que tiene el uso de la violencia o has imaginado que puedes ser lo suficientemente irreverente para no ser leal a lo que la gente y este mundo social cree, respecto a que estas “destinado” a ser un fracaso o un hombre o una mujer sin futuro?

Indagaciones sobre el cambio

Indagaciones para los adolescentes y jóvenes que niegan el hecho

- Si una persona hubiera actuado de una forma similar ¿cómo podría decidir si debe confesar o no?. ¿Qué podría pensar y sentir?
- ¿Sería fácil confesar algo así o haría falta valentía y fuerza?
- ¿Te preocupa que las personas piensen que tienes un comportamiento agresivo?, ¿Qué te preocupa de ello?
- ¿Qué te gustaría que pensara las personas sobre ti?

Indagaciones sobre las implicaciones del cambio (cuando los adolescentes y jóvenes dicen que quieren cambiar)

- Facilitar que el joven de razones para intentar el cambio.
- Si decides cambiar, ¿qué crees que dirán y harán tus amigos?, ¿Cómo manejarías esta situación?, ¿Qué proyectos harías?

Indagaciones para los adolescentes y jóvenes que dicen que no quieren cambiar

- ¿Cómo te explicas que en algunas conversaciones y situaciones (decir cuáles) no te muestres agresivo?
- ¿Te decepciona que estos hechos no encajen con el estilo de vida que dices que quieres llevar?
- Indagar sobre otras situaciones en las que el joven no se comportó de forma agresiva aunque pudiera haberlo hecho.

Acontecimientos únicos y su significación

Identificar y explicar las ocasiones en las que el adolescente/joven mostró interés por los demás y en las que decidió no actuar de una forma agresiva. Estos logros se evalúan de acuerdo con el nivel del adolescente/joven, no desde una perspectiva “normativa”.

Logros únicos

- ¿Te sorprende que hayas sido capaz de dejar de golpear a ese niño?, ¿Cómo lo lograste?
- ¿En qué ocasiones has actuado por ti mismo y no te has dejado influir por tus compañeros?.
- ¿Cómo hiciste para expresar tu desacuerdo sin utilizar la agresividad?

Explicaciones únicas

- ¿Cómo fuiste capaz de oponerte a la tradición de mostrarte agresivo con los demás?
- ¿Qué significado le das a tu decisión de no seguir golpeando a los demás?
- Crees que este logro me hace ver que tú puedes crear nuevas tradiciones para ti ¿mismo?

Recaracterización única

- ¿Qué cualidades están señalando estos logros?
- ¿Qué aspectos de ti ahora son más visibles para los demás?
- ¿Qué aspectos de tus relaciones aprecias más?
- ¿El hecho de haber dado estos pasos te hace sentir diferente contigo mismo?, ¿Hace que te trates de otro modo?

Posibilidades únicas

- ¿En qué sentido estas cualidades pueden cambiar tu futuro?
- ¿Qué nuevas tradiciones puedes elaborar? ¿Qué cosas puedes hacer diferentes que antes no podías?
- ¿Qué diferencia te parece que puede haber entre el futuro que puedes construir ahora y el que podías construir antes con tus conductas agresivas?

¿QUÉ ENTENDEMOS POR EMOCIONES?³⁶

En primera instancia, es necesario recordar nuestra comprensión de identidad como el resultado de un proceso social, definiéndola como las narraciones y teorías acerca de quiénes somos³⁷. De manera que resulta útil hablar de diferentes y múltiples identidades en lugar de un yo esencial. Esta multiplicidad de identidades se construye en las diferentes relaciones, contextos y en las conversaciones allí tejidas, por lo cual, resulta interesante pensar que somos coautores de nuestra identidad.

Siguiendo el pensamiento construccionista social, el entendimiento de las emociones también cambia respecto a las definiciones tradicionales que las ubica en el mundo interno y encapsulado del Yo. Según Gergen (1996)³⁸, las emociones no son rasgos constitutivos de las personas, sino de las relaciones.

Su énfasis está dado en una mirada relacional en contraste con una individual o intrapsíquica. En la primera, el planteamiento es realizar análisis de las personas desde sus contextos y narrativas, y en la segunda establecer parámetros de normalidad o patología de acuerdo con estándares establecidos por verdades aceptadas universalmente, como los manuales diagnósticos en salud mental (DSM y todas sus versiones revisadas).

Pensar que las emociones son parte de las relaciones, lleva a visualizarlas como la vida social misma, siendo parte de las redes de significados más amplia de cada cultura, la cual provee su guión, incluso su existencia.

Cada cultura ha establecido relaciones entre formas de acción y emociones, es decir, a cierto tipo de comportamiento se le llama o tristeza o rabia, entre otras. Incluso, varían según el momento histórico (Gergen, 1996), por ejemplo, en el siglo XVII se atribuía a la melancolía o desidia las causas de los problemas personales o laborales, hoy en día hablamos de depresión o estrés.

En este marco comprensivo, se hace referencia a escenarios emocionales para dar cuenta de que la emoción es una creación de la relación que se define como “pautas informalmente estipuladas de intercambio”, donde, aún cuando el individuo se sienta dueño de la expresión emocional, el contexto cultural le informa las reglas sobre cómo hacerlo.

Incorporar esta comprensión de las emociones en nuestra visión de la situación de los adolescentes y jóvenes, tiene importantes implicaciones para el acompañamiento, en tanto:

1. Aleja de un análisis psicologizante o patologizante al no colocar como criterio de observación el mundo “interno” del adolescente/joven.
2. Invita a observar las pautas de relación como el lente desde el cual se puede identificar la creación de diferentes escenarios emocionales.
3. Visualiza que emociones, acciones y significados van de la mano, tomando forma a través de los relatos que los adolescentes y jóvenes y quienes les rodean utilizan para explicarse su vida y a sí mismos.

36 Corporación Vínculos. Op. Cit. P.11

37 Shotter, J. (1996). El lenguaje y la construcción del sí mismo. En: Construcciones de la Experiencia Humana. Pakman, M (comp.). Barcelona: Gedisa.

38 Gergen (1996), Realidades y Relaciones: Aproximaciones a la Construcción social. Barcelona: Paidós

4. Por ello, la invitación es a pensar que cuando un adolescente/joven expresa su rabia, habla de una acción, también de su relación con los otros, de la forma como éstos participan en la creación de esa emoción y también de cierta disposición para comprender su mundo y tomar una u otra decisión.

Desde este marco inicial, se puede retomar el interés por el acompañamiento y desde allí recordar que los adolescentes y jóvenes tienen procesos particulares en su relación con el restablecimiento y garantía de derechos. Sentirse como un sujeto garante de derechos es un proceso construido en las relaciones y sobre la base de las emociones que lo constituyan. Por ello, es importante tener en cuenta aspectos tales como:

- La comprensión sobre el mundo emocional de los adolescentes y jóvenes.
- Pensar en un proceso de construcción de una ruta de vida con los adolescentes y jóvenes, implica construir escenarios emocionales que la hagan posible, tanto para la elaboración de aquellas emociones que aún atan al pasado y/o que no permiten fluir nuevas acciones y decisiones, como para la recapitulación de las actuales referidas al proceso mismo del restablecimiento y garantía de derechos. Para ello, este módulo sugiere las siguientes herramientas:



1. APOYO EMOCIONAL ANTE LAS PÉRDIDAS³⁹

Propósito

Favorecer la expresión y elaboración de las pérdidas o duelos, ya sea a causa de la muerte de personas significativas o por la ruptura de relaciones trascendentales para el adolescente/joven tales como el cambio de institución, pérdida de familiares y amigos, entre otras.

El acompañante deberá tener en cuenta:

- Estas herramientas se pueden realizar en grupo y de manera individual, sin embargo, para que la actividad sea grupal, el facilitador debe estar seguro de que los adolescentes y jóvenes han creado un contexto de confianza y aceptación mutua. De lo contrario preferiblemente se deben desarrollar de forma individual.
- Aclare al adolescente/joven que él puede decidir si contesta o no sus preguntas en cualquiera de ellas.
- Recuerde que no son importantes los detalles de los sucesos vividos sino los significados creados alrededor de ellos. Sin embargo, si el adolescente/joven elige iniciar su historia por el suceso, es importante permitirle este espacio, sin que usted profundice en dicha información mas allá de lo que a éste le interesa compartir.
- Construya un contexto cálido en el que usted se conecte con las emociones del adolescente/joven
- Las herramientas se basan en la metáfora “decir de nuevo: ¡Hola!” creada por el terapeuta narrativo, Michael White⁴⁰.

Elementos básicos de la herramienta que propone Michael White: la metáfora de decir hola y de decir adiós.

³⁹ Corporación Vínculos. Op. Cit. P.33

⁴⁰ White, M. y Epston, D. (1997). Guías para una terapia familiar sistémica. Barcelona: Gedisa

La metáfora de saber decir adiós es la que usualmente se utiliza para acompañar el proceso de duelo, la cual hace énfasis en despedirse, aceptar la ruptura y establecer unos pasos que son catalogados como los normales para elaborar el duelo, tales como la negación, la rabia, la tristeza y por último, la aceptación.

La metáfora de decir de nuevo hola, lleva a crear un contexto para incorporar la relación perdida a diferencia de promover el hecho mismo de olvidar esa relación con esa persona. La forma como se integra la relación perdida es a través de preguntas que recuperan las vivencias que permitieron a la persona aprender de sí mismo y que hacen posible la presencia del ausente en su vida.

Las preguntas a partir de esta metáfora crean la posibilidad para que los adolescentes y jóvenes reivindiquen su relación con el ser querido o la relación perdida. Estas preguntas favorecen la resolución de sensación de vacuidad y depresión.

Materiales

- Plastilina o barro.
- Papel periódico.
- Marcadores de colores.

Tiempo

Dos horas 30 minutos para 10 participantes.

Descripción

Primer momento

Un espacio para la emoción y el significado...

1- 60 minutos. Invite al participante(s) a narrar su historia. El facilitador tiene como objetivo promover la expresión de la emoción que han construido frente a la pérdida. Son útiles este tipo de preguntas:

- ¿Cuál es la historia frente a la pérdida?
- ¿Hace cuánto tiempo pasó? ¿Ha cambiado lo que sientes?
- De la historia indague cuál es la emoción que prevalece.

- Sea curioso frente al significado que él da al dolor, la rabia o la tristeza o la emoción que escogió. Por ejemplo: ¿Con qué relacionas esa rabia?
- ¿Cómo era esa persona? Descríbela.
- ¿Qué recuerdas de esa relación?
- Qué te gustaría contarme sobre la historia de esa relación?
- ¿Qué extrañas?, ¿cuál es tu mejor recuerdo? o ¿cuál es el recuerdo que más asocias con esa emoción?

Segundo momento

Desde el significado tomando forma y haciendo cierres 2- 60 minutos. Proponga a los adolescentes y jóvenes que utilicen la plastilina o el barro para que éste tome forma de acuerdo con la emoción privilegiada por ellos(as). Aporte ejemplos de ello, tales como una escalera, puede simbolizar mi dolor ya que a veces estoy arriba porque estoy bien y otros días estoy abajo porque estoy muy mal y el dolor es muy grande. Dé un espacio de tiempo suficiente, pues la actividad requiere de tiempo y para algunos no es fácil este proceso de abstracción.

Con la figura ya elaborada se le pide al joven que describa al grupo o al facilitador el significado de su trabajo. En el proceso de presentación el facilitador puede orientar sus preguntas hacia aspectos positivos de la relación que el adolescente/joven ha descrito, de tal forma que se facilite tanto la externalización de su emoción en la figura creada, como la incorporación de los aprendizajes y recursos identificados como parte de su sí mismo. Las preguntas que favorecen tal construcción son de este tipo:

- Ahora al observar tu figura, ¿qué te gustaría hacer con ella? ¿Crees que esta experiencia que ves ahí te dejó aprendizajes? ¿Hay algo de lo cual te sientes orgulloso(a)?
- Si esa persona estuviera aquí, ¿qué crees que nos contaría sobre ti, qué admiraba o le gustaba de ti?

- ¿Hay aspectos de esa persona que ya no está, que te enseñó y ahora ya es parte de tu forma de pensar o actuar?
- ¿Cuáles son los aprendizajes más importantes que te dejó esa persona o relación que ahora orientan tu vida?
- Si estuvieras viéndote en los ojos de esa persona... ¿qué crees que diría respecto a las características más importantes de su relación?; ¿Qué destacaría sobre ti de lo que se sentiría orgulloso(a)?
- ¿Qué consejo te daría esa persona sobre cómo enfrentar este dolor?

Cierre

30 minutos

Repase cuáles son los aprendizajes que la actividad generó a los participantes y decida con ellos si hay algunas situaciones particulares en las que sea importante desarrollar algún tipo de ritual que permita fortalecer el proceso o cerrar el proceso duelo que en particular vive cada persona.

Variantes

Las preguntas se constituyen en una herramienta de apoyo emocional y se pueden utilizar sin la realización de la figura. Por ello, se puede orientar conversatorios de apoyo emocional teniéndolas como guía para el acompañamiento.

2. ENCONTRÁNDONOS CON NUESTRAS EMOCIONES⁴¹

Propósito

Favorecer que el adolescente/joven se relacione con sus emociones o situaciones problemáticas, de tal forma que por un lado las comprenda y por otro, adquiera habilidades para su manejo o afrontamiento.

El facilitador debe tener en cuenta:

- Esta actividad se basa en la técnica de la externaliza-

ción⁴², que consiste en hacer más resoluble la situación emocional o el problema ubicándolos afuera de las personas y, al mismo tiempo, incorporando dentro de ellas los recursos para superarlo. En este sentido, propone una separación lingüística que distingue el problema de la identidad personal.

La externalización no se utiliza para referirse a acciones perjudiciales o abusivas, ya que estas se deben nombrar señalando la acción y el actor: “Él te maltrató durante mucho tiempo o la maltraté durante mucho tiempo”. Se externalizan las creencias que justifican el maltrato: “Te dominaba la creencia de que la violencia es aceptable”.

- Esta técnica se puede usar para superar los efectos de diferentes escenarios emocionales que consideren problemáticos los(as) adolescentes y jóvenes.
- En suma, se hace una separación de los atributos, ideas, supuestos y estilos de vida problemáticos.
- La forma como se decide sobre cuál emoción o problemática abordar puede ser de diferentes maneras. Una, gracias al calidoscopio usted puede tener claridad sobre cuál es la necesidad del grupo y dos, desarrollar una corta conversación con los adolescentes y jóvenes sobre cuál es la emoción o la problemática que consideran más importante para abordar por ser común a todos.

Tiempo: tres horas.

Descripción del ejemplo guía

Esta actividad se puede desarrollar de manera individual o colectiva. Para su descripción se utilizará el miedo como ejemplo guía.

1. 15 minutos. El facilitador explica el objetivo de la actividad en términos de un espacio para conocer y ver de frente aquella emoción que los atrapa y a veces no deja ver con claridad la vida.
2. 15 minutos. El facilitador indica a los adolescentes y jóvenes que hablen en parejas sobre experiencias

41 Corporación Vinculos. Op. Cit. P.36

42 Epston, D y White, M. Op. Cit.

en las que hayan sentido miedo y desde allí elaboren su propia definición.

3. 20 minutos. Se invita a las parejas a compartir sus definiciones con el grupo, las cuales se anotan en un lugar visible para todos. A partir de lo anterior, se desarrolla con el grupo una definición del miedo, incluso, pueden cambiarle el nombre.

4. 20 minutos. Con esta definición se invita a los participantes a que imaginen que el miedo puede tomar una forma, por ejemplo de animal, de objeto o lo que a ellos(as) se les ocurra. Se inicia una construcción grupal del miedo. El facilitador hace preguntas sobre cómo se lo imaginan y desde allí, y con los materiales previstos para la actividad, toma forma.

5. 30 minutos. Con el miedo enfrente se orienta a los adolescentes y jóvenes para que reflexionen sobre la influencia de éste en sus vidas. ¿Qué aspectos ha limitado?, ¿en qué momentos ha tomado las riendas de su vida? ¿Hacia qué estilo de vida los ha conducido? Se invita a compartir estas reflexiones con el grupo.

6. 20 minutos. Nuevamente con el miedo enfrente se les pide que recuerden cuando ellos han logrado limitar el poder del miedo en sus vidas. El facilitador hace preguntas sobre los recursos y habilidades de los adolescentes y jóvenes para afrontarlo y para evitar que sea parte de sus contextos de relación en la actualidad.

7. Durante el desarrollo de los dos puntos anteriores es importante que el facilitador favorezca la reflexión sobre cómo el problema, en este caso el miedo, tiene un contexto donde se crea.

8. 60 minutos. Por último, se pide al grupo que elabore un listado de los recursos individuales y colectivos para afrontar el miedo y otro listado, sobre

cómo construir un contexto donde el miedo no se utilice para controlar a otros.

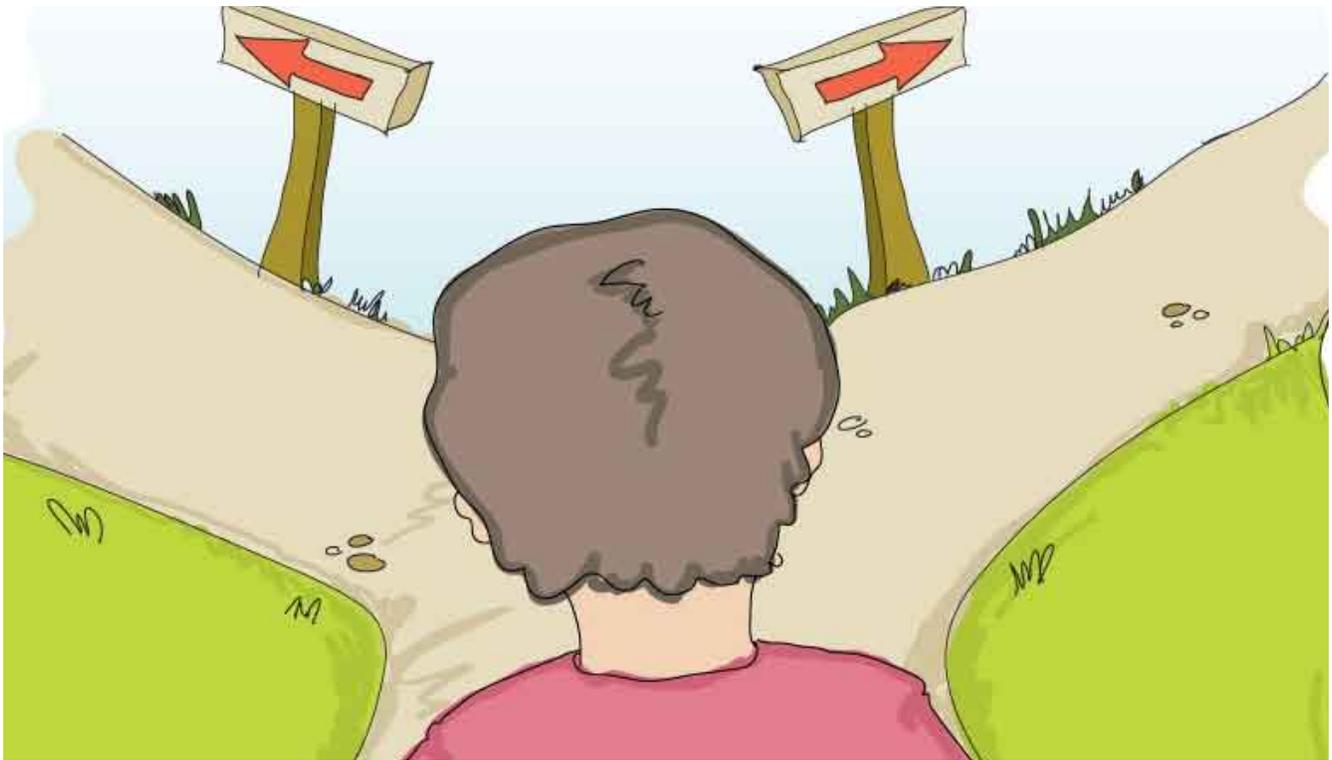
Cierre

Se le pide al grupo que decida qué hacer con la figura del miedo y se pide que compartan la utilidad del ejercicio con el grupo.

Variantes

- De acuerdo con las características del grupo, se debe decidir si la actividad se continúa desarrollando en parejas o en grupo, según la confianza que exista entre ellos(as).





3. HERRAMIENTA PARA EL APOYO EMOCIONAL⁴³

Propósito

Construir con el adolescente/joven conversaciones que le permitan comprender y superar aquellas situaciones que define como problemáticas y/o dolorosas.

Elementos que debe tener en cuenta el facilitador

- Su relación con el adolescente/joven es, en sí misma, una oportunidad para recrear pautas de escucha y reconocimiento, necesarias para construir escenarios emocionales propicios para el proceso de garantía y restablecimiento de derechos. Por ello, es importante que cuente con un mapa o guía para orientar su conversación hacia el apoyo emocional. Más aún si tenemos en cuenta que los adolescentes y jóvenes se orientan por el tipo de relación que establecen con sus acompañantes, más que por la profesión de estos para pedir orientación y apoyo.

Es importante que durante la conversación usted se resista a la tentación de dar consejos, pues esto puede limitar al adolescente/joven en la utilización de sus propias ideas y creatividad para la solución de sus dificultades.

Materiales

- Un espacio comfortable.

Descripción

El facilitador explica el objetivo de la conversación, aclarando que en este espacio lo apoyará en su búsqueda de explicaciones y de alternativas o soluciones al problema. Sugerimos que se guíe por el mapa para el apoyo emocional. El propósito del mapa es conocer la definición del problema que trae el adolescente/joven más que la definición del acompañante; además muestra dos caminos que se pueden complementar entre sí, el de la izquierda enfocado en la búsqueda de recursos y capacidades del adolescente/joven y el de la derecha enfocado en la exploración de las ideas y creencias que mantienen el problema.

43 Corporación Vinculos. Op. Cit. P.42

MAPA PARA EL APOYO EMOCIONAL

Iniciar la conversación

Explicitar las expectativas y hacer acuerdos tanto del facilitador como del adolescente/joven. Este decidirá sobre qué tema o problema enfocar la conversación.



Conocer el contexto en el cual el problema surge, invitando al adolescente/joven a compartir únicamente la información que él considera útil.

Su papel principal es escuchar y periódicamente compartir su entendimiento de la situación que refiere el adolescente/joven, teniendo en cuenta su lenguaje, sin hacer juicios de valor e interpretaciones de la situación.



Preguntas acerca de las excepciones o los éxitos del pasado

Hacer preguntas acerca de los momentos en los que el adolescente/joven considera que la situación expuesta no ha sido problemática o que él ha podido controlarla.

Hacer preguntas sobre la manera como el adolescente/joven ha superado otro tipo de problemas en su vida.



Mientras escucha al adolescente/joven piense **qué prejuicios, creencias, ideas, "dominan" la forma como el adolescente/joven explica y actúa frente al problema.**

Realice preguntas que cuestionen esas creencias dominantes y muestre otras formas de explicar el problema.



Hacer preguntas de presuposición: es decir, suponer que el problema no existe para luego indagar cómo sería la vida sin él. Con esta imagen ideal construya cambios que pueda hacer en el presente.



Con esta información **recrea la identidad del adolescente/joven**

Ayude al adolescente/joven a explorar con qué herramientas cuenta en la actualidad en términos de las nuevas relaciones que se están construyendo y las actividades que le propone el programa.

Pregunte cómo estos elementos podrían ayudarle a superar el problema.



- ¿Haber conversado sobre esto qué te dice sobre ti?
- ¿Qué recursos nuevos has visto en ti?

BIBLIOGRAFÍA

- Bateson, G. (1979). *Espíritu y Naturaleza*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Bruner, J. (1986). *Realidad Mental y mundos posibles*. Barcelona: Gedisa.
- Cárdenas, E. (1999). *Violencia: Intervenciones de la paz para la paz*. Barcelona: Juan Granica
- Cobb, S. (1997). Dolor y paradoja: la fuerza centrífuga de las narraciones mujeres víctimas en un refugio para mujeres golpeadas. En: *Construcciones de la experiencia humana*. Pakman, M. Volumen II.
- Corporación Vínculos (2004). *Módulos para el acompañamiento psicosocial con niños, niñas y jóvenes desvinculados del conflicto armado*. Bogotá: Corporación Vínculos, ICBF, OIM
- Durrant, M y White C (comps) (1990). *Terapia del abuso sexual*. Barcelona: Gedisa
- Durrant M, y Kowalsky (1993). *Superar los efectos del abuso sexual: Desarrollar la percepción de la propia capacidad*. En: *Terapia del abuso sexual*. Durrant, M y White, C. Barcelona: Gedisa
- Esler, I y Waldegrave (1993). *Abuso sexual: Dos mujeres exponen dos maneras diferentes de encarar el mismo problema y en la misma perspectiva*. En: *Terapia del abuso sexual*. Durrant, M y White, C. Barcelona: Gedisa.
- Foucault, M. (1979). *La microfísica del poder*. Madrid: La piqueta
- Gergen (1996), *Realidades y Relaciones: Aproximaciones a la Construcción social*. Barcelona: Paidós
- Kamsler A (1993). *La formación de la imagen de sí misma: Terapia con mujeres que sufrieron abuso sexual durante la infancia*. En: *Terapia del abuso sexual*. Durrant M y White C. Barcelona: Gedisa
- Madanes, C (1993). *Sexo, amor y violencia*. Barcelona: Paidós
- Maldonado, I (2003). *Subjetividad, familia, comunidad y violencia: abordajes que favorecen la resiliencia*. En: *Sistemas Familiares*. Buenos Aires: ASIBA
- Maturana, H y Verden-Zoller Gerda. (1993). *Amor y juego: Aspectos olvidados de lo humano, desde el patriarcado a la democracia*. Santiago de Chile: Dolmen
- Maturana, H. (1995). *Biología y violencia*. En: *Violencia sus distintos ámbitos de expresión*. Coddu F.; Kunstmann y Méndez C. Santiago de Chile: Dolmen
- Ncazelo, N (2006). *The tree of life Project: Using narrative ideas in work with vulnerable children in Southern Africa*. *Adelaida: The International Journal of narrative therapy and community wok*.
- Packman, M. (1990). *Notes on the Cibernetics of aggression*. Conferencia dictada en Massachusetts General Hospital. Boston
- Perroné, R y Nannine, M (1998). *Violencia y abusos sexuales en la familia. Un abordaje sistémico y comunicacional*. Barcelona: Paidós
- Ravazzola, M. (1997). *Historias infames: Los maltratos en las relaciones*. Buenos Aires: Paidós.
- Sluzky, C. (1994). *Violencia familiar y violencia política: Implicaciones terapéuticas de un modelo en general*. En: *Nuevos paradigmas, cultura y subjetividad*. Schnitman Dora Fried. Buenos Aires: Paidós.
- Sluzky, C (2006). *Victimización, recuperación y las historias con "mejor forma"*. En: *Sistemas Familiares*. Argentina: ASI-BA.
- Shotter, J. (1996). *El lenguaje y la construcción del si mismo*. En: *Construcciones de la experiencia Humana*. Packman, M (comp.). Barcelona: Gedisa.
- Tomm, K. (1987). *La entrevista como intervención*. Parte III. *Family Process*. Vol 26. No. 1
- White, M y Epston, D (1989). *Literature means to therapeutic ends*. Dulwich Centre Publications. Adelaida.
- White, M. (1997). *Guías para una terapia familiar sistémica*. Barcelona: Gedisa

**Esta publicación es de carácter
educativo. Está prohibida su venta y
comercialización**

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
Avenida carrera 68 N°64C-75 Sede Nacional
PBX 4377630 Bogotá- Colombia
Línea gratuita nacional ICBF 01 8000 91 8080
www.icbf.gov.co

Estado Comunitario: desarrollo para todos

