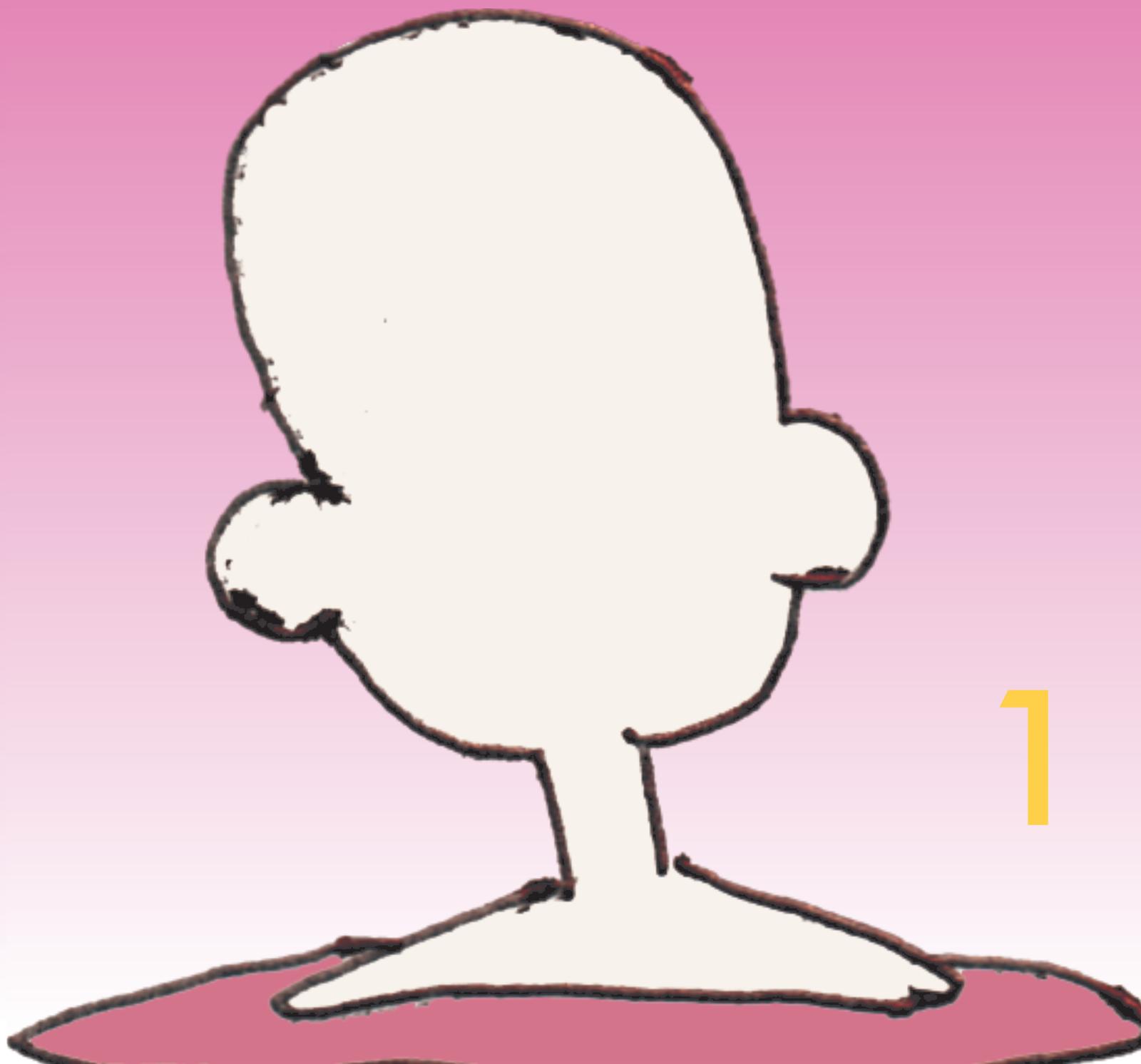


# Yo soy Cartilla de Identidad Duelo y Resiliencia



Embajada de los Países Bajos



OIM Organización Internacional para las Migraciones

Cartilla Número 1. "Yo Soy". Identidad, Duelo y Resiliencia  
Proyecto "Apoyo y Fortalecimiento a las Instituciones Públicas Responsables de la Política de  
Reintegración"

© Organización Internacional para las Migraciones OIM  
Centro Mundial de Investigación y Capacitación para la Solución de Conflictos

Segunda Edición, junio de 2007

Esta publicación fue posible gracias al apoyo de la Embajada de los Países Bajos en Colombia, al trabajo del Centro Mundial de Investigación y Capacitación para la Solución de Conflictos en apoyo a la Alta Consejería para la Reintegración Social y Económica de Personas y Grupos Alzados en Armas, en el marco del Convenio suscrito con la Organización Internacional para las Migraciones OIM.

Los contenidos de esta publicación son responsabilidad de los autores y no necesariamente reflejan las opiniones de la Embajada de los Países Bajos en Colombia, la Alta Consejería para la Reintegración Social y Económica de Personas y Grupos Alzados en Armas - o de la Organización Internacional para las Migraciones OIM.

ISBN: 978-958-98039-0-5

**Autores**  
Marisol Leal Acosta  
Carlota Barragán Betancourt  
Teresa Salazar  
Harold Sánchez  
Cecilia Muñoz

**Edición**  
Carlota Barragán Betancourt

**Diseño e Ilustración**  
Andrés Marcelo González  
Marisol Leal Acosta

**Impresión:**  
Gráficas Darbel Ltda

Se autoriza la utilización y reproducción de este material reconociendo los créditos a las siguientes organizaciones: Proyecto "Apoyo y Fortalecimiento a las Instituciones Públicas Responsables de la Política de Reintegración", Embajada de los Países Bajos, Alta Consejería para la Reintegración Social y Económica de Personas y Grupos Alzados en Armas, Organización Internacional para las Migraciones OIM, Centro Mundial de Investigación y Capacitación para la Solución de Conflictos





## NOTA DE INTRODUCCIÓN Y AGRADECIMIENTOS

La cartilla “Yo Soy. Identidad, Duelo y Resiliencia” es la primera de una serie de cuatro dirigidas a la intervención con jóvenes que se desmovilizaron de manera individual, provenientes de las filas de la guerrilla y el paramilitarismo, en proceso de reintegración a la vida civil.

Concebida con base en una estrategia pedagógica que de manera creciente se apoye en el autoaprendizaje, aborda el crucial tema de la identidad de manera clara y directa. Tiene sus ojos puestos en el excombatiente, para entusiasmar y movilizar su capacidad de aprendizaje y de cambio.

Esta concebida como un material abierto y dinámico. La retroalimentación de los actores relevantes, los avances en el estado del arte y al observación de los cambios del entorno, constituirán las fuentes de una estrategia de mejoramiento continuo que alimentarán nuevas presentaciones.

Merecen especial reconocimiento por este trabajo: Por el Centro Mundial de Solución de Conflictos, las psicólogas Marisol Leal Acosta y Carlota Barragan Betancourt – Directora de Proyectos- como autoras del material, y quienes además coordinaron y realizaron el trabajo editorial, en equipo con Teresa Salazar. Los también psicólogos Cecilia Muñoz y Harold Sánchez, quienes aportaron materiales y experiencias trabajados por ellos con anterioridad de manera independiente, y que participaron activamente en la producción de esta cartilla.

### Agradecimientos especiales

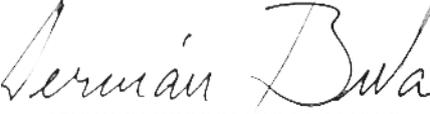
Al Señor Embajador Frans van Haren, y en su cabeza a la cooperación holandesa que hizo posible el proyecto.

A los señores Diego Beltrand -Jefe de Misión OIM Colombia-, y Fernando Calado Director de Programas, responsables del proyecto visto en conjunto.

A funcionarias y funcionarios de la Alta Consejería para la Reintegración, la Embajada de los Países Bajos, la OIM, y los CRO, cuya comprometida participación fue definitiva en el conjunto del proyecto y en lo que respecta a la producción de estas cartillas en particular.

A las y los GRECOS (Gestores de Reconciliación y Convivencia), a los Líderes de Paz, y a las nuevas ciudadanas y ciudadanos (nombre que usamos para construir la nueva identidad civil) que participaron en los talleres. Son la avanzada que desde cada lado de nuestra sociedad teje nueva convivencia para superar la insostenible lectura del “nosotros-nosotras” y “ellos-ellas” que nos recorre desde los distintos generadores de conflicto (lo socioeconómico, lo étnico, la guerra, el género).

Nota: Sin perjuicio de los reconocimientos arriba expresados, el CMSC es el único responsable por los contenidos de los materiales que aquí se presentan.

  
GERMÁN ALBERTO BUITRAGO ESCOBAR  
Director Ejecutivo  
Centro Mundial de Solución de Conflictos

# Contenido

Quiénes somos

Quién eres

Mi infancia

El cambio a mi adolescencia

El relato de H.

El mundo de la guerra

Mi decisión

Mi Presente

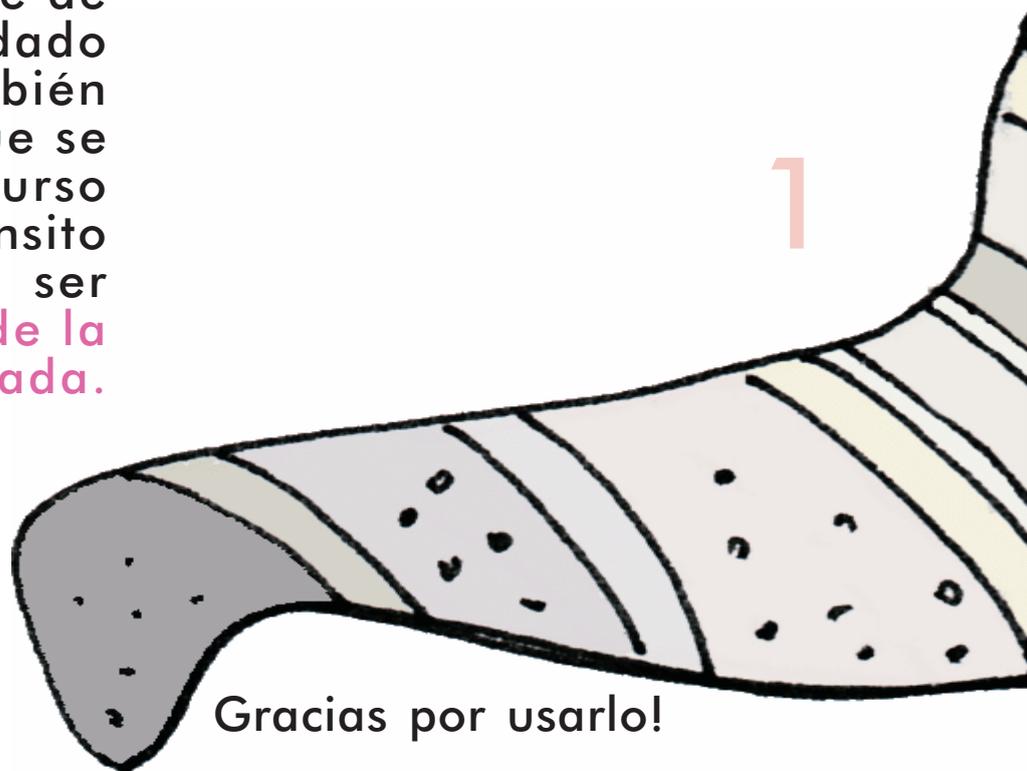
Mi futuro

Este cuaderno te invita a reflexionar sobre la historia de tu vida: los vínculos, las fortalezas, las pérdidas y los nuevos desafíos de la oportunidad presente que has decidido para tu vida.

Martín Armadillo y Sara Papagayo te acompañarán en el recorrido de los diferentes momentos de cambio que has vivido. Con ellos podrás rescatar los aprendizajes, los logros, los dolores y las cicatrices.

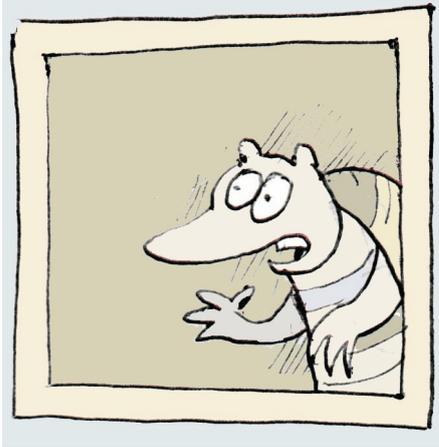
Esperamos que este cuaderno sea fuente de recogimiento y cuidado propio. También queremos que se convierta en un recurso de sanación en el tránsito que has elegido al ser **sobreviviente de la contienda armada.**

# Presentación



Gracias por usarlo!

## Nosotros somos:



Yo soy Martín Armadillo.  
Nací en los Llanos  
cerca al río Mare Mare,  
tengo algunos años  
y mis padres son Martín papá  
y Martina mamá.  
Tengo muchos hijos e hijas  
a quienes quiero mucho!!

y



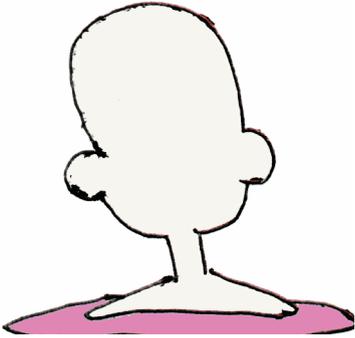
Yo soy Sara Papagayo.  
Tengo... bueno, unos cuantos años,  
nací en la copa de un árbol cerca al río  
Putumayo.  
soy mamá de dos guacamayitas  
y, mis papás... ellos...

Juntos vamos hacer memoria del  
relato del cual tú compañera,  
al igual que tú compañero  
son protagonistas:

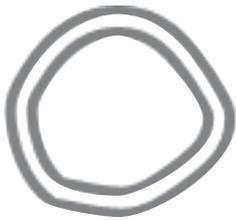
**!SUS HISTORIAS DE VIDA!!!**

# ¿Quién eres?

Yo soy

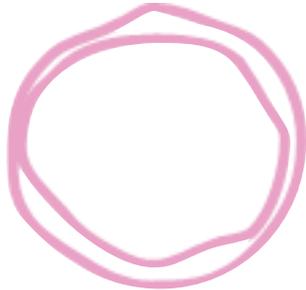


Tengo



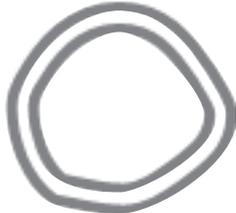
años

Nací en

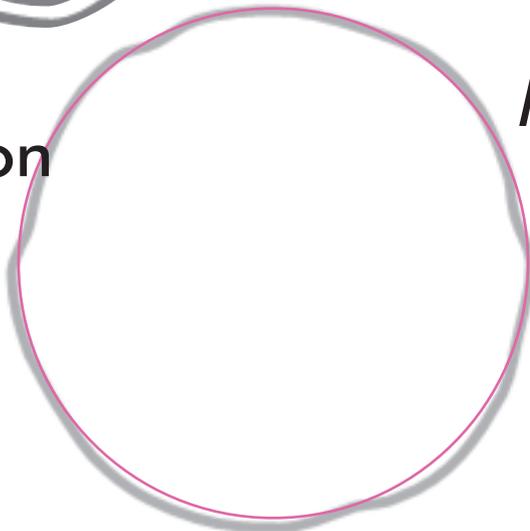


Ubique en el mapa la región donde nació.

queda en



Mis padres son



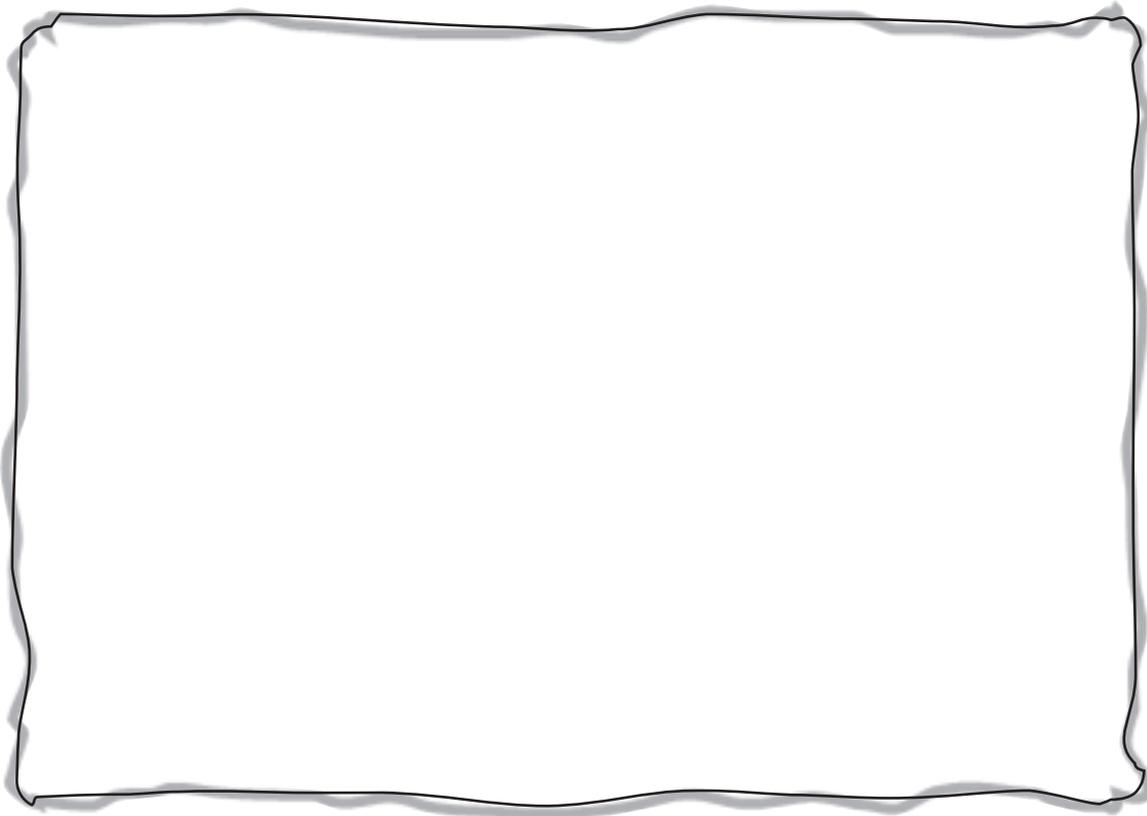
Mis abuelos son



4

Ahora preséntanos a tu familia.

¡Dibújala!!



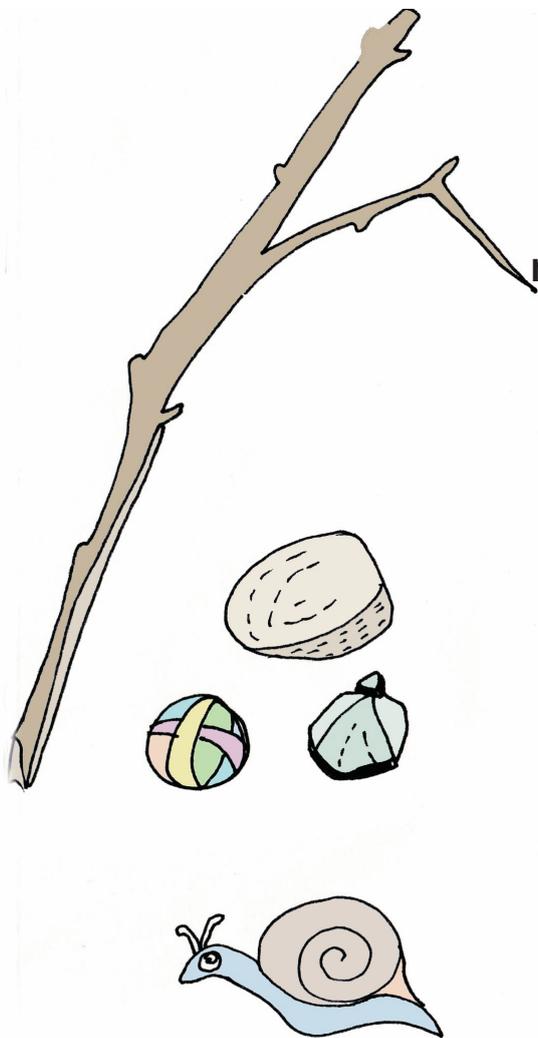
Escribe,

¿Quién es cada uno de ellos?

¿Qué es lo que más recuerdo con mi familia?

**\*Escoge el dibujo que más se parezca a ti cuando eras niño.**

Bueno,  
y tú cómo eras de niño?



flaco



gordo

alto



bajito

moreno



blanquito

alegre



triste

despierto



callado

obediente



necio

tímido



lanzado

curioso



indiferente

¿Qué era lo que más te gustaba jugar?

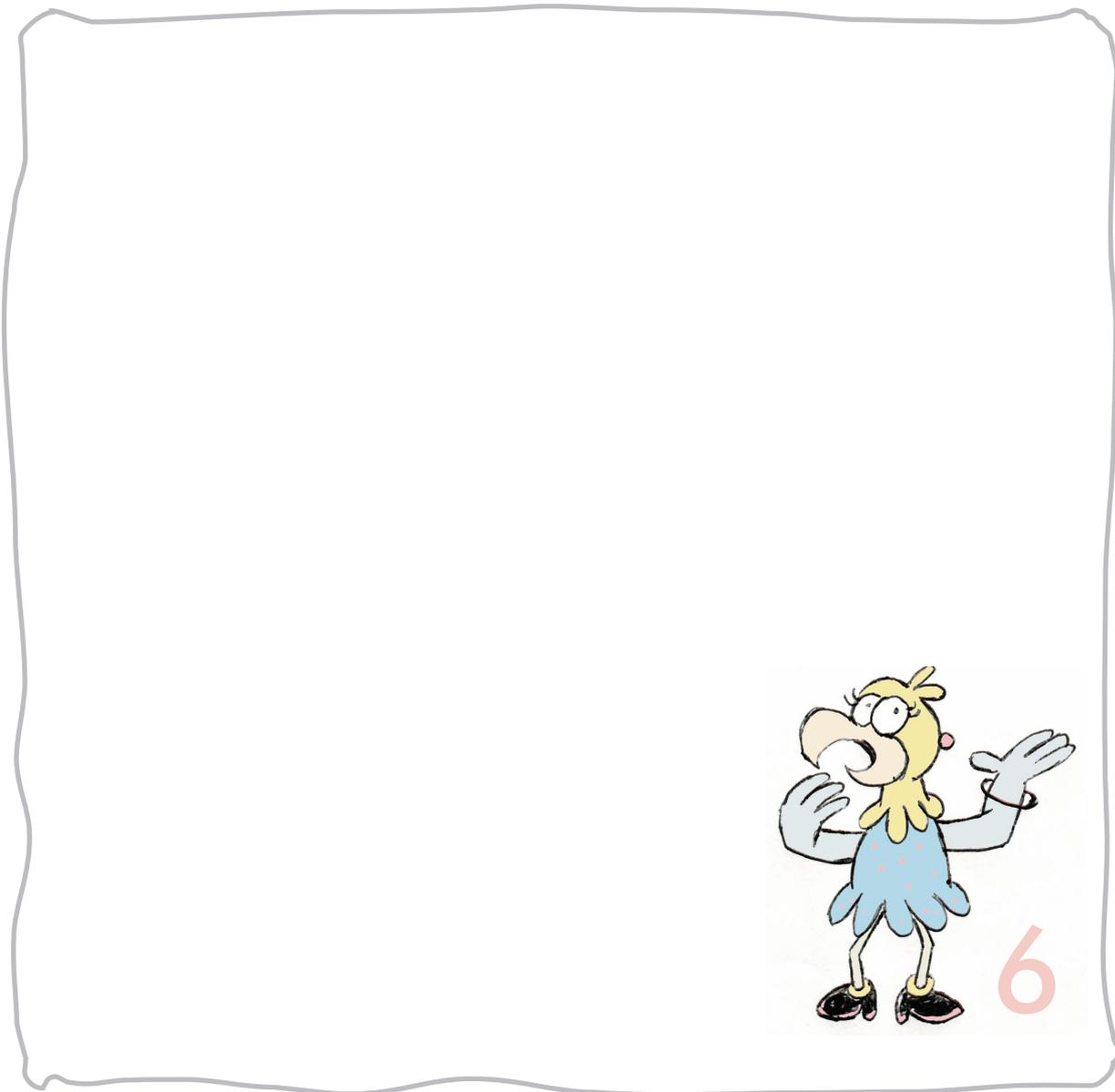
Y los de tu familia...¿Qué decían de ti?

¿Qué pensabas de lo que ellos decían de ti?

Si pudieras decirles algo ahora, ¿qué les dirías?

# Dibuja

Dibuja alguien con quien te llevabas especialmente bien en tu infancia y que no esté ahora.



¿Qué lo hacía tan especial?

Al final de ésta cartilla  
encontrarás hojas en  
blanco para que escribas  
algo más de esa  
persona



¿Esa persona qué decía de ti?

¿Hace cuánto no la ves?

¿Por qué?

¿Qué es lo que más extrañas de esa persona?

¿Qué perdiste con la ausencia de esa persona?

¿Qué te gustaría decirle ahora?

Ahora, cuéntanos una situación en que te sentías especialmente bien cuando eras niño...

¿Tú qué estabas haciendo?

Piensa en una situación en la que te sentiste bien cuando eras niño y responde las preguntas

¿Dónde ocurrió?

¿Cómo era el paisaje?

¿A qué olía?

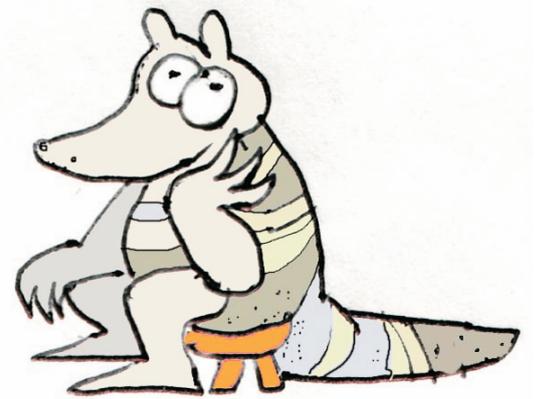
¿Con quién estabas?

¿Qué sonidos escuchabas?

¿Por qué te sentías tan bien?

¿Qué descubriste que podías hacer?

¡Uyy, qué **historia tan bacana**. Nos encanta que la hayas compartido!!!

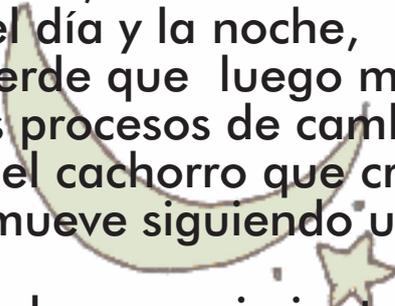


8



Cuando llega el momento  
a uno le cambia el cuerpo  
los sueños y los deseos  
y algunos pensamientos

Todo se vuelve distinto,  
uno no sabe ni cómo, ni cuándo!  
todo tan distinto,  
todo cambiando  
y uno no sabe cómo ni cuándo!



Así la vida, con sus cambios,  
el día y la noche,  
la fruta verde que luego madura,  
todos procesos de cambio  
como el cachorro que crece  
todo en silencio se mueve siguiendo un ciclo de cambio  
el sol y su nacimiento,  
el mediodía y su tarde

¡Todo sigue cambiando!  
Nada se queda quieto y uno no sabe ni cómo ni cuándo

Creciste, te volviste grande  
y tu cuerpo cambió!!!

¿Qué fué lo mejor  
de crecer?

BOVA 07

¿Qué se perdió  
al crecer?

¿Qué gente  
nueva llegó?

¿Y ahora dónde  
están?

¿Cómo era  
estar  
con ellos?

¿Qué te  
unía a estas  
personas?

10

Si no has terminado continúa este cómic al final de la cartilla...

Me gustaría  
compartir  
éste relato  
contigo...



## Relato de H.

Hoy no sé qué pensar. Me desperté y me sentí incompleto, como vacío. Anoche soñé que era un árbol y se me ocurrió pensar que así llevo mucho tiempo... como quieto, como sembrado, como inmóvil, como árbol.

Me inmovilicé y se me inmovilizaron los sueños también. Es como si por momentos los recuerdos quedaran sembrados y no encontrara camino para darle otro sentido, para construir más allá de mis raíces, más allá de Karen.

A veces siento que algo me hace falta, es como si la lluvia, los árboles, los animales y el olor de la tierra, las plantas y el aliento de Karen me dolieran. Recuerdo con tristeza las cosas que dejé, como aquellos días iguales que en medio del aburrimiento servían para pensar en los sueños y para desear un futuro acompañado de alegría, familia, paseos y tranquilidad. Recuerdo también esos días rotos en los que en medio de la metralla y la muerte hacía promesas a futuro de dejar esa vida y de anular esa situación constante

de incertidumbre, de lucha y fuga. A veces no sabía si al siguiente día iba a estar vivo, pensaba que de repente mi vida podía acabar y me preocupaba pensar que no volvería a ver a mi familia.

Sin embargo no todo fue guerra y muerte, mi vida en el campo también tuvo momentos felices y de mucho sentido. Lo que más me gustaba era cuando despertaba y con la marca del arma en mi cara, que había servido como segunda almohada, miraba el color del cielo en la mañana y sentía que el aire limpio entraba en mi cuerpo y me hacía sentir un poco libre, un poco pájaro. Y me gustaba porque me hacía recordar mi infancia, me hacía pensar en los abuelos y sus paseos por el campo.

No olvido los momentos de alegría: la llegada de algún compañero que dábamos por muerto. Los partidos de fútbol con aquella pelota de trapo y bolsas. Las bromas entre los amigos. Las noches de luna llena y sobre todo no olvido a Karen.

En ocasiones no sabía si era lunes o martes, o jueves o sábado, pero los domingos se sentían. Eran los mejores días. Aunque a veces teníamos que trabajar bastante, los domingos no dejaban de oler también a felicidad, no dejaban de tener la mejor comida de la semana, ni de evocarme el recuerdo de mi madre, sus caricias y sus sopas calientes.

# 13

Indudablemente los domingos eran los mejores días. Tal vez porque en uno de esos conocí a Karen, en medio del combate, de los disparos y los gritos. Ahí estaba, perfectamente escondida, muy oculta para todos menos para mí que no podía dejar de verla, disparar y temblar porque en ese momento quería todo menos morir. No quería desaparecer sin antes conocer y ver a los ojos a esa mujer, que en medio de la hierba disparaba ráfagas de metal, disparaba odio y locura, de un dolor que también se le notaba en la mirada.

Conocer a Karen fue lo mejor; sus ojos tristes y su manera de caminar le dieron un sentido especial a mi mundo. Tal vez podría pensar mi vida como un antes y después de Karen, y aunque siempre pensé que el amor era como una reja, para mí Karen fue la mejor reja, una bonita y deseada cárcel.

Karen se fue como llegó. No sé exactamente cuántos domingos vivimos juntos, pero sí sé que aquella noche se hicieron pedazos. Sólo pudimos despertar y en medio de las sombras dispararle a la oscuridad. No sabíamos de dónde venían las balas, pero una de ellas le atravesó el corazón y mi alma también. La ví morir, pero lo que más me dolió fue correr y dejarla ahí, abandonada. Tuvimos que huir y perder el cambuche, perder mi poncho, perder la hamaca, perder mis cosas e incluso perder parte de

Una cosa difícil de recordar es esa noche. Karen era como mi arma. Era una parte de mí. Era con quien le disparaba a la soledad. Era con quien me defendía y a quien quería tener siempre al lado. Con Karen ametrallaba la desesperación, me alejaba del conflicto y me ponía a soñar en la posibilidad de una vida en familia sin angustias, ni sombras asesinas.

Otras noches, el sonido de los animales y los árboles mecidos por el viento volvían del fondo de mis pensamientos y me arrullaban, y aunque mi dolor no disminuía, me relajaba bastante el olor a verde del campo y la humedad de la tierra en mi piel.

Aún me gusta el olor de la madera quemada como algunos paisajes que veía desde la montaña y que todavía llegan a mi mente al cerrar los ojos. Siempre fui el mejor para elegir el lugar en donde acampar y aún creo que lo sigo siendo. No dejo de ser el mejor para darme cuenta en dónde debo estar.

Pensar en mi vida es descubrir que aún sigo aquí a pesar de mis pérdidas y dolores. Que aunque Karen no está, la siento presente en el olor de los días, en el olor del pan y los domingos que, aunque rotos, continúan invitándome a seguir adelante, a seguir vivo.

Aunque en mis sueños me vuelva un árbol inmóvil y en ocasiones me sienta vacío y sin esperanzas, no dejo de sentir cómo desde adentro el alma me reclama otra oportunidad y un mejor futuro.



Siento que esto nos pone tristes

Lo mejor es que Respiremos!!

¿Qué sentiste?

¿De qué te acordaste?

15

TE INVITO A HACER TU PROPIO RELATO!!!!

Completa las siguientes frases con lo primero que se te ocurra.

A veces siento...

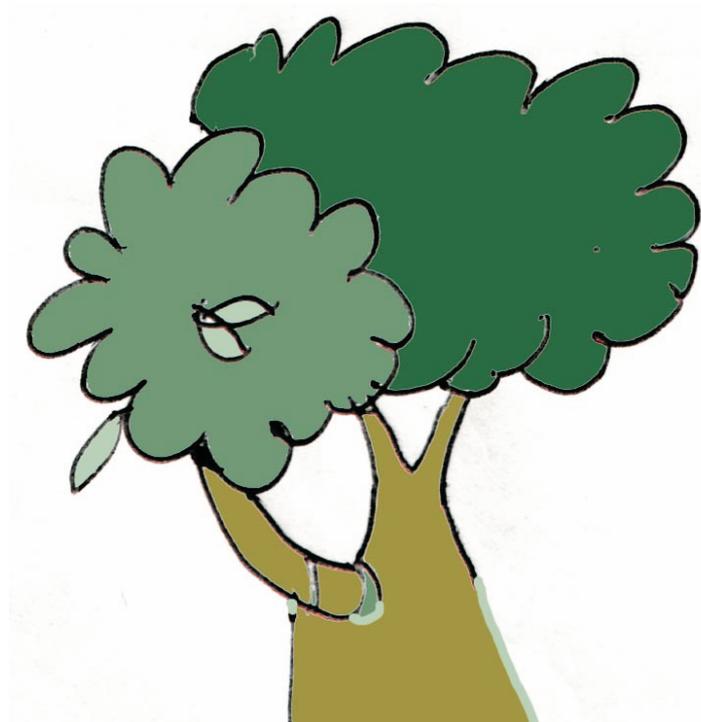
Es como...

Recuerdo con tristeza...

A veces no sabía si...

Me preocupaba...

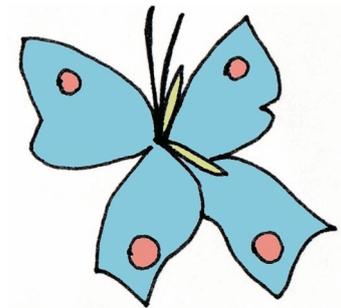
Me gustaba ver...



Recuerdo...

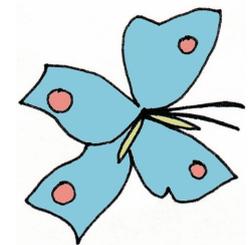
La vida en el campo tuvo algunos momentos muy felices como...

Sin embargo en ocasiones no sabía...

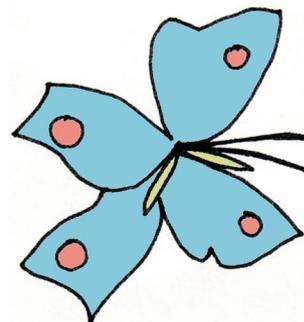


Mis días eran...

En algún momento tuve que huir y perder...



No quería morir sin antes...



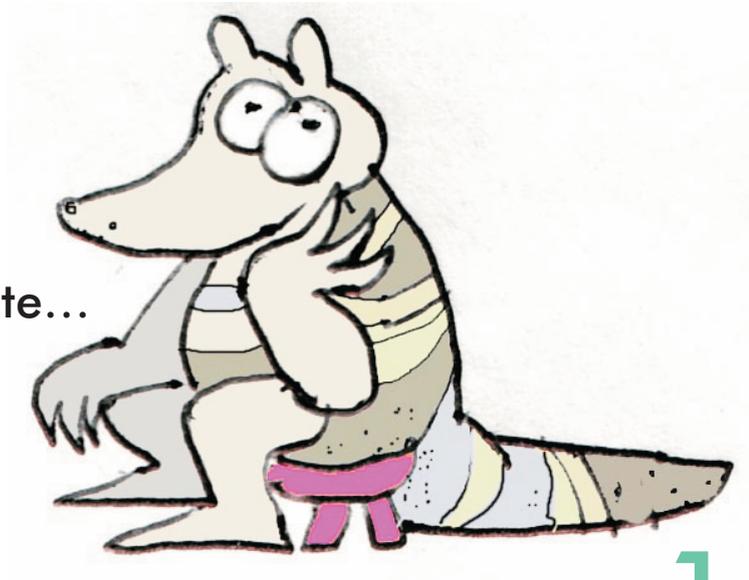
17

Una cosa difícil de recordar es...

Aún me gusta...

Pensar en mi vida es...

Me invita a seguir adelante...



Me impulsa desde adentro...

¿Cuando ingresaste al mundo de la actividad armada, qué pasó con tu familia?

¿Qué recuerdas de los amigos que perdiste?



¿Qué más tuviste que dejar?

19

¿Cuáles eran tus sueños antes de entrar a la actividad armada?

¿Qué piensas ahora de ellos?



# Cuéntanos a tu manera...

lo que has vivido en la guerra

Echémonos unas coplas  
para conocer  
la historia que tenemos  
en la guerra y el querer

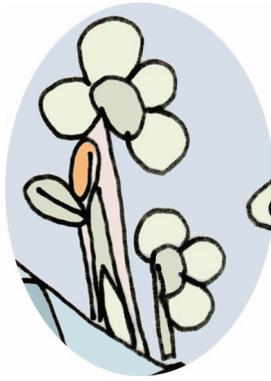
## 20



"Allá en el monte,  
alas y sueños perdidos  
Y al llegar a la paz  
Mi vida cobra sentido"  
*Juan. Lider de paz, 2006*

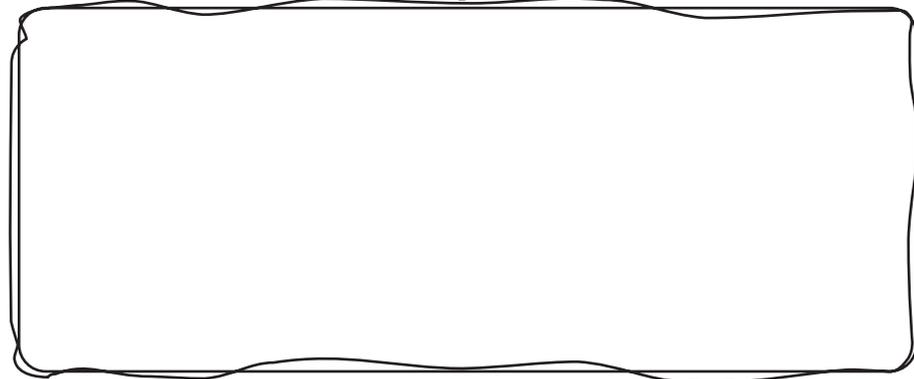


"Estando  
en el grupo armado  
aprendí  
que lo más importante  
era mi familia  
y mi gente  
Ahora con el corazón  
muy triste  
y viendo lo que duele  
la guerra  
quiero ser  
un hombre diferente"  
*Pedro. Lider de paz, 2006*



21

Una copla pa  
lo mejor de estar allá

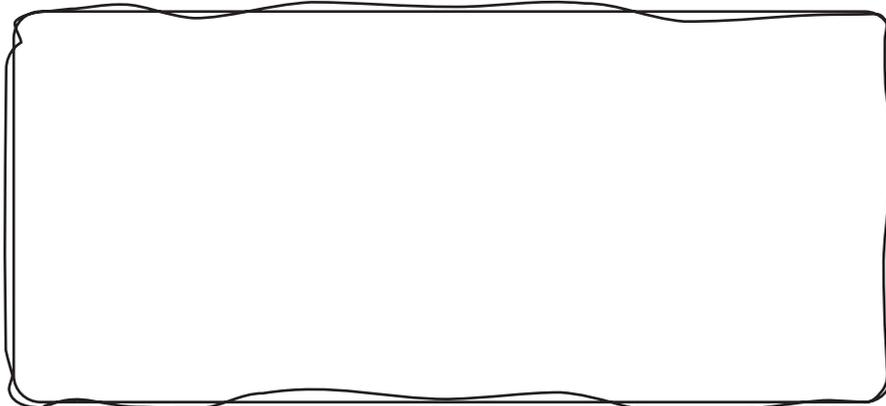


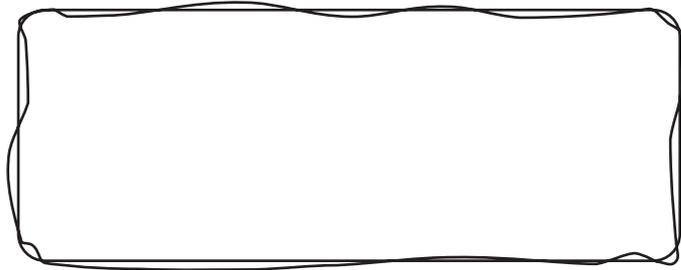
“En la guerra  
Mi fusil lo cargaba con amor  
y ahora estando en la civil  
Lo cambio por una flor”

*Fabio T, 2006  
Lider de Paz*

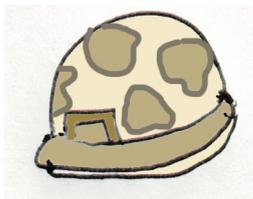


una copla pa' eso que daba miedo

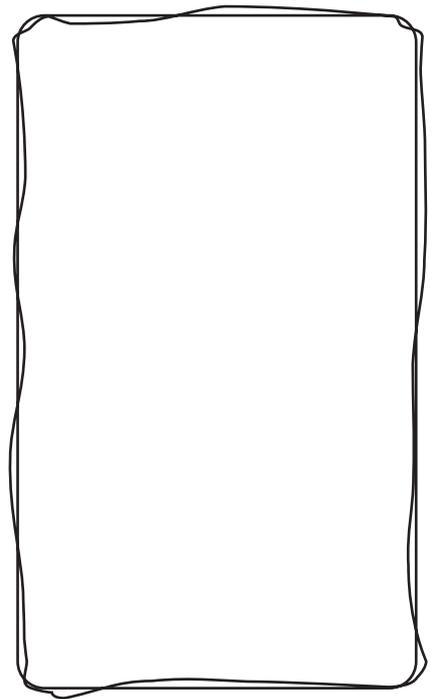




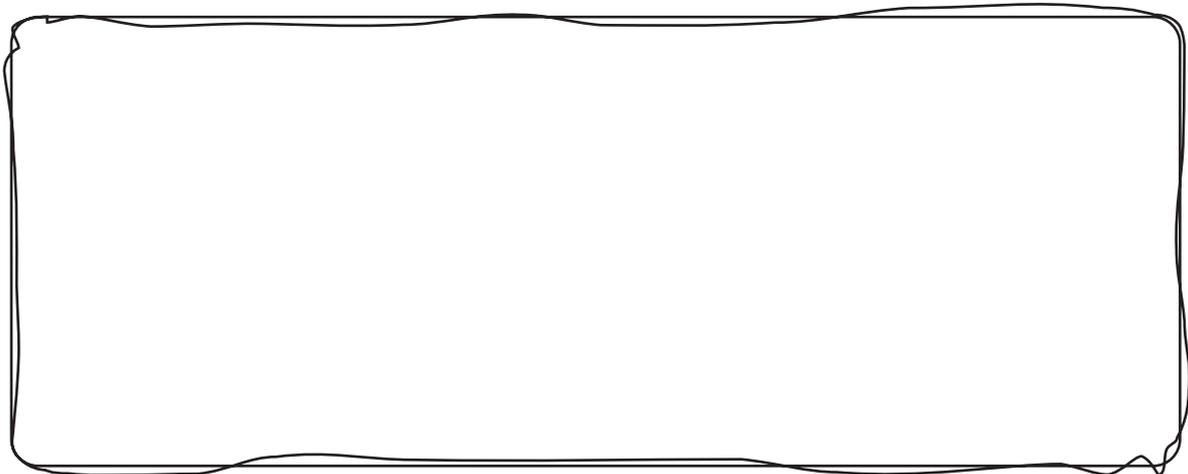
Una copla pa lo más  
emocionante



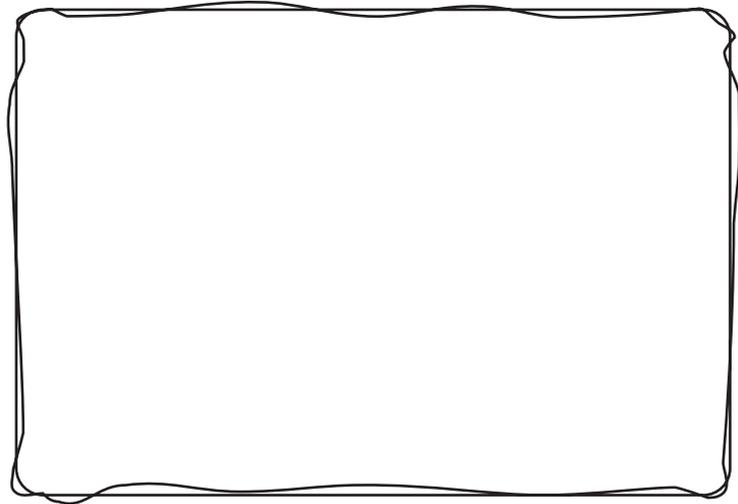
Una copla pa lo más duro de esa vida



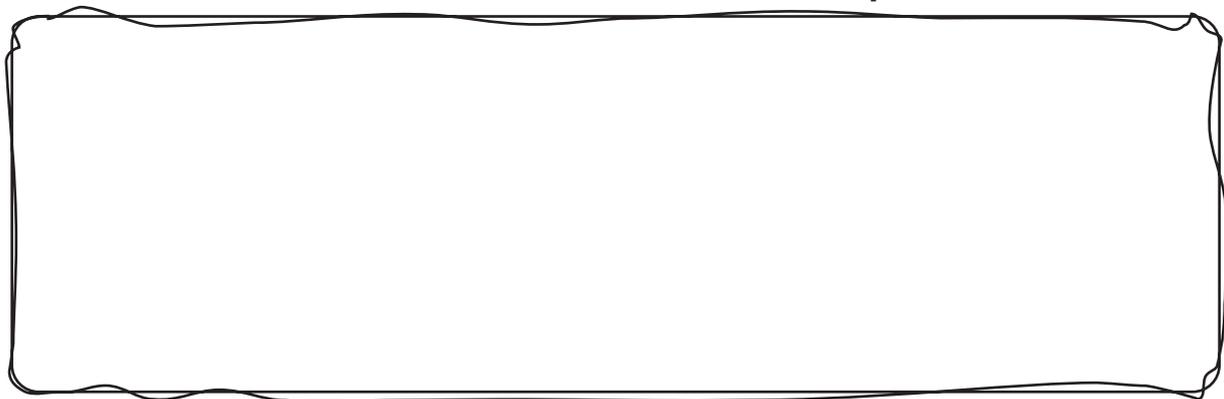
Una copla pa lo mucho que significaba el arma



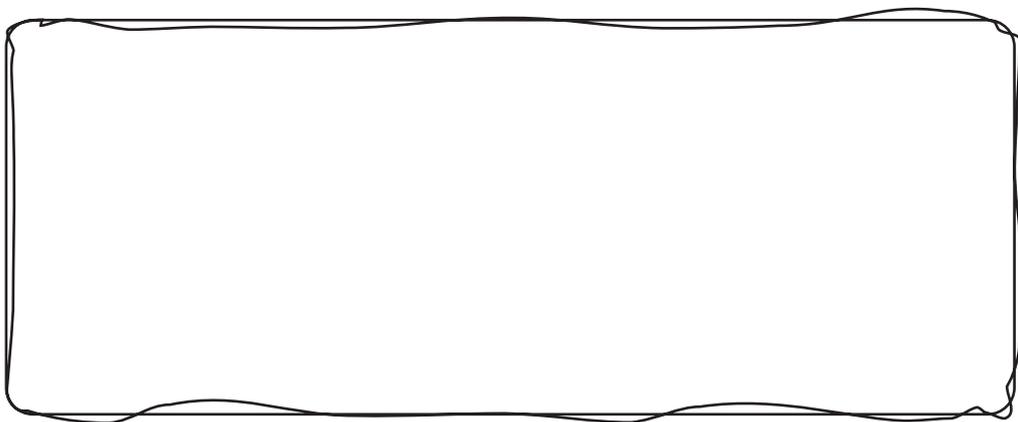
Una copla pa lo importante  
que era el uniforme



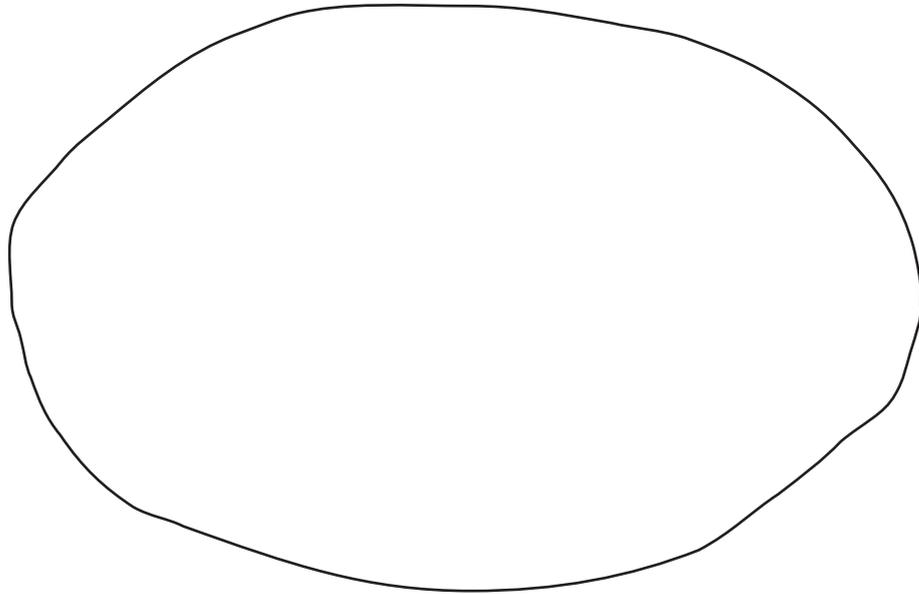
Una copla pa lo mejor  
que sabía hacer



Una copla pa lo que aprendí

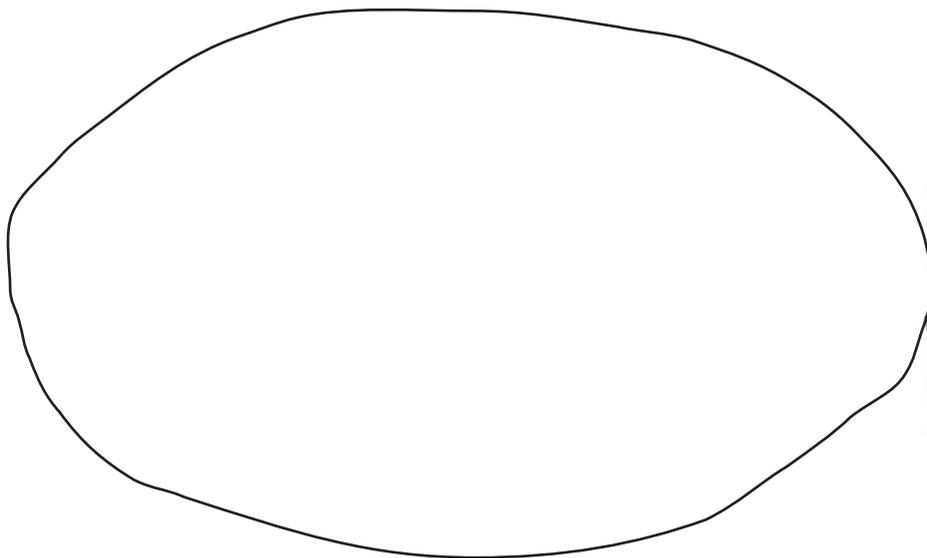


Una copla pa la decisión de salir



Una copla pa lo que se perdió  
y para lo que se ganó

24



# Recorta las cosas de la guerra que ya no te sirven.

Miedo



Soledad

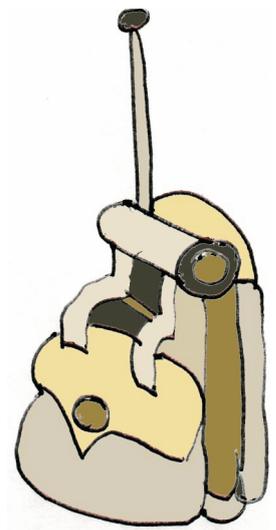


Sumisión

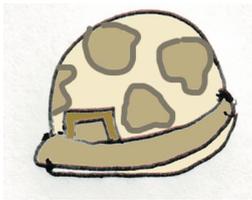
Desconfianza

Sangre

dolor



Desesperanza



Alias

Muerte

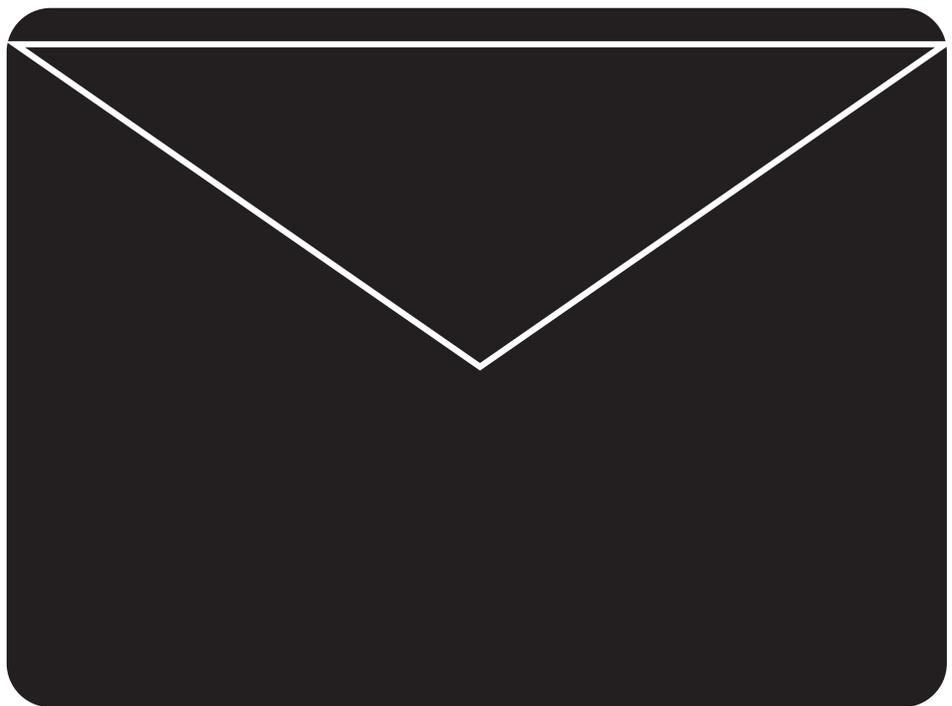


Abandono

25

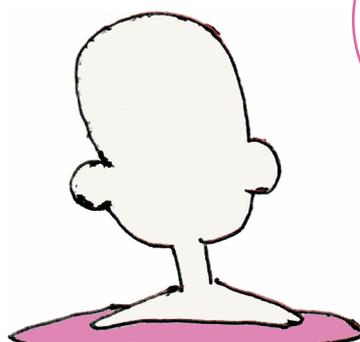
Mételas en un sobrecito y  
entiérralas o quémalas cuando  
quieras

26



# Tomé la decisión de abandonar el mundo de la guerra

AHORA SOY UN  
CIUDADANO y ME LLAMO:



Marca las cosas que aún  
te sirven de la guerra  
que dejaste atrás

Mi Valentía -----

Mi decisión -----

Mi inteligencia -----

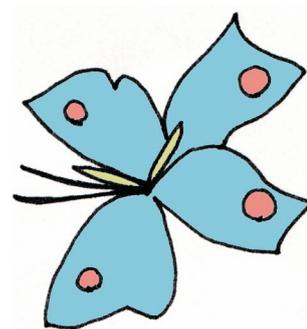
Mi responsabilidad en las cosas que hice,  
y que no quise hacer-----

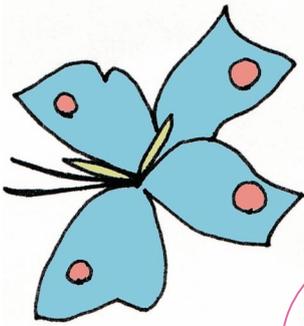
Mi disciplina-----

Mi responsabilidad-----

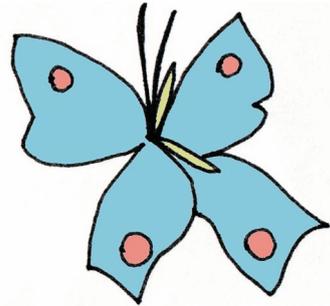
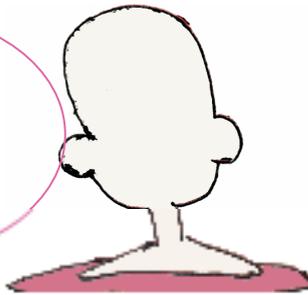
El odio -----

27



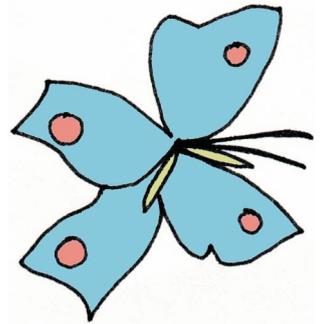
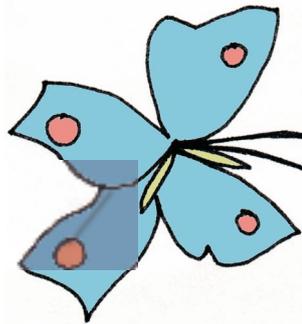
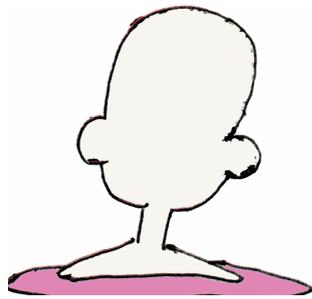


Marca las cosas que aprecias



Mi pareja-----  
Mis hijos-----  
Mis emociones-----  
Mis saberes-----  
Otros-----

Marca las cosas que sabes



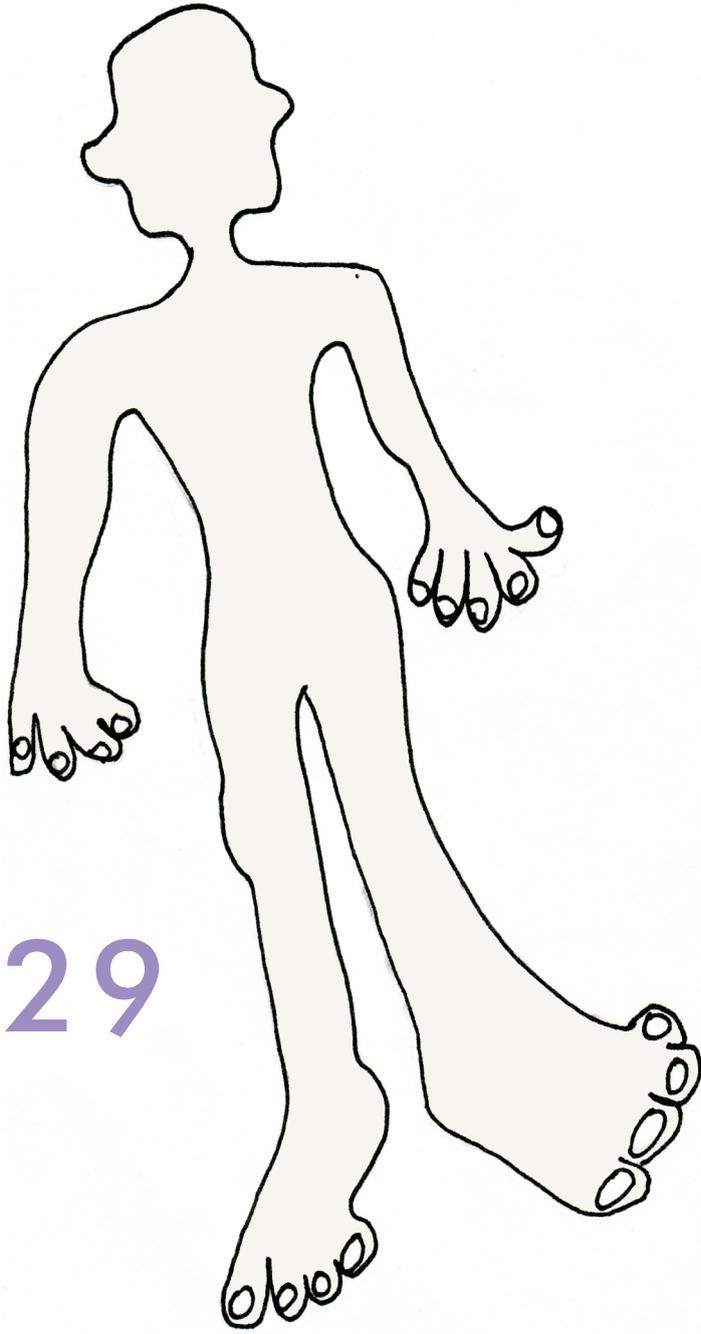
AHORA SÉ...

Aprender---  
Trabajar-----  
Estudiar-----  
Amar-----

Conversar-----  
Reír-----  
Producir-----  
Cuidar-----  
Crear -----  
Pensar-----

Ahora como SOY diferente  
muestro esos cambios

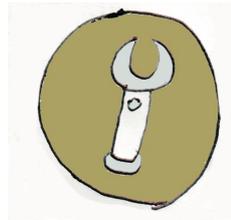
Me pongo lo que  
quiero llevar en mí  
DE AHORA EN ADELANTE!



29



Historias



Habilidades



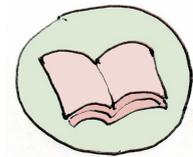
Amores



Experiencias



Sueños



Saberes



Fortalezas



Trabajo

¡¡¡TODO HA CAMBIADO!!!

¿CÓMO ES TU VIDA DE HOY?

(Pega fotografías, dibuja o cuéntanos todo lo que ha cambiado...)

¿A quién quiero?



El lugar donde vivo  
¿Con quién?

30

Las cosas que  
hago

El  
oficio que  
desempeño

Cómo me  
siento

31



## Lo que me gusta del presente



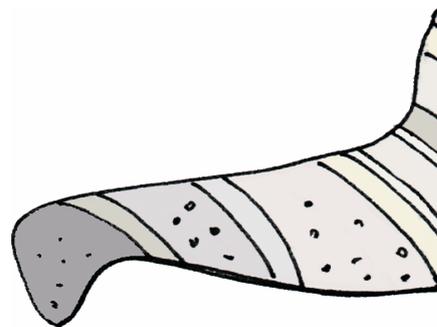
¿Qué le cambiarías a tu presente?

¿Con quién te gustaría vincularte?

## !!!PENSEMOS EN EL FUTURO!!!

¿Cómo te lo imaginas?

Recorta de una revista  
eso  
que te imaginas.



Con quién cuentas para ese futuro...

¿Qué habrá cambiado?

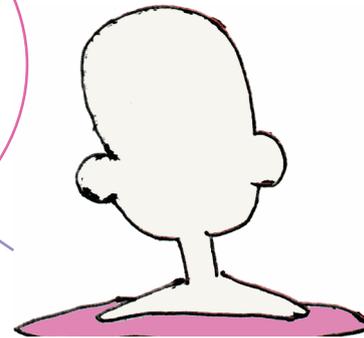
¿Qué habrás aprendido?

Bueno, y si estando en el FUTURO,  
te preguntan o te preguntas:

¿Hay algo que no hiciste en  
el PASADO de lo cual te  
arrepientas HOY?



Caramba,  
sí; me arrepiento de...  
por no haberlo  
hecho hace....años.



Ahora, ¿hay algo que  
no hago en el  
PRESENTE de lo cual  
me voy a arrepentir  
después?  
¿Qué debo hacer?  
¿Lo hago ahora?

Después de todo lo que has vivido, qué te gustaría enseñarle a tus hijos para cuando crezcan...

(Escríbeles una carta, ... elige la mejor manera de expresarlo)



Ahora que has identificado quién haz sido y quién quieres ser, es hora de trabajar tu proyecto de vida. A dónde vas y cómo quieres desarrollarte...



En el siguiente cuadernillo lo trabajaremos

35

...viene de la página 10.



Escribe

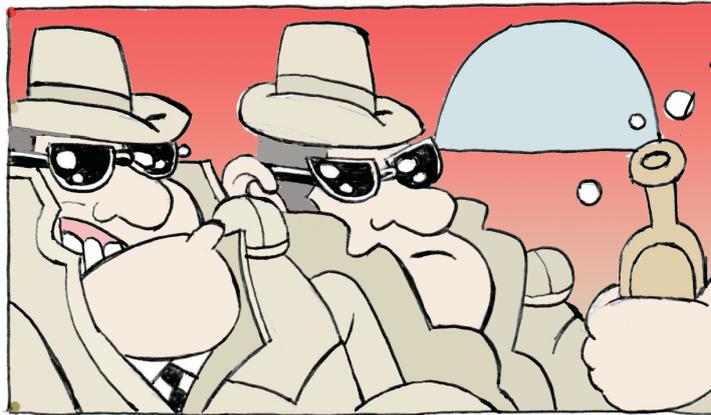
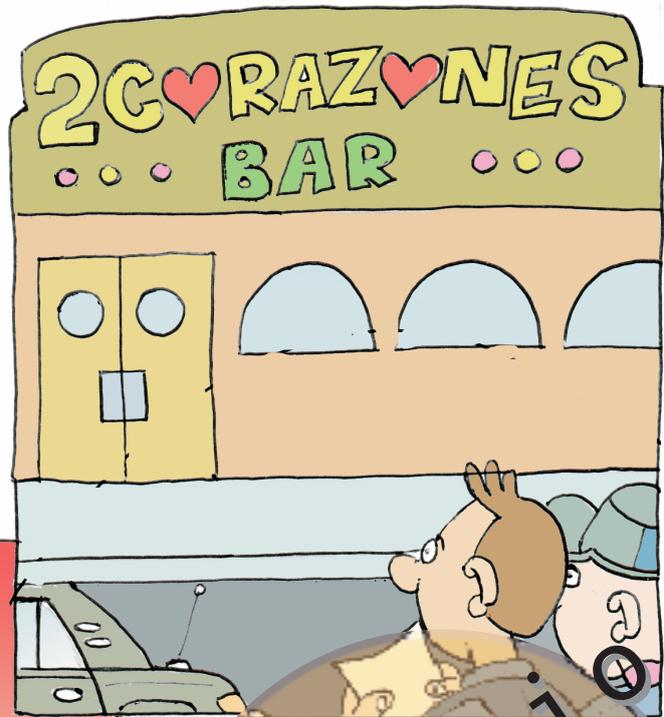
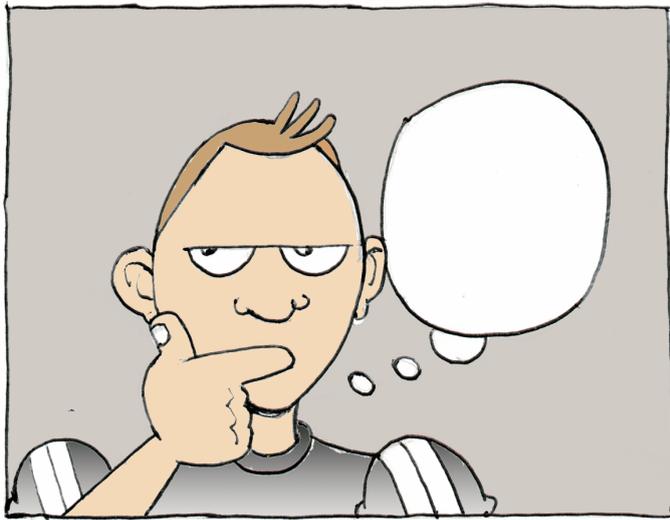
Escribe

Escribe

Escribe

Escribe

Espera Pa' las que sea...  
las divertidas Aventuras  
de Gregorio y Tania



Gregorio  
y  
Tania

