

Una herramienta

para fortalecer capacidades
y multiplicar aprendizajes
con personas afectadas por violencias

Más
escucha
Más empatía
Más acción
Más comunidad

Personas
Comunidad
Oportunidades
Vidas dignas



Conocimiento
que transforma
realidades

TABLA DE CONTENIDOS

Conocimiento
que transforma
realidades



PRESENTACIÓN 4



INTRODUCCIÓN 5



1. ¿PARA QUÉ ES ESTA CARTILLA? 6



2. ¿A QUIÉNES ESTÁ DIRIGIDA? 7



3. PROPÓSITO Y OBJETIVOS 8



4. PRINCIPIOS ORIENTADORES 9



5. ORIENTACIONES PARA EL USO DE LA CARTILLA 10



MÓDULO I. DERECHOS Y DIGNIDAD

- Unidad 1. Somos sujetos de derechos 12
- Unidad 2. Derechos de las personas afectadas por violencias 15
- Unidad 3. Participación y exigibilidad de derechos 19
- Herramienta: Mapa de derechos y rutas de orientación 20



MÓDULO II. COMPRENDER LAS VIOLENCIAS

- Unidad 4. ¿Qué entendemos por violencia? 22
- Unidad 5. Violencia directa 23
- Unidad 6. Violencia estructural 24
- Unidad 7. Violencia cultural 25
- Unidad 8. Violencia simbólica 26
- Unidad 9. Cómo se relacionan las diferentes violencias 27
- Herramienta: Mapa de análisis de violencias 27



MÓDULO III. ESCUCHA ACTIVA Y CUIDADO

- Unidad 10. Escuchar para comprender 29
- Unidad 11. Comunicación empática 30
- Unidad 12. Conversaciones sensibles 31
- Unidad 13. Autocuidado y cuidado colectivo 32
- Herramienta: Semáforo de la escucha y el cuidado 32



MÓDULO IV. LIDERAZGO, PARTICIPACIÓN Y ORGANIZACIÓN

- Unidad 14. Liderazgo transformador 34
- Unidad 15. Organización y trabajo colectivo 35
- Unidad 16. Redes y territorio 36
- Herramienta: Mapa de actores y capacidades 36



MÓDULO V. FORMACIÓN DE MULTIPLICADORES

- Unidad 17. Del participante al multiplicador 38
- Unidad 18. Cómo facilitar un grupo 39
- Unidad 19. Cómo replicar sin revictimizar 40
- Unidad 20. Diseño de una sesión de réplica 41



MÓDULO VI. DE LOS APRENDIZAJES A LA ACCIÓN

- Unidad 21. Plan de acción 43
- Unidad 22. Mi compromiso como multiplicador/a 44



CAJA DE HERRAMIENTAS 45



GLOSARIO 47



EVALUACIÓN FINAL 49



BIBLIOGRAFÍA Y FUENTES DE CONSULTA 51



PRESENTACIÓN



Más
personas
Más fuertes
Más justas



Las personas que han vivido situaciones de violencia han enfrentado circunstancias que pueden producir profundas afectaciones individuales, familiares, comunitarias y territoriales.

Sin embargo, reconocer estas afectaciones no significa reducir a las personas a la condición de víctimas.

Cada persona posee **capacidades, conocimientos, experiencias, relaciones y posibilidades de contribuir a la construcción de soluciones.**

Esta cartilla nace de esa convicción.

Su propósito es fortalecer a personas afectadas por violencias para que puedan conocer sus derechos, comprender las diferentes formas de violencia, desarrollar habilidades de escucha activa, fortalecer sus capacidades de liderazgo y participación y, especialmente, **convertirse en multiplicadoras de estos aprendizajes con otras personas.**

El proceso se fundamenta en la dignidad humana, los derechos, la participación, el cuidado, la autonomía y la no revictimización.

La cartilla no pretende convertir a los participantes en terapeutas, abogados, trabajadores sociales o profesionales especializados.

Busca proporcionar **herramientas básicas de formación, escucha, facilitación y orientación**, reconociendo claramente los límites del rol del multiplicador.

Cuando una situación supera sus capacidades, la respuesta adecuada no es improvisar una solución, sino **buscar apoyo y orientar hacia las instituciones, profesionales o rutas correspondientes.**



Conocimiento
que transforma
realidades



INTRODUCCIÓN

Otras formas de mirar
otras formas
de construir
un mejor futuro

La violencia no tiene una sola forma.

Puede manifestarse de manera directa mediante una agresión, una amenaza o una acción que produce daño. Pero también puede estar presente en estructuras sociales que generan desigualdad, en creencias que justifican la discriminación o en expresiones simbólicas que hacen parecer normales determinadas relaciones de dominación.

Por eso esta cartilla propone comprender cuatro dimensiones:



**VIOLENCIA
DIRECTA**



**VIOLENCIA
ESTRUCTURAL**



**VIOLENCIA
CULTURAL**



**VIOLENCIA
SIMBÓLICA**

Comprenderlas permite ampliar la capacidad de analizar lo que sucede en la vida cotidiana, las organizaciones y los territorios.

Pero conocer las violencias no es suficiente. También necesitamos aprender a escuchar.

Una persona que acompaña o facilita procesos con otras personas puede causar daño si interroga, juzga, presiona o exige relatos personales. Por ello, la **escucha activa** es una competencia transversal.

Escuchar significa estar presente, prestar atención, comprender, respetar silencios y límites y reconocer que la otra persona tiene autonomía sobre su propia historia.



Escuchar
también es
acompañar

Personas
que inspiran
cambios

Finalmente, esta cartilla propone pasar del aprendizaje individual a la acción colectiva.

La persona participante podrá convertirse progresivamente en:



APRENDIZ



PRACTICANTE



FACILITADOR/A



MULTIPLICADOR/A



**AGENTE DE
TRANSFORMACIÓN**

Conocimiento
que transforma
realidades

Una herramienta para fortalecer
capacidades y multiplicar aprendizajes
con personas afectadas por violencias

1. ¿PARA QUÉ ES ESTA CARTILLA?

La cartilla tiene cinco propósitos:



CONOCER

Comprender derechos y diferentes manifestaciones de violencia.



REFLEXIONAR

Relacionar los contenidos con la realidad personal, organizativa y territorial.



PRACTICAR

Desarrollar habilidades mediante ejercicios.



MULTIPLICAR

Aprender a compartir los conocimientos con otras personas.



TRANSFORMAR

Convertir los aprendizajes en acciones individuales y colectivas.





2. ¿A QUIÉNES ESTÁ DIRIGIDA?

Está dirigida a:



1. Personas afectadas por violencias.



2. Personas reconocidas como víctimas dentro de los marcos legales correspondientes.



3. Lideresas y líderes comunitarios.



4. Integrantes de organizaciones sociales.



5. Personas vinculadas a procesos territoriales.



6. Jóvenes y adultos interesados en procesos de formación comunitaria.



7. Personas que deseen convertirse en multiplicadoras.

3. OBJETIVO GENERAL

Fortalecer las capacidades de personas afectadas por violencias para reconocer y ejercer sus derechos,

comprender las diferentes manifestaciones de violencia, desarrollar habilidades de escucha activa, liderazgo y participación, y multiplicar estos aprendizajes con otras personas desde un enfoque de dignidad, autonomía, cuidado y no revictimización.



DIGNIDAD

AUTONOMÍA

CUIDADO

NO REVICTIMIZACIÓN

4. PRINCIPIOS ORIENTADORES



AUTONOMÍA -

Cada persona decide qué comparte y cómo participa.



DIGNIDAD -

Toda persona merece respeto.



PARTICIPACIÓN

- La voz de cada persona tiene valor.



DERECHOS -

Las personas son sujetos de derechos.



DIVERSIDAD

Las personas y territorios tienen diferentes historias y necesidades.



NO REVICITIMIZACIÓN

Nadie debe ser obligado a narrar experiencias dolorosas.



RESPONSABILIDAD

Cada multiplicador debe reconocer los límites de su rol.



CUIDADO

La formación debe proteger el bienestar.

5. ORIENTACIONES PARA UTILIZAR LA CARTILLA

Cada unidad contiene:



CONCEPTO CLAVE

Presenta la idea fundamental.



PARA RECORDAR

Resume el aprendizaje.



REFLEXIONE

Relaciona el contenido con la experiencia.



HERRAMIENTA DEL LÍDER

Propone un instrumento práctico.



PARA MULTIPLICAR

Explica cómo compartir el contenido.



CUIDADO

Presenta recomendaciones para evitar revictimización.

MÓDULO I



DERECHOS Y DIGNIDAD



EDUCACIÓN



CUIDADO



PARTICIPACIÓN



UNIDAD 1

SOMOS SUJETOS DE DERECHOS

Objetivo

Comprender el concepto de derechos humanos y reconocer a cada persona como sujeto de derechos.



CONCEPTO CLAVE

Los derechos humanos se fundamentan en la dignidad de las personas. Ser sujeto de derechos significa reconocer que tenemos derechos, podemos ejercerlos, participar en asuntos que nos afectan y solicitar protección cuando corresponda.

Los derechos no son favores.



CARACTERÍSTICAS UNIVERSALES

INHERENTES



Están relacionados con la dignidad humana.

INTERDEPENDIENTES



Los derechos están relacionados entre sí.

UNIVERSALES



Corresponden a todas las personas.

INDIVISIBLES



No deben entenderse como derechos de mayor o menor importancia según la persona.



PARA RECORDAR

Tengo derechos porque soy persona, no porque alguien decida concedérmelos.



REFLEXIONE

- ¿Qué derechos considero esenciales?
- ¿Cuándo siento que mi dignidad es respetada?
- ¿Qué situaciones pueden vulnerar derechos?
- ¿Qué puedo hacer frente a una vulneración?



HERRAMIENTA MAPA DE DERECHOS

 Derecho	 ¿Qué significa?	 ¿Cómo lo ejerzo?	 ¿Dónde puedo buscar orientación?
Vida			
Integridad			
Igualdad			
Participación			
Educación			
Salud			
Trabajo			
Vivienda			

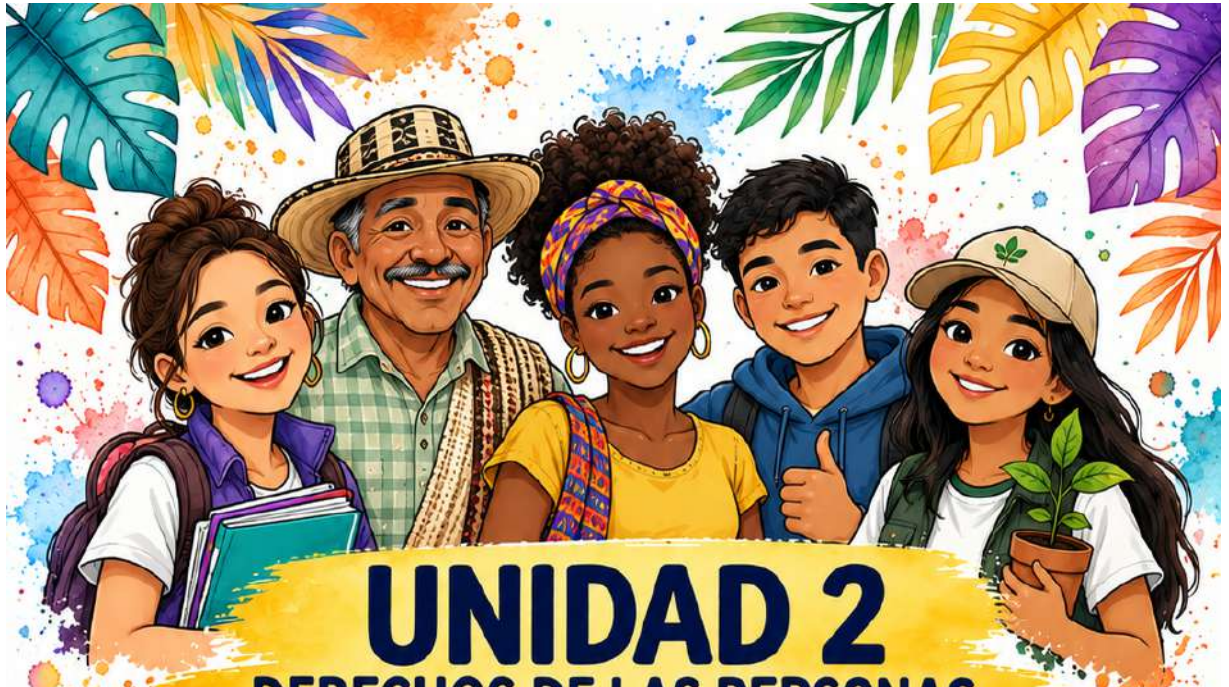


ACTIVIDAD "DERECHOS EN MI VIDA"

Cada participante selecciona tres derechos y escribe:

- ¿Por qué son importantes?
- ¿Dónde se ejercen?
- ¿Qué barreras pueden existir?





UNIDAD 2

DERECHOS DE LAS PERSONAS AFECTADAS POR VIOLENCIAS



Objetivo

Reconocer derechos relacionados con atención, protección, participación, verdad, justicia, reparación y garantías de no repetición, según el marco jurídico aplicable.



CONCEPTO CLAVE

Las personas afectadas por hechos de violencia mantienen todos sus derechos y pueden contar con medidas específicas de protección, atención, asistencia y reparación de acuerdo con la legislación aplicable.



Atención



Protección



Participación



Verdad



Justicia



Reparación



No repetición

DERECHOS FUNDAMENTALES A RECONOCER



DIGNIDAD

Recibir trato respetuoso.



INFORMACIÓN

Recibir información clara.



PARTICIPACIÓN

Participar en asuntos que les conciernen.



PROTECCIÓN

Recibir medidas de protección cuando corresponda.



ATENCIÓN

Acceder a servicios disponibles.



JUSTICIA

Acceder a mecanismos judiciales cuando corresponda.



VERDAD

Participar en procesos de esclarecimiento.



REPARACIÓN

Acceder a mecanismos de reparación conforme a la legislación.



NO REPETICIÓN

Contribuir a procesos que prevengan nuevos hechos de violencia.



PARA RECORDAR

Conocer nuestros
derechos fortalece
nuestra capacidad
para participar
y tomar decisiones.



REFLEXIONE



¿Conozco
las instituciones
de mi territorio?



¿Sé dónde
solicitar
información?



¿Sé cuándo
debo acudir
a un profesional?



DERECHOS
IGUALDAD
OPORTUNIDADES



HERRAMIENTA

MAPA DE RUTAS

Una guía para identificar a quién acudir según nuestras necesidades.

ORIENTACIÓN

PROTECCIÓN

ATENCIÓN

JUSTICIA

Necesidad	Actor o institución	Tipo de apoyo	Información requerida
Orientación			
Protección			
Atención			
Asesoría jurídica			
Apoyo psicosocial			



Importante: Las rutas deberán verificarse y actualizarse según el territorio y la normatividad vigente.



ACTIVIDAD

“¿QUIÉN PUEDE AYUDAR?”

Se presentan casos ficticios.
El grupo debe identificar:

1



Necesidad

2



Derecho relacionado

3



Actor competente

4



Forma adecuada de solicitar orientación

JUNTOS Y JUNTAS
TEJEMOS TERRITORIOS MÁS SEGUROS

Conocer
Mis derechos
Construir
Mi futuro

Comunidades
que participan
construyen
cambios

DIÁLOGO

Liderazgo

Participar
Proponer
Transformar

Nuestros
derechos
también
cuentan

UNIDAD 3

PARTICIPACIÓN Y EXIGIBILIDAD

Objetivo



Fortalecer conocimientos y habilidades para participar en espacios comunitarios e institucionales y utilizar mecanismos disponibles para la protección y exigibilidad de derechos.



CONCEPTO CLAVE



La exigibilidad consiste en utilizar mecanismos sociales, comunitarios, administrativos o jurídicos disponibles para solicitar el respeto, protección o garantía de los derechos.

No toda situación se resuelve de la misma manera.

Por eso es importante identificar:



qué derecho
está relacionado,



qué institución
tiene competencia,



qué mecanismo
existe



y qué apoyo
necesitamos.

Conocer
Participar
Exigir
Transformar

19

Nuestros derechos
son una herramienta
para la vida



 SITUACIÓN	 DERECHO	 RESPONSABLE	 MECANISMO	 ACCIÓN	 SEGUIMIENTO
¿Qué está ocurriendo?	¿Qué derecho se relaciona?	¿Qué institución o actor tiene competencia?	¿Qué mecanismo se puede utilizar?	¿Qué vamos a hacer?	¿Cómo verificamos el avance?



MÓDULO II



COMPRENDER LAS VIOLENCIAS



CONOCIMIENTO



EMPATÍA



PREVENCIÓN



CONVIVENCIA

Observar
Escuchar
Reconocer
Actuar

La violencia
también
puede ser
silenciosa

UNIDAD 4

¿QUÉ ENTENDEMOS POR VIOLENCIA?

Objetivo



Construir una comprensión amplia de la violencia y reconocer que puede presentarse de manera visible o naturalizada.



CONCEPTO CLAVE

La violencia puede entenderse como un fenómeno que afecta personas, relaciones y comunidades y que puede expresarse de diferentes maneras.

No todas las violencias son inmediatamente visibles.



PERSONAS



RELACIONES



COMUNIDADES



VISIBLE
O NATURALIZADA



DIÁLOGO
Y PREVENCIÓN

Comprender también es prevenir

Reconocer
la violencia
también es
prevenirla

LA VIOLENCIA
NO ES EL CAMINO

Entornos
seguros
para todas
y todos

UNIDAD 5

VIOLENCIA DIRECTA



Objetivo

Identificar manifestaciones de violencia directa
y reconocer sus posibles impactos.



CONCEPTO CLAVE

La violencia directa se manifiesta mediante acciones concretas
que producen daño. Puede incluir:



Agresión
física



Amenaza



Violencia
psicológica



Violencia
sexual



Violencia
verbal



Intimidación



Daño contra
bienes o
personas



Ejemplo

Una persona amenaza
directamente a otra
para impedirle participar
en una actividad
comunitaria.



Actividad

"LO QUE VEMOS"

Analizar situaciones ficticias
e identificar la acción concreta
que produce daño.



Más conciencia, menos violencia,
comunidades más fuertes

Sociedades
más justas,
comunidades
más fuertes

La igualdad
de oportunidades
también
es prevenir
la violencia

UNIDAD 6

VIOLENCIA ESTRUCTURAL

Objetivo

Reconocer condiciones sociales, económicas, políticas e institucionales que pueden generar o reproducir desigualdad, exclusión y vulneración de derechos.



CONCEPTO CLAVE

La violencia estructural puede operar sin que exista una persona identificable realizando directamente una agresión.
Puede aparecer en:



Desigualdades
persistentes



Exclusión



Barreras
institucionales



Falta de
oportunidades



Discriminación



Acceso desigual
a recursos

Ejemplo



En una comunidad, las niñas y niños no pueden acceder a educación de calidad por falta de infraestructura y recursos.

Actividad



“MIREMOS LAS ESTRUCTURAS”

Analizar un caso comunitario e identificar qué condiciones estructurales están presentes.



Eliminar las desigualdades
también construir paz

Derechos para todas
las personas,
en todos los territorios

Cambiamos
las ideas que
hacen daño

Siempre
ha sido así

Eso es
normal

OTRAS
NARRATIVAS
SON POSIBLES

La cultura
también puede
ser violencia,
pero también
puede ser
transformación

Ese grupo
pueden

Ese grupo
no sirve

Igualdad
Respeto
Diversidad
Oportunidades
Convivencia

UNIDAD 7

VIOLENCIA CULTURAL

Objetivo



Identificar creencias, valores, discursos y prácticas que pueden contribuir a legitimar o normalizar diferentes formas de violencia.



CONCEPTO CLAVE



Algunas ideas pueden hacer que una situación injusta parezca normal.

Estas expresiones pueden contribuir a mantener desigualdades.

Ejemplos:

"Siempre
ha sido así."

"Ese grupo
no tiene
capacidad."

"Eso es normal
en esa
comunidad."

"No vale la pena
que participe."

Actividad



"DESNATURALIZAR LO COTIDIANO"

Identificar expresiones que normalizan discriminación y construir alternativas respetuosas.



Nuevas miradas,
comunidades más justas

El respeto
en nuestras
palabras también
construye
comunidad

Esas
personas
no sirven

Las
mujeres no
pueden

Eso es cosa
de hombres

LOS
ESTEREOTIPOS
TAMBIÉN
SON VIOLENCIA

Aquí siempre
se ha hecho así

Las palabras
importan,
las imágenes
también,
la forma en que
representamos
a las personas
influye

COMUNICAR
TAMBIÉN
ES INCLUIR

UNIDAD 8

VIOLENCIA SIMBÓLICA

Objetivo

Reconocer formas de violencia que operan mediante lenguaje, imágenes, símbolos, representaciones y relaciones sociales.

CONCEPTO CLAVE

La violencia simbólica puede ser sutil.
Puede expresarse mediante:



Estereotipos



Etiquetas



Ridiculización



Invisibilización



Lenguaje
discriminatorio



Representaciones
negativas

Actividad

“LAS PALABRAS TAMBIÉN CONSTRUYEN REALIDADES”

Analizar expresiones cotidianas y transformarlas
en formas de comunicación respetuosa.

Más respeto, más inclusión,
más comunidades libres de violencia

Distintas
violencias,
una misma
realidad



VIOLENCIA
DIRECTA



VIOLENCIA
ESTRUCTURAL



VIOLENCIA
CULTURAL



VIOLENCIA
SIMBÓLICA

Comprender
la relación
nos ayuda
a transformar



Juntas y juntos
por comunidades
libres de violencias



Mirar
el todo
para generar
cambios
reales



UNIDAD 9

CÓMO SE RELACIONAN LAS VIOLENCIAS



Objetivo

Analizar la relación entre violencias directas,
estructurales, culturales y simbólicas.



CONCEPTO CLAVE

Las diferentes formas de violencia no necesariamente aparecen aisladas.
Una situación directa puede estar relacionada con condiciones estructurales
y con ideas culturales o simbólicas que la justifican o facilitan.



HERRAMIENTA MATRIZ DE ANÁLISIS



 Situación	 Directa	 Estructural	 Cultural	 Simbólica	 ¿Qué transformar?



Diferentes violencias, una misma oportunidad:
construir sociedades más justas



Reconocer
es el primer paso
para cambiar



MÓDULO III



ESCUCHA ACTIVA Y CUIDADO



ESCUCHA



RESPECTO



APOYO



BIENESTAR

Escuchar
también
transforma
realidades

UNIDAD 10

Más
escucha
más empatía
más comunidad

Las
buenas
conversaciones
también
cuidan

ESCUCHAR PARA COMPRENDER



Objetivo

Desarrollar habilidades básicas
de escucha activa.



CONCEPTO CLAVE

Escuchar activamente significa prestar atención
con intención de comprender.
Incluye:



Atención



Preguntas
abiertas



Parfraseo



Validación



Respeto por
los silencios



Respeto por
los límites



PARA RECORDAR

"Escuchar no significa estar de acuerdo.
Significa reconocer al otro como
interlocutor válido."



HERRAMIENTA LAS 5 A



ATENDER



ACOGER



ACLARAR



ACOMPÑAR



ACORDAR



Actividad

"TRES MINUTOS PARA ESCUCHAR"

Ejercicio en parejas sobre un tema cotidiano.
No se utilizan experiencias traumáticas como requisito.



Escuchar hoy
construye un mejor mañana

Personas
que se escuchan
comunidades
más fuertes

Escuchar
Comprender
Acompañar
Transformar



La empatía
también
construye
comunidades
más justas



UNIDAD 11

COMUNICACIÓN EMPÁTICA



Objetivo

Fortalecer habilidades para responder de manera respetuosa y empática.



FRASES ÚTILES

- “Gracias por compartirlo.”
- “Le escucho.”
- “¿Quiere continuar?”
- “¿Prefiere hacer una pausa?”
- “¿Qué necesita en este momento?”



FRASES QUE DEBEMOS EVITAR

- “Eso no es para tanto.”
- “Yo sé exactamente lo que siente.”
- “Usted debería haber...”
- “Olvidelo.”
- “Yo sé cómo solucionar esto.”

Escuchar
Comprender
Acompañar
Transformar

Conversaciones
que cuidan
y abren
nuevos caminos

UNIDAD 12

CONVERSACIONES SENSIBLES

Objetivo

Aprender a manejar conversaciones relacionadas con experiencias difíciles sin generar presión o revictimización.



HERRAMIENTA SEMÁFORO DE LA ESCUCHA



VERDE

La conversación puede continuar.



La persona se siente cómoda, segura y dispuesta a seguir hablando.



AMARILLO

Se requiere pausa, cambio de actividad o verificar cómo se encuentra la persona.



Es momento de cuidar, revisar el bienestar y ajustar el enfoque.



ROJO

Debe detenerse la actividad y buscar apoyo adecuado.



La conversación puede estar generando malestar. Es necesario contar con acompañamiento profesional o institucional.

Conversar con sensibilidad también transforma

Las palabras también pueden cuidar

Cuidar
para seguir
acompañando



Cuidarnos
también
es construir
comunidad



El bienestar
también
transforma
realidades



PERSONAS
QUE SE CUIDAN
PERSONAS
QUE TRANSFORMAN

JUNTOS
SOMOS
MÁS FUERTES



UNIDAD 13

AUTOCUIDADO Y CUIDADO COLECTIVO



Objetivo

Reconocer prácticas de autocuidado y cuidado colectivo necesarias para la sostenibilidad de los procesos.



CONCEPTO CLAVE

Quien acompaña a otras personas también necesita cuidarse.
El multiplicador no puede resolver todas las situaciones.
Debe conocer sus límites.



ACTIVIDAD MI RED DE APOYO

Identifique:



Personas
de confianza



Organizaciones



Instituciones



Profesionales

Mi bienestar también impulsa el cambio



MÓDULO IV

LIDERAZGO, PARTICIPACIÓN Y ORGANIZACIÓN



IDEAS



PARTICIPACIÓN



ORGANIZACIÓN



CAMBIO

Liderar
también es
escuchar
aprender
y servir

Juntos
podemos construir
comunidades
más justas y solidarias

Personas
que inspiran
personas
que transforman

Más
participación
Más equidad
Más oportunidades

Liderazgos
diversos
para un
mejor futuro

UNIDAD 14

LIDERAZGO TRANSFORMADOR

Objetivo

Fortalecer capacidades de liderazgo democrático, participativo y colaborativo.

CONCEPTO CLAVE

Liderar no significa tener todas las respuestas. Significa facilitar la participación y fortalecer capacidades en otras personas.

PARA RECORDAR

Un buen líder no crea dependencias:
crea capacidades.



PARTICIPACIÓN



RESPECTO



COLABORACIÓN



TRANSFORMACIÓN

Pequeñas
acciones
grandes
cambios

Organizar
idear
compartir
lograr

En equipo
generamos
mayores
cambios

La unión
de personas
comprometidas
hace la diferencia

Ideas de hoy,
comunidades
más fuertes
mañana

Diferentes
talentos,
un mismo
propósito

✓ Participación
✓ Organización
✓ Resultados

Planear
Actuar →
← Transformar

UNIDAD 15

ORGANIZACIÓN Y TRABAJO COLECTIVO



Objetivo

Fortalecer capacidades para organizar acciones y distribuir responsabilidades.



HERRAMIENTA

Actividad	Responsable	Apoyo	Fecha	Recursos

Planificar
juntos

Compartir
responsabilidades

Construir
confianza

Multiplicar
resultados

La organización
también
es una forma
de cuidar

UNIDAD 16

REDES Y TERRITORIO

Conectando personas
para transformar
realidades



Objetivo

Reconocer actores, recursos,
necesidades y oportunidades
presentes en el territorio.



HERRAMIENTA

MAPA DE ACTORES

Identificar:



Comunidad



Organizaciones



Instituciones



Liderazgos



Redes



Recursos



Oportunidades

Conocer
nuestro territorio
nos ayuda a construir
soluciones reales

Más redes,
más oportunidades
para todas las personas



MÓDULO V



FORMACIÓN DE MULTIPLICADORES



APRENDER



COMPARTIR



FORTALECER



MULTIPLICAR

Aprender
también es
compartir
lo que
sabemos

Pequeñas
acciones generan
grandes cambios

Multiplicar
conocimientos
es multiplicar
oportunidades

Compartir
Inspirar
Acompañar
Transformar

El
conocimiento
también
se vive en
comunidad

UNIDAD 17

DEL PARTICIPANTE AL MULTIPLICADOR

Objetivo



Comprender el rol y las responsabilidades
de quien comparte conocimientos
con otras personas.



CONCEPTO CLAVE



El multiplicador:

- ✓ Facilita.
- ✓ Escucha.
- ✓ Orienta.
- ✓ Motiva.
- ✓ Organiza.
- ✓ Comparte.



SUMA
CAPACIDADES



Pero no:

- ✗ Diagnostica.
- ✗ Interroga.
- ✗ Juzga.
- ✗ Promete soluciones.
- ✗ Sustituye profesionales.



RESPETA
LOS LÍMITES



Más personas formadas,
más comunidades fortalecidas

Personas
que acompañan
también
transforman

Juntos
aprendemos, compartimos
y multiplicamos

Cada
conversación
puede abrir
nuevas
oportunidades

Escuchar
Dialogar
Construir
Transformar

UNIDAD 18

CÓMO FACILITAR UN GRUPO



Objetivo

Desarrollar habilidades
básicas de facilitación.



UNA SESIÓN DEBE TENER

1

BIENVENIDA



Crear confianza.

2

OBJETIVO



Explicar qué
se aprenderá.

3

ACTIVIDAD



Aprender haciendo.

4

REFLEXIÓN



Construir
significado.

5

HERRAMIENTA



Llevar el aprendizaje
a la práctica.

6

CIERRE



Recoger
aprendizajes.

Grupos que aprenden,
comunidades que avanzan

Cuidar también es parte de transformar

Replicar con respeto también construye comunidades más fuertes

Escuchar sin juzgar también es una acción de cambio

PERSONAS DIGNAS HISTORIAS QUE IMPORTAN

UNIDAD 19

CÓMO REPLICAR SIN REVICITIMIZAR

Objetivo

Aplicar principios de derechos, escucha y cuidado al replicar contenidos.



REGLAS DE ORO

1



Nadie está obligado a hablar.

2



No pedir detalles de experiencias violentas.

3



No juzgar.

4



No comparar sufrimientos.

5



No prometer soluciones.

6



Respetar los silencios.

7



Ofrecer pausas.

8



Reconocer límites.

9



Orientar adecuadamente.

10



Cerrar siempre las actividades de manera cuidadosa.

Replicar con ética transforma vidas

Más empatía
Más cuidado
Más impacto

Planear
también es
cuidar

Ideas de hoy,
más comunidades
mañana

- ✓ Planear
- ✓ Compartir
- ✓ Facilitar
- ✓ Transformar

Diseñar
juntos también
es transformar

UNIDAD 20

DISEÑO DE UNA SESIÓN DE RÉPLICA

Objetivo

Diseñar una sesión completa utilizando los conocimientos y herramientas aprendidos.

FICHA DE RÉPLICA



Tema:



Objetivo:



Grupo:



Número de
participantes:



Duración:



Materiales:



Concepto clave:



Actividad:



Preguntas
de reflexión:



Herramienta:



Medidas
de cuidado:



Ruta de apoyo:



Cierre:

Planear hoy para multiplicar oportunidades

Multiplicar
con conocimiento
también es
cuidar

MÓDULO VI

DE LOS APRENDIZAJES A LA ACCIÓN



PLANIFICAR



ACTUAR



TRANSFORMAR



CONSTRUIR

Ideas
de hoy,
acciones
de mañana

Personas que se
organizan, territorios
que cambian

Mis
aprendizajes
también
generan
soluciones

UNIDAD 21

PLAN DE ACCIÓN



Objetivo

Convertir los aprendizajes en una acción
concreta individual, organizativa o territorial.



HERRAMIENTA



Problema



Derecho relacionado



Forma de violencia



Acción



Responsable



Aliados



Fecha



Planear
Actuar
Transformar

Pequeñas acciones,
grandes cambios

Más personas
más derechos
más
comunidades
fuertes

Compartir
con sentido
también transforma

Yo también
multiplico
esperanza

Personas
Derechos
Acciones
Cambios

UNIDAD 22

MI COMPROMISO COMO MULTIPLICADOR/A

Objetivo



Construir un compromiso personal y colectivo con la promoción de derechos, la prevención de violencias y la multiplicación responsable de conocimientos.



MI COMPROMISO

- 1  Me comprometo a reconocer a cada persona como sujeto de derechos.
- 2  Me comprometo a escuchar sin juzgar.
- 3  Me comprometo a respetar la autonomía.
- 4  Me comprometo a no obligar a nadie a contar su historia.
- 5  Me comprometo a no revictimizar.
- 6  Me comprometo a reconocer mis límites.
- 7  Me comprometo a buscar apoyo cuando una situación supere mis capacidades.
- 8  Me comprometo a promover la participación.
- 9  Me comprometo a fortalecer nuevos liderazgos.
- 10  Me comprometo a compartir los conocimientos de manera responsable.



Nombre: _____



Fecha: _____



Firma: _____

Pequeños compromisos
grandes transformaciones

Multiplicar
con responsabilidad
también es
cuidado

Herramientas
para aprender,
compartir
y transformar

Con
herramientas
también
construimos
esperanza

CAJA DE HERRAMIENTAS

Recursos prácticos para multiplicar conocimientos y generar cambios

1

MAPA DE DERECHOS

Para identificar derechos relacionados con una situación.



2

MAPA DE RUTAS

Para identificar actores e instituciones.



3

DE LA SITUACIÓN A LA ACCIÓN

Para organizar respuestas.



4

MAPA DE VIOLENCIAS

Para identificar dimensiones directas, estructurales, culturales y simbólicas.



5

LAS 5 A DE LA ESCUCHA

Para fortalecer la escucha activa.



6

SEMÁFORO DE CUIDADO

Para reconocer situaciones que requieren pausa o apoyo.



7

MAPA DE ACTORES

Para identificar redes.



8

PLAN DE SESIÓN

Para preparar una actividad.



9

FICHA DE RÉPLICA

Para multiplicar contenidos.



10

PLAN DE ACCIÓN

Para pasar del aprendizaje a la transformación.



Con conocimiento,
organización y acción
multiplicamos derechos

Pequeñas herramientas,
grandes transformaciones

Reflexiono
Aprendo
Cresco
Transformo

Hoy más
herramientas
para un mejor
mañana

Aprender
también
es avanzar

EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE



ANTES DE LA FORMACIÓN



¿Qué espero
aprender?



¿Qué derechos
conozco?



¿Qué entiendo
por violencia?



¿Qué sé sobre
escucha activa?



DESPUÉS DE LA FORMACIÓN



¿Qué aprendí?



¿Qué derecho
comprendí mejor?



¿Qué tipo de violencia
puedo identificar?



¿Qué herramienta
de escucha aprendí?



¿Qué puedo
multiplicar?



EVALUACIÓN DE LA RÉPLICA

Multiplicar
también es aprender

Competencia	✓ Logrado	○ En proceso	✗ Requiere fortalecimiento
Conoce el tema			
Explica claramente			
Escucha activamente			
Promueve participación			
Respeto límites			
Evita revictimización			
Maneja herramientas			
Facilita el diálogo			
Realiza cierre			

Más personas, más derechos, más cambios

Palabras
que construyen
realidades
más justas

Conocer
también
transforma

GLOSARIO

Palabras para comprender, actuar y multiplicar



AUTONOMÍA

Capacidad de tomar decisiones sobre la propia vida.



CUIDADO COLECTIVO

Acciones destinadas a proteger el bienestar de quienes integran un grupo.



DIGNIDAD

Valor inherente de toda persona.



ESCUCHA ACTIVA

Proceso consciente de escuchar para comprender.



EXIGIBILIDAD

Utilización de mecanismos disponibles para solicitar la garantía o protección de derechos.



FACILITADOR/A

Persona que crea condiciones para el aprendizaje y la participación.



MULTIPLICADOR/A

Persona que comparte conocimientos y herramientas con otros grupos.



REVICITIMIZACIÓN

Acciones que pueden producir nuevas afectaciones a personas que han vivido violencia.



SUJETO DE DERECHOS

Persona reconocida como titular de derechos.



VIOLENCIA CULTURAL

Creencias y prácticas que pueden legitimar o normalizar la violencia.



VIOLENCIA DIRECTA

Acciones concretas que producen daño.



VIOLENCIA ESTRUCTURAL

Condiciones estructurales que pueden generar o reproducir desigualdad, exclusión y vulneración de derechos.



VIOLENCIA SIMBÓLICA

Formas de dominación o discriminación expresadas mediante símbolos, lenguaje, representaciones y relaciones sociales.

Con conocimiento,
sembramos cambios

Juntas y juntos
hacemos
la diferencia



Más
personas,
más derechos,
más
cambios



CIERRE

APRENDER PARA TRANSFORMAR



*Esta cartilla parte
de una convicción:*



Las personas afectadas por violencias
no son únicamente receptoras de ayuda.
También pueden ser protagonistas de procesos
de aprendizaje, participación y transformación.

Con conocimiento,
participación y solidaridad,
construimos futuros
más justos



Conocimiento que transforma

Otras formas de mirar
otras formas
de construir
un mejor futuro



Conocer los derechos
permite fortalecer
la autonomía.



Comprender las violencias
permite reconocer aquello
que necesita ser
transformado.



Escuchar activamente
permite construir
relaciones basadas
en respeto.



El liderazgo
permite movilizar
capacidades.



La organización
permite construir
respuestas colectivas.



La multiplicación
permite que el conocimiento
llegue a otras personas.

Por eso nuestra ruta es:



RECONOCER

Reconocer
nuestra dignidad
y nuestras
capacidades.



CONOCER

Comprender
nuestros derechos
y las diferentes
formas de
violencia.



ESCUCHAR

Aprender a
escuchar sin
juzgar ni
revictimizar.



PARTICIPAR

Fortalecer
nuestra voz y
nuestra capacidad
de incidencia.



ORGANIZAR

Construir redes
y acciones
colectivas.



MULTIPlicAR

Compartir
conocimientos
con otras
personas.



TRANSFORMAR

Convertir los
aprendizajes
en acciones.

El cambio
también
es posible

MENSAJES



Una persona puede haber vivido violencia y, al mismo tiempo, ser portadora de **conocimientos, capacidades, liderazgo y esperanza**.



Esta cartilla busca contribuir a que esas capacidades sean **reconocidas y fortalecidas**.



Que quien hoy **participa** pueda mañana **facilitar**.



Que quien **aprende** pueda **compartir**.



Que quien **escucha** pueda ayudar a **construir confianza**.



Que quien **conoce sus derechos** pueda contribuir a que otras personas **también los conozcan**.



Y que cada aprendizaje pueda convertirse en una oportunidad para construir comunidades más **participativas, solidarias, informadas** y capaces de **prevenir y transformar** las violencias.



*Juntas
y juntos
construimos
caminos
de vida
digna* ♥



APRENDER
PARA
FORTALECERNOS.



FORTALECERNOS
PARA
COMPARTIR.



COMPARTIR
PARA
TRANSFORMAR.



Juntas y juntos construimos caminos de vida digna

Más personas
Más derechos
Más oportunidades
Más cambios

FUENTES Y REFERENCIAS

Para la edición institucional definitiva se recomienda incorporar y actualizar:

-  Constitución Política de Colombia.
-  Normativa colombiana sobre derechos humanos.
-  Normativa relacionada con víctimas y reparación.
-  Instrumentos internacionales de derechos humanos ratificados por Colombia.
-  Normativa y políticas públicas aplicables a las poblaciones y territorios participantes.
-  Protocolos institucionales de atención y protección.
-  Rutas territoriales vigentes.
-  Materiales metodológicos utilizados por las entidades responsables del proceso.

Las rutas institucionales y referencias jurídicas deberán ser verificadas y actualizadas antes de la impresión definitiva de la cartilla.

RESPONSABLES

PNUD – Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo



Juntos y juntas construimos caminos de vida digna

Esta cartilla es una invitación a reconocer y fortalecer los conocimientos, capacidades, liderazgos y esperanzas de las personas que han vivido violencias, para que cada aprendizaje se convierta en una oportunidad de construir comunidades más participativas, solidarias, informadas y capaces de prevenir y transformar las violencias.



CICA
Iberoamérica



Más personas informadas,
comunidades más fuertes,
sociedades más justas. 

Participación

Derechos

Comunidad

Conocimiento
que transforma
realidades 