ESE HOSPITAL DEPARTAMENTAL SAN RAFAEL DE RISARALDA

LINEA: Salud Mental

ESTRATEGIA: Acompañamiento a mujeres que viven violencia.
Nombre del profesional: Angie Franciny González Valencia
Profesión: Psicóloga
Fecha de ejecución: 11 de noviembre del 2025

Lugar de la capacitación: Resguardo Indígena La Albania

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

SESIÓN 1. Primer contacto grupal – enganche

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Objetivo general:
Facilitar un espacio grupal para que las mujeres identifiquen las violencias presentes en sus relaciones, comprendan sus manifestaciones y reconozcan los mitos asociados que naturalizan o justifican estas situaciones.

Objetivos específicos:

- Favorecer la confianza, cohesión grupal
- Identificar experiencias personales relacionadas con las violencias.
- Diferenciar tipos de violencia: física, psicológica, sexual y patrimonial.
- Comprender el ciclo de la violencia y sus fases.
- Desnaturalizar creencias comunes sobre la violencia mediante la actividad “Mitos y Realidades”.

3. CURSO DE VIDA

Juventud y adultez

4. METODOLOGIA

La sesión uno de la estrategia, se llevará a cabo en el Resguardo la Albania el 11 de noviembre del 2025 de 1:00 pm a 3:30 pm, en la cual se desarrollará la temática establecida en el Anexo técnico, SESIÓN 1. Primer contacto grupal – enganche**,** por la profesional en Psicología Angie Franciny González Valencia, ejecutora PIC.
La sesión se desarrollará desde un enfoque vivencial, conversacional y participativo, promoviendo la expresión libre, la confianza y la construcción colectiva de saberes.

Las actividades se implementarán en la siguiente secuencia:

Apertura y fortalecimiento de la confianza grupal

Se iniciará con dinámicas de presentación que permitirán generar un ambiente seguro.

Se facilitará un espacio conversacional para reconocer expectativas y disposición hacia el proceso grupal.

Construcción de acuerdos del grupo

Se promoverá la construcción colectiva de normas para la convivencia del grupo, priorizando la confidencialidad, el respeto, la libertad de expresión, el no juzgamiento y el apoyo mutuo.

Se definirán los acuerdos sobre la dinámica de los encuentros y su periodicidad.

Aplicación de instrumentos diagnósticos

Se aplicará un pretest para identificar si las participantes conocen la ruta de atención para casos de violencia contra la mujer.

Se aplicará un test de detección de riesgo específico para identificar posibles situaciones de violencia intrafamiliar.

Desarrollo de las actividades centrales

- **Paseo del género**

Se facilitará una reflexión sobre los roles de género y su impacto en la vida de las mujeres.
Esta actividad está diseñada para promover una reflexión colectiva en torno a la construcción social de los roles de género y su influencia en la vida de las mujeres. A partir de dinámicas participativas y preguntas orientadoras, se busca que las participantes identifiquen cómo las expectativas tradicionales como el rol de cuidadora, la carga doméstica, la obediencia o la disposición permanente han condicionado sus decisiones, oportunidades y relaciones. Durante el ejercicio se proyecta generar un espacio de análisis donde las mujeres puedan reconocer desigualdades naturalizadas, compartir experiencias y comprender cómo estas construcciones socioculturales pueden convertirse en factores de riesgo frente a situaciones de violencia y discriminación.

- **Mitos y realidades de las violencias**

Se identificarán y analizarán creencias erróneas que perpetúan las violencias. Esta actividad se proyecta como un espacio de identificación, análisis y desmontaje de los mitos que sustentan y perpetúan las violencias contra las mujeres. Estos mitos suelen aparecer en conversaciones cotidianas, tradiciones familiares, algunos medios de comunicación e incluso en instituciones, lo

que favorece su normalización. Entre los mitos que se abordarán se incluyen:
"Si no hay golpes, no es violencia." Mito que invisibiliza la violencia psicológica, económica, sexual o emocional.
"Ella sigue ahí porque quiere." Ignora factores como el miedo, la dependencia económica, la manipulación emocional y el ciclo de la violencia.
"Los problemas de pareja se resuelven en privado." Ha mantenido a muchas mujeres en

silencio, evitando rutas de apoyo.
"Los hombres son violentos por naturaleza." Falsa creencia que justifica comportamientos aprendidos y socialmente reforzados.
La proyección metodológica incluye analizar cada mito, contrastarlo con evidencia y construir colectivamente las realidades que permiten comprender, denunciar y prevenir situaciones de violencia.

- Lluvia de ideas: "¿Qué es violencia para mí?"

Se construirá colectivamente el concepto de violencia desde las experiencias personales.
Se proyecta como un ejercicio de apertura conceptual que permite recoger las percepciones, comprensiones y experiencias que las participantes tienen sobre la violencia.
A través de una construcción colectiva, se busca que las mujeres identifiquen situaciones que con frecuencia pasan desapercibidas o se encuentran normalizadas, como los controles excesivos, los celos, la manipulación, la desvalorización, el aislamiento o el chantaje emocional.
El producto metodológico de esta actividad será un concepto ampliado de "violencia", construido de manera participativa, que integrará las dimensiones física, emocional, económica, patrimonial y sexual.

- **Identificación de tipos de violencia**

Se trabajará la clasificación de las violencias en cuatro categorías: física, emocional, sexual y patrimonial.
Esta actividad contempla una explicación detallada de las diferentes formas de violencia contra las mujeres, utilizando ejemplos, situaciones guiadas y análisis de casos.
Los tipos de violencia que se desarrollarán durante la sesión incluyen:
Violencia física: cualquier acción que cause daño corporal.
Violencia emocional/psicológica: humillaciones, amenazas, control, manipulación, aislamiento y desvalorización.
Violencia sexual: todo acto que vulnera la libertad y el consentimiento, incluyendo la coerción, el abuso y el acoso.
Violencia patrimonial o económica: limitación del acceso a recursos, control del dinero, destrucción de bienes y dependencia económica forzada.
La metodología proyecta fortalecer la capacidad de las mujeres para identificar estas violencias en diferentes contextos: hogar, pareja, trabajo, comunidad o instituciones.

- **Explicación del ciclo de la violencia**

Se explicarán las fases del ciclo de la violencia: acumulación de tensión, explosión y "luna de miel".

En esta actividad se desarrollará la explicación de las tres fases del ciclo de la violencia, con el fin de que las participantes puedan identificar patrones repetitivos en relaciones abusivas. Las fases que se trabajarán son:
Acumulación de tensión: caracterizada por discusiones, irritabilidad, control y miedo creciente.
Explosión o agresión: momento en el que se manifiestan las formas directas de violencia, ya sean físicas, emocionales, sexuales o económicas.
"Luna de miel": periodo en el que el agresor expresa arrepentimiento, promesas de cambio o gestos afectivos, generando confusión y esperanza en la víctima.
La proyección metodológica incluye el análisis de cómo este ciclo limita la capacidad de las mujeres para romper la relación, fortaleciendo la importancia de reconocer señales de alerta y de acceder oportunamente a las rutas de orientación y protección.

Materiales a utilizar
Formatos de pretest y test de riesgo.

Edilio Arcila Ramos, médico tradicional y agente comunitario, acompañará el proceso realizando traducción entre español y dialecto Emberá para garantizar la participación intercultural y la comprensión plena de las actividades.
Se espera disposición del grupo para compartir experiencias y construir acuerdos.

Angie Franciny González Valencia
Psicóloga Ejecutora PIC